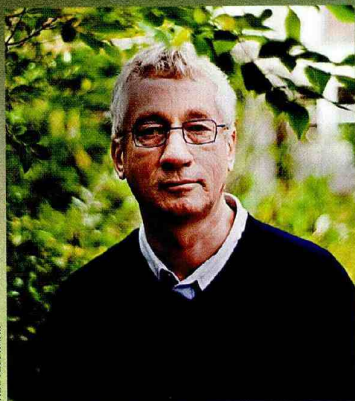


Hij is een vooraanstaand apenkenners, maar onderzoekt ook het zelfbeeld van andere dieren. Zo ontdekte hij dat olifanten zichzelf in de spiegel herkennen. In zijn nieuwe boek *Een tijd voor empathie* houdt bioloog Frans de Waal mensen een spiegel voor. 'Onze empathische vermogens zijn niet zo uniek als we denken.' Een interview.

IN GESPREK MET BIOLOOG FRANS DE WAAL

'Ook robotdieren wekken empathie op'



PAUL TOLLEMAAR

Als we in het circus een koorddanser hoog in de lucht over een koord zien lopen, zitten we op het puntje van onze stoel – terwijl hij stapje voor stapje naar de overkant schuift, breekt óns het angstzweet uit. Hij zal toch niet vallen? Het lijkt haast alsof we zelf daarboven staan, in de peilloze diepte turend. Onze inlevende gevoelens reiken zelfs tot de dierenwereld. Wanneer we op televisie een weerloos kariboejong in de klauwen van een wolf terecht zien komen, krijgen we spontaan een brok in de keel. Ons gevoelsleven lijkt ons menselijk te maken. Kille, meedogenloze personen beschrijven we graag als beestachtig. Geheel onterecht, blijkt tijdens het lezen van *Een tijd voor empathie*. In dit boek geeft Frans de Waal voorbeelden van empathisch gedrag bij dieren, van kapucijnaapjes die eerlijk hun voedsel met elkaar delen tot chimpansees die mensen proberen te troosten. Dieren lijken zich dus prima te kunnen inleven. Niet alleen in elkaar, maar ook in mensen! Wat is empathie precies? We vroegen het aan

de auteur, tijdens een bezoek aan Nederland (zie ook kader 'Wie is...?').

'Empathie is het vermogen om ons in te leven in een ander. We kunnen natuurlijk niet weten wat mensen om ons heen precies voelen, maar we kunnen dankzij ons voorstellingsvermogen andermans ervaringen voelen alsof ze van onszelf zijn. Op die manier krijgen we toegang tot ons "vreemde zelf".'

Waarom is het zo belangrijk om je in anderen te verplaatsen?

'Dankzij empathie kunnen we sociale banden aangaan; het geeft ons een gevoel van geborgenheid. Waarschijnlijk ontstond empathie als zorginstinct bij vrouwtjesdieren. Moeders die zich konden inleven in hun kroost hadden een grotere kans om hun kinderen succesvol groot te brengen en op die manier hun genen voort te planten. Waarschijnlijk zijn vrouwen om die reden vaak ook empathischer dan mannen.

Lange tijd werd gedacht dat inlevingsvermogen puur menselijk was. Nu blijkt dat sommige dieren ook empathisch zijn.'

Welke dieren zijn dat dan?

'Waarschijnlijk bezitten de meeste dieren wel een eenvoudige vorm van empathie, maar er zijn een paar diersoorten die echt onderscheid kunnen maken tussen zichzelf en een soortgenoot, en zich daardoor daadwerkelijk kunnen inleven. Dat zijn mensapen, walvisachtigen en olifanten. Deze soorten beschikken over speciale VEN-cellen, die verantwoordelijk zijn voor het ontstaan van zelfbesef en empathie. Bovendien zijn het allemaal zoogdieren die zichzelf in de spiegel kunnen herkennen en dat vermogen is hoogstwaarschijnlijk gekoppeld aan inlevingsvermogen.'

Waarom ben je empathischer als je jezelf in de spiegel herkent?

'Het herkennen van je eigen spiegelbeeld duidt op zelfbesef, waardoor je onderscheid kunt maken tussen jezelf en een ander. Je ziet bij alle empathische soorten overigens dat zelfbesef en inlevingsvermogen zich rond dezelfde leeftijd ontwikkelen. Bij mensen gebeurt dat rond het tweede levensjaar. De gezamenlijke opkomst van die eigenschappen wijst erop dat zelfbeeld en empathie aan elkaar gekoppeld zijn. Jonge kinderen beginnen op de leeftijd dat ze zichzelf in de spiegel herkennen met poppen en knuffels te spelen; hun zorