

Iets moois als empathie



WAT kunnen apen toch stom zijn. Neem het bavianenverhaal dat primatoloog

Frans de Waal vertelt in zijn nieuwste boek *Een tijd voor empathie*. De Okavango-rivier in Botswana overstroomt. Een groep bavianen trekt door de delta, van droog eilandje naar droog eilandje. En zo gebeurt het dat alle volwassen bavianen overzwemmen, maar vrijwel alle kinderen blijven achter. De achtergebleven jonge bavianen schreeuwen hun eenzaamheid en verlatenheid uit. De volwassenen doen niets. Ze kijken wel eens naar hun kinderen, maar antwoorden niet eens. Uiteindelijk zwemmen de jonkies over, terwijl jonge bavianen toch doodsbang zijn voor water. Ook hun eigen moeders steken geen poot uit, maar de moeders worden wel zenuwachtig van het angstige getier van hun kinderen.

Het verhaal past perfect bij de belangrijke conclusie van het boek van De Waal. Want je ziet het hier zo: bavianen en andere gewone apen (*monkeys*) zijn wel in staat om de emoties van anderen te voelen. Maar in een ander kunnen ze zich niet verplaatsen. Ze hebben wel empathie, maar geen sympathie. Ze missen het verstand om op grond van empathie tot handelen over te gaan.

En zo is het niet alleen bij gewone apen. In de zoogdierenwereld heerst een vrij algemeen vermogen tot empathie, of beter nog: emotionele besmettelijkheid, zoals een baby begint te huilen als-ie een andere baby hoort huilen. In het spraakgebruik betekent empathie vaak 'je verplaatsen in' en dat niveau van inleving halen de meeste zoogdieren juist niet.

Bij zoogdieren met grote hersenen en complexe sociale verbanden vind je daarbovenop het vermogen tot sympathie: niet alleen het aanvoelen van de gevoelens van de ander maar het vermogen om dan ook actie te ondernemen, hulp te bieden. Chimpansees die een ander troosten na een verloren gevecht, olifanten die een zwaar-gewonde olifant overeind proberen te houden. Dolfijnen die gewonde vrienden boven water houden. En natuurlijk de mens, met zijn aangeboren hulpvaardigheid. Zelfs kleine kinderen schieten een ander vaak automatisch te hulp.

Die onderlinge hulp is een uitzondering in de natuur. "Ieder gewoon aapje leeft in zijn eigen kaasstolp", aldus De Waal, "ze voelen wel de stress van een ander maar ze begrijpen niet wat een ander nodig heeft." Vanuit mensenperspectief is dat geen prettig idee. Een bavianenonderzoeker noemde die toestand 'een voortdurende nachtmerrie van angst'. De apen moeten hun emoties helemaal in hun eentje reguleren, nooit slaat er een ander een arm om hen heen – zoals bij chimps dus wel gebeurt.

Maar zelfs in die onsympathieke praktijk van gewone zoogdieren zijn er soms kleine uitzonderingen te bespeuren, situaties waarin zo'n dier toch wel lijkt mee te leven met een ander. Zoals in het filmpje dat De Waal de afgelopen weken bij zijn tv-optredens regelmatig liet zien. Daarop sleepte een hond ergens in Zuid-Amerika een gewonde soortgenoot van een snelweg weg – toevallig opgenomen door een bewakingscamera. De Waal citeert ook het verhaal van bavianenexpert Robert Sapolsky over een heel onhandige bavianenmoeder, bij wie kinderen soms noodgedwongen aan de staart hingen in plaats van behaaglijk aan de moederbuik of op de rug. "Haar jong liet los en viel drie meter naar beneden. Daarop hapten vijf bavianenvrouwtjes die vanuit de

boom toekeken en die ene mens [de toekijkende Sapolsky] op hetzelfde moment naar adem. Iedereen keek in stilte naar het kind op de grond. Toen hij weer overeind kwam, klakten we met onze tong van opluchting."

Het aangeboren menselijk vermogen tot empathie is sterk lichamenlijk en razendsnel, benadrukt De Waal. En meestal onbewust. Als op een scherm boze of vrolijke gezichten zo kort ge-

hij tijd voor een vraaggesprek in zijn Amsterdamse grachtenhotel.

Uw nieuwste boek bevat voor uw doen ongewoon negatieve opmerkingen over de menselijke natuur. Ons inlevingsvermogen kan bijvoorbeeld prima gebruikt worden om te martelen. En u doet zelfs een goed woordje voor agressie. Vanwaar deze cynische inslag?

het jaar valt 30 procent van jullie af. In zo'n situatie zijn mensen alleen maar concurrenten van elkaar. Als een student dan de aantekeningen van een ander wil lenen, zegt die: 'bekijk het maar'. Als je aan een Amerikaanse Republiek vraagt of we gezondheidszorg of onderwijs moeten hebben voor iedereen vraagt hij waarom hij zou moeten betalen voor de gezondheid of de opleiding van een ander. Dat heb je hier niet, in Europa. En je kunt het systeem dus ook zo opzetten dat mensen allemaal samenwerken en elkaar helpen.

"Het interessante daarbij is inderdaad: empathie is een neutrale capaciteit. Empathie is in feite het vermogen om beïnvloed te worden door wat er met een ander aan de hand is. Dat kun je ook negatief gebruiken, door die ander handig te manipuleren, of te pijnigen. Om te martelen moet je weten waar de ander bang voor is.

"Er zijn ook wel andere cynische elementen in het boek. Neem het rechtvaardigheidsgevoel, bijvoorbeeld. Dat wordt vaak beschreven als een soort sociaal verantwoordelijkheidsgevoel bij de mens. En gebaseerd op inlevingsvermogen. Ons rechtvaardigheidsgevoel zou ontstaan omdat ik wil dat jij hetzelfde krijgt als ik."

Is dat niet zo dan?

"Nee, dat moet je wel aan je kinderen leren, maar zo is het echt niet ontstaan. Een mens is vooral gevoelig voor onrechtvaardigheid als *hijzelf* minder krijgt dan een ander. Dat zie je heel direct bij kinderen.

"Een mens kan zich er ook wel zorgen over maken als hij *meer* krijgt dan een ander. Maar dat heeft een heel andere oorzaak. Dat komt doordat wij mensen kunnen plannen voor de toekomst. Want als ik jou maar een klein stuk pizza geef, kan jij ontevreden worden. Dat kan ik voorzien en omdat ik geen problemen wil, verdeel ik eerlijk. Dát is de basis van het gevoel voor rechtvaardigheid."

Maar rechtvaardigheidsgevoel heeft toch wel iets met empathie te maken?

"Nee, ik geloof niet dat mensen die te veel krijgen zich zorgen maken over wat de anderen krijgen om empathische redenen. Goed, ja, als ik te veel neem, en mijn broertje gaat dan huilen, ja, dat vind ik dan zielig. Dát kan een empathisch effect zijn.

"Dat rechtvaardigheidsgevoel, dat gevoel voor een gelijke verdeling, bestaat ook niet bij gewone apen. Als voor dezelfde taak de ene capucijneraap een heerlijke druif krijgt en de



FOTO DANIELLE VAN ARK

ger is als je wilt weten waar die stemming vandaan komt. En dan kan je ook het perspectief van een ander gaan overnemen. En wij mensen kunnen ons dat allemaal in abstractie voorstellen, vanuit een boek, zonder dat iemand erbij is. Ik denk niet dat die hogere niveaus beperkt zijn tot de primaten. Alle zoogdieren met grote hersenen kunnen dat bereiken: olifanten, dolfijnen. En ja, mensen hebben nog complexer niveaus.

"Maar er zijn wel dieren die veel nader tot elkaar staan. Orca's bijvoorbeeld, die kunnen zo nauw samenwerken. Ook dolfijnen en bonobo's kunnen zeer met elkaar *in tune* zijn. Het is moeilijk om empathischer dan dat te zijn. Nee, in lichamelijke empathie zijn wij niet de kampioenen."

FRANS DE WAAL

Frans B.M. de Waal (Den Bosch 1948) promoveerde in Utrecht in 1977 op agressie bij makaken. Hij werd beroemd in 1982 met zijn boek *Chimpanseepolitiek*, over de machtsverhoudingen in de chimpkolonie in Burgers Dierentuin. Sinds 1981 werkt De Waal in de Verenigde Staten, sinds 1991 in Atlanta, Georgia. Hij publiceert regelmatig in bladen als *Nature*, *Science* en *Current Biology*. Ook schreef hij boeken over de wortels van de menselijke moraal en sociale verhoudingen, zoals *Van Nature Goed* uit 1996, en *De aap in ons* uit 2005.

andere een gewoon stukje komkommer, dan is die met de komkommer boos, maar die met de druif is dik tevreden. We gaan overigens nog uitzoeken of dat bij chimpansees ook zo is. Onder bepaalde omstandigheden zouden chimps die 'te veel' krijgen, zich daar namelijk wél zorgen over kunnen maken. Omdat chimpansees samenwerken in de jacht en verder slim genoeg zijn, moeten ze er toch gevoelig voor zijn dat ieder zijn deel krijgt. De ene chimp is een veel betere jager dan de andere, daar wordt bij de verdeling ook wel op gelet. Ook bij ons mensen komt die gevoeligheid voor rechtvaardige verdeling voort uit samenwerking."

