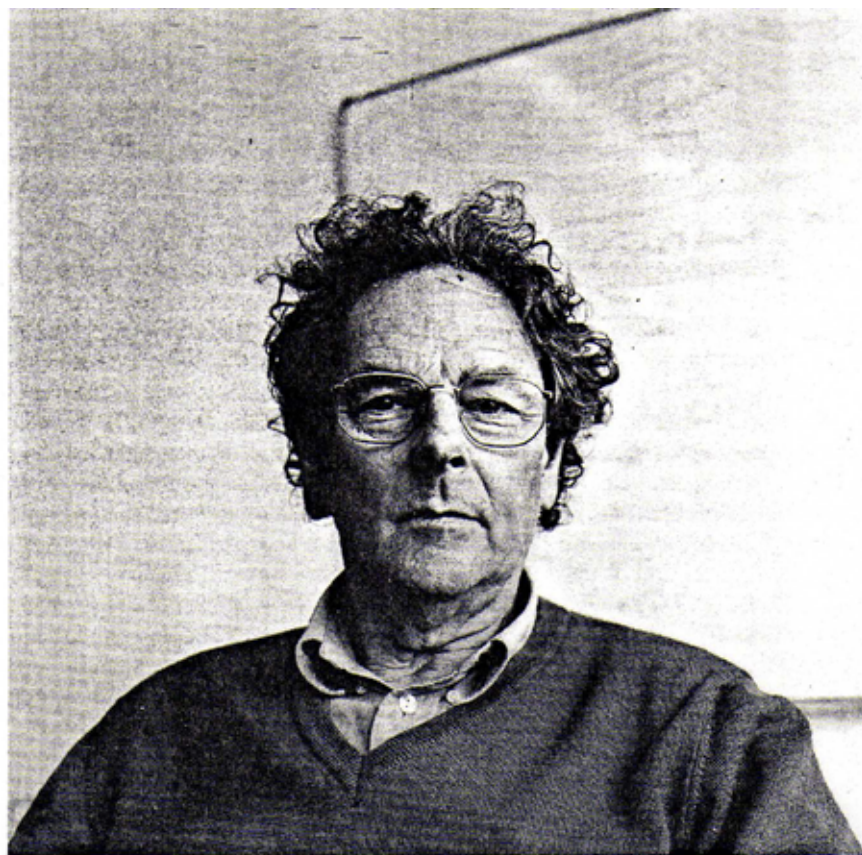




NICO FRIJDA

'Vaak heb je meer last dan plezier van emoties'

Emoties behartigen de belangen van een persoon door zijn gedragsbereidheid te veranderen. Ziedaar in een notedop de theorie van Nico Frijda. Of toch niet? Eén ding is zeker: wie op een definitie uit is, moet in het werk van Frijda goed zoeken. Voor woordkwesties interesseert hij zich matig. 'Daar komen maar onzinnige ruzies van.'

MARJAN SLOB

Wie Nico Frijda zegt, zegt 'theorie van de emoties'. De Amsterdamse emeritus hoogleraar in de psychologie heeft een groot deel van zijn leven gewijd aan het in kaart brengen van emoties. In 1986 mondde dat uit in het standaardwerk *The Emotions* en onlangs verscheen een bundeling van teksten die voornamelijk op dit onderwerp ingaan. Emoties zijn volgens Frijda structuren die uit een aantal componenten zijn opgebouwd. In zijn teksten geeft hij een vaak minutieuze beschrijving van de componenten, aspecten en 'wetten' die hij bij verschillende specifieke emoties onderscheidt. Baanbrekend werk. Maar filosofen zal het af en toe een beetje duizelen. Dit lijkt een theorie als een kooraalrif: als Frijda een aspect interessant genoeg vindt, groeit er gewoon een stukje aan de theorie.

zijn interesse in het onderwerp vandaan komt. Hij reageert, met zijn karakteristieke, nasale stem. 'Wilt u dat echt weten? Maar mijn persoonlijke motivatie is helemaal niet interessant! Als je je afvraagt hoe de basisuitrusting van de mens in elkaar zit, kom je uit op drie of vier dingen: waarnemen, denken, leren en emoties. De status van onze emoties is één van de grote vragen van de psychologie. Dat is voldoende reden. Je moet toch wat doen in je vak.'

Toch heb ik het idee dat er in de theoretische psychologie niet zoveel aandacht wordt besteed aan emoties.

'Het onderwerp is een tijd lang verwaarloosd. Van grofweg 1915 tot 1960 is de psychologie overheerst door psychoanalyse enerzijds en behaviorisme (gedragspsychologie) anderzijds. De psychoanalyse gaat over niets anders dan emoties, maar de analytici weigerden het zo te noemen. Om de basistheorie van emoties bekommerden ze zich niet. Tenminste niet op een zinnige manier. Het behaviorisme was al helemaal niet in emoties geïnteresseerd. Behavioristen bestuderen uit principe slechts gedrag. Subjectieve mentale toestanden, zoals emoties, vallen daarmee overboord. Pas begin jaren zeventig, met de opkomst van de *cognitieve psychologie*, kwam daar verandering in. De cognitieve psychologen erkenden dat interne

je immers vaak wel wat zeggen over de interne huishouding van die persoon.'

In uw boeken hanteert u verschillende beschrijvingen van een emotie. Wat is nu de cruciale beschrijving? Met andere woorden: wat is volgens u een emotie?

Mopperend: 'U vraagt naar een definitie van emotie. Daar houd ik niet van. Het streven naar definities doet de psychologie altijd weer de das om. Je kunt er zo'n ruzie over maken en dat slaat nergens op.'

Definities zijn altijd substantie-definities. Een definitie maakt van emoties een ding. En een emotie is geen ding. 'Emotie' is ons woord voor een grote hoeveelheid processen waarin allerlei gebeurtenissen op elkaar aansluiten. Natuurlijk, we kunnen ontzettende ruzie maken of x of y nu tot de kern van de emotie behoort. Filosofen zal dat wel aanspreken. Maar het is een zotte bedoening om procesmatige beschrijvingen een substantiële definitie te geven. Nu goed. Wat mij interesseert aan al die dingen die onder het begrip emotie samenvallen: een emotie is een verandering in gedragsbereidheid. Die verandering is het gevolg van een inschatting van een situatie door een persoon. Deze persoon taxeert de situatie met het oog op zijn of haar belangen. Ik beschrijf emoties dus als belangenbehartigers en geef daarmee een functionele interpretatie

ADVERTENTIE

FILOSOFIE BIJ KOK AGORA

Onlangs verschenen:

**Bernard Delfgaauw
en Frans van Peperstraten**
**BEKNOPT GESCHIEDENIS VAN
DE WIJSBEGEERTE**

Van Thales tot Lyotard
280 p., f 27,50

P.B. Cliteur e.a.
**FILOSOFEN VAN HET KLASSIEKE
LIBERALISME**

320 p., f 39,90

C.A. van Peursen
ARS INVENIENDI -
Filosofie van de inventiviteit

Van Francis Bacon tot
Immanuel Kant
240 p., f 49,90

Willy Coolhaet
AUTARKEIA

Rivaliteit en
zelfgenoegzaamheid in de
Griekse cultuur
320 p., f 39,90

Hans de Vries
DE DWANG VAN HET SYSTEEM

Diagnose en remedie bij
Habermas en Adorno
202 p., f 39,90

Rob Houtepen
**OP ZOEK NAAR EEN GOEDE
OUDERDOM**

Liberalisme, communitarisme
en gerontologie
272 p., f 45,00

Jeroen Bartels
**DE GESCHIEDENIS VAN
HET SUBJECT**

Descartes, Spinoza, Kant
176 p., f 29,90

Verkrijgbaar bij de boekhandel

KOK AGORA-KAMPEN

*Kok
Agora*

U heeft herhaaldelijk gezegd dat een emotie is opgebouwd uit drie functionele componenten: appèl, taxatie en actiebereidheid. Kunt u deze componenten toelichten aan de hand van een voorbeeld, laten we zeggen jaloezie.

'Jaloezie is de waarneming dat uw affectieve relatie met een persoon wordt bedreigd door een derde. Het constateren van de bedreiging is de taxatie-component. De taxatie verwijst naar de bedreiging van een belang, in dit geval uw gehechtheid aan een bepaalde persoon. Het appèl verwijst naar het feit dat u daar wel eens zeer opgewonden van kunt worden. U gaat zweten en uw hart gaat sneller kloppen. Dat is de lichamelijke component.