U beschrijft die empathie van ons als een soort onbewuste overvloeiing van de ene mens naar de andere. Hoeveel individualisme blijft ons nog over?

"Er zijn heel interessante onderzoekjes, mensen nemen zo vaak elkaars oordeel over! Hoe vaak volg je je eigen intuïtie, je eigen observatie? Wij zijn groepsdieren. Als we in een ruimte samen zijn, met een groep bekende onder elkaar, hebben we heel snel een gezamenlijk opinie."

Wat betekent dit voor ons mensbeeld? Ons 'Zelf' is dus een illusie?

"Al sinds Sartre kennen wij het idee van het sociaal geconstrueerde zelf. En niet alleen bij de mens. Er bestaat ook onderzoek dat mensapen die socialer zijn opgevoed, zichzelf ook beter herkennen in de spiegel. En ach, dat die eigen identiteit is ontstaan in interactie met anderen, dat is toch vrij algemeen geaccepteerd?"

Als ons hoofd tot de rand toe gevuld is met apensocialiteit, hoeveel ruimte is er dan nog voor de hoge geestelijke vlucht van de mens – van Immanuel Kant tot André Hazes?

"Genoeg. Je moet mensapen niet vergelijken met onze huidige technologische samenleving. Je moet de vergelijking trekken met eenvoudigere samenlevingen, zoals van de Bushmen. En die hebben ook vuur, kunst, werktuigen."

We kunnen het ook omdraaien en zeggen: wij mensen zijn juist het beste van alle primaten in empathie en socialiteit. Of niet?

"Er zijn wel niveaus in empathie, dat is mijn verhaal. Basale empathie, dat kunnen alle zoogdieren, dat is geoedsoverdracht. En al weer wat ho-

Zou in de tijd van elektronische communicatie die lichamelijke empathie niet minder worden? Als je groeioeit met Hyyes en Twitter?

"Dat zou kunnen, ik denk dat er veel kinderen zijn die niet meer leren om van persoon tot persoon te communiceren. Als ze dan ruzie krijgen weet ik niet of ze dan nog in staat zijn om dat bij te leggen. Ze missen de non-verbale vaardigheden. Ook het contact met de natuur wordt anders. Een geheel verstedelijkte jeugd, die alleen nog maar twittert en belt, en die niet weet wat een dier is of een plant. Daar krijg je dus in de toekomst echt geen groene wereld meel!"

Zijn er grote verschillen tussen mensen, in non-verbale gevoeligheid en in empathie?

"Ja. Soms help je iemand, soms loop je door. Waarom? Empathie is een oude eigenschap, maar hoe die verder bij mensen gereguleerd wordt, dat weten we nauwelijks.

"Wat wel duidelijk is, is dat mensenvrienden helemaal geen killerinstinct hebben. Waarom komen anders zoveel soldaten met trauma's terug uit de oorlog? Vaak schieten ze ook helemaal niet, blijkt uit onderzoek. "Oorlog uitbannen kan dus prima, zolang je tegenstanders het ook maar doet. Daarom is het ook zo'n goed idee om samenwerking op te zetten, zoals in de Europese Unie. Dan ontnem je het motief voor de oorlog. Dat is veel beter dan dat je mensen gaat uitleggen dat je geen oorlog moet gaan voeren. 'Doe het alsjeblieft niet!' Je kan oorlog alleen afschaffen als je de burens vertrouwt."

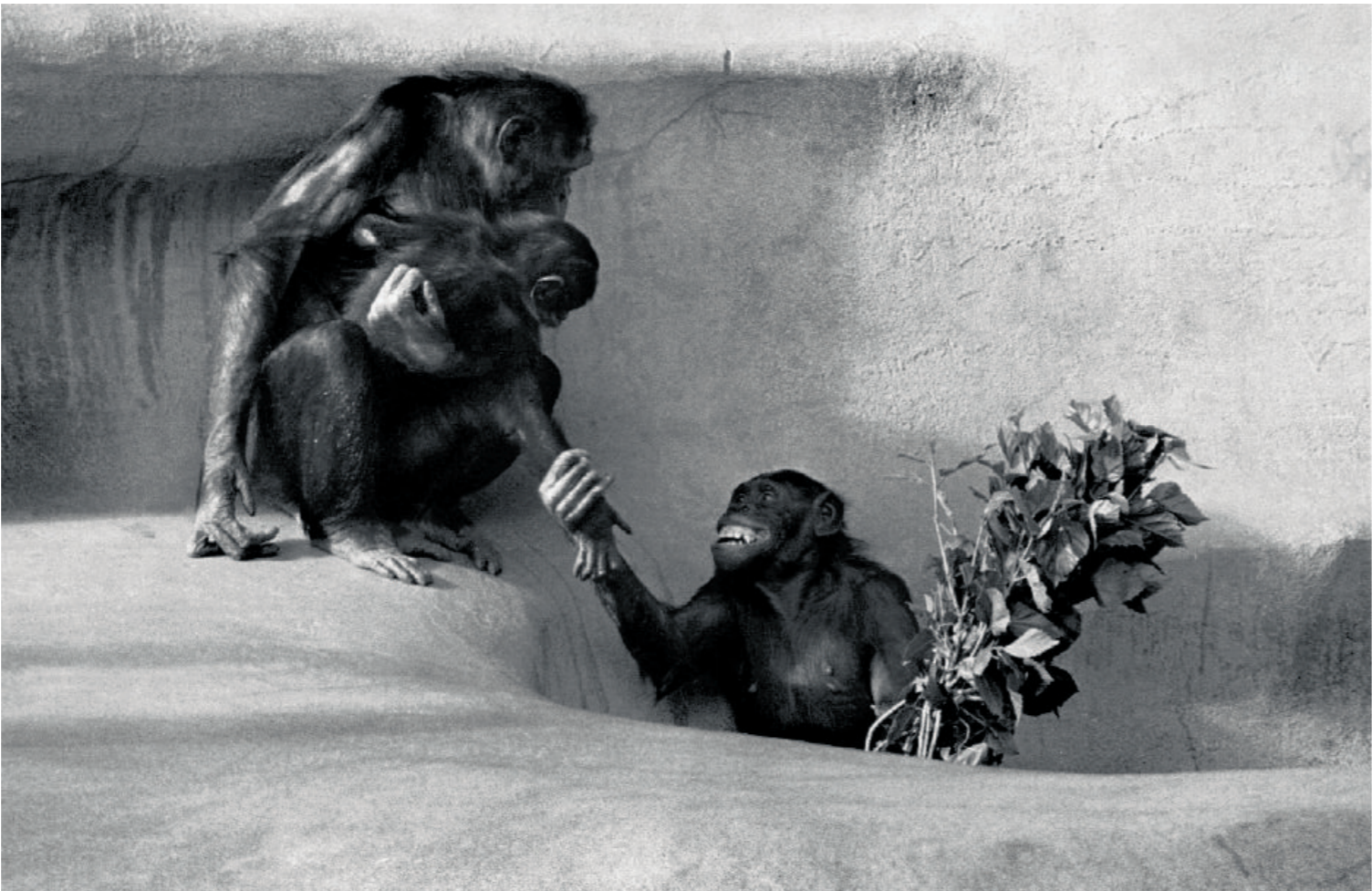
U schrijft dat vrouwen meer vermogen tot sympathie hebben dan mannen. Zijn vrouwen dus niet gewoon leuker dan mannen, met meer kansen op een betere samenleving?

"Dat soort simplificaties vind ik moeilijk. Want vrouwen zijn behoorlijk competitief onder elkaar. De Israëliische oorlogspremier Golda Meir was zelfs blij dat mannen de oorlog voeren want die konden ook vrede maken, zei ze ooit. Meisjes koesteren onderling veel langer wrok. Jongens weten de volgende dag vaak niet eens meer waarover ze ruzie hadden. Ja, vrouwen zijn empathischer en minder gewelddadig. Maar of je daar een hele wereld op kunt baseren?

"Het kan best dat als vrouwen dominant worden, ze gaan veranderen. Aan de top hebben ze dan zeker meer belang bij verzoening. Om de coalities bij elkaar te houden. Maar dat zie je nog niet. Mannen werken samen, vrouwen niet.

"We zullen wel zien hoe dat gaat. De fysieke eigenschappen doen er niet zo veel meer toe. Een klein mannetje kan nu ook de baas zijn. "Mannen zijn ook hiërarchischer. Dus als je als vrouw de chef bent, is het devies: altijd hiërarchisch doen als je met mannen omgaat. 'Jij doet dit en jij dat. En jij daar, jij houdt je kop!' Mannen willen duidelijkheid. Het zijn net honden, haha." ●

Frans de Waal, Een tijd voor empathie. Wat de natuur ons leert over een betere samenleving. Uitgeverij Contact. €24,95



Boven Empathie: met een grijns en een handdruk probeert de Bonobo Loretta de kleine Lenore te kalmeren die haar lekkere hibiscustakken wil afpakken. **Geheel boven** Sympathie: een jonge chimpansee troost een volwassen man, die net een gevecht verloren heeft. FOTO'S UIT MY FAMILY ALBUM FRANS DE WAAL