Wat de actiebereidheid betreft, in het geval van jaloezie ... Als er echt sprake is van jaloezie is er ook altijd sprake van een verandering van uw geneigdheid tot een bepaald soort gedrag. In het geval van jaloezie wisselen twee vormen elkaar af. U verklaart u zelf hulpeloos. Uw gedragsbereidheid bestaat dan uit het opgeven van elk ander gedrag dan hulpeloos steunzoek-gedrag: huilen. Als u echt jaloeers bent, dan zit u in uw stoel te bibberen en te kniezen en dan gaat u niet gewoon een boek lezen. De andere vorm is woede. U wordt agressief tegen uw rivaal of uw partner, of tegen allebei. U hebt de impuls om het plezier van die twee te bederven.'

'ALS IK MIJN HONDJE VERLIES, MOET IK DAN HET WOORD VERDRIET KENNEN, OM VERDRIET TE HEBBEN?'

'Mijn stelling is dat een emotie altijd ook iets verandert in de gedragsbereidheid, en niet alleen in het gevoel. Ik zeg 'gedragsbereidheid', omdat wij onze impulsen kunnen onderdrukken en beheersen. Ik kan me flink en trots en dapper tonen; niemand hoeft te merken dat ik ondertussen stik van de jaloezie. Emoties zijn dus niet altijd vormen van gedrag, het zijn impulsen tot gedrag. Of er echt gedrag volgt, is weer afhankelijk van andere dingen.'

Kennelijk is er altijd die impuls. Is die een essentieel onderdeel van emoties?

'Als mensen vinden dat er sprake is van geëmotioneerd zijn als ze een gevoel hebben zonder dat daar een impuls bijkomt, dan moeten zij vooral hun definitie zo maken. Maar ik zeg altijd: wat heb

je aan liefde als een ander daar niets van merkt.

Ik heb eens een discussie gehad met een collega. Hij zei: "Ik ben enorm geboeid door deze detectivefilm. Ik ervaar dus een emotie, maar wat is nu mijn veranderde gedragsbereidheid?" Ik vroeg hem even iets voor me uit de keuken te halen. "Ja straks", zei hij. Zie je wel, hij wilde kijken. Kijken is een vorm van gedrag. Gedragsbereidheid heeft iets dwingend. Dat noem ik *stuurvoorrang*. Als je geboeid bent, als je die emotie van spanning hebt bij een film, dan heb je geen aandacht voor iets anders. Ook in dat opzicht is emotie niet slechts een gevoel. Dat wil natuurlijk niet zeggen dat je altijd je impulsen volgt. Misschien is de vervulling van zo'n impuls onmogelijk. Neem bijvoorbeeld een emotie als weemoed. Ik denk dat je weemoed het beste kunt omschrijven als het verlangen om iets terug te krijgen, terwijl je tegelijk beseft dat dit onmogelijk is. Dus het gevoel van weemoed is een verlangen, een gedragsbereidheid, dat gekleurd wordt door het feit dat je weet dat dit niet kan. Je weet dat het object van verlangen verdwenen, verloren, voorgoed weg is.'

Maar er is toch verschil tussen weemoed en rouw?

'Bij weemoed is het besef van het verlies niet zo ernstig. Bij weemoed overheerst de vreugde om het feit dat iets er geweest is. Bij rouw overheerst het verlies.'

Ik krijg de indruk dat uw methode gestoeld is op een soort introspectie.

(knikt) 'Mijn methode is in hoge mate introspectief. Ik maak in feite introspectieve begripsanalyses. Ik ga na wanneer ikzelf een bepaald woord gebruik en eventueel controleer ik bij Jan, Piet en Klaas of zij het ook zo voelen. Maar ook het beschrijven en analyseren van het daadwerkelijke gedrag van mensen is een zinnige onderzoeksmethode. Emoties zijn niet alleen gevoelens van binnen. Het ligt ingewikkelder. Emoties zijn ook symptoom van een streven naar verandering van de relatie tot de buitenwereld. Woede en vrees zijn bijvoorbeeld tamelijk eenduidig verbonden met vormen van gedrag. Jaloezie is eerder een emotie die gedefinieerd wordt door het gebeurtenistype. En je kunt kwaad en jaloeers tegelijk zijn.'

(duizelig) Kwaad omdat je je jaloezie eigenlijk nogal minnetjes vindt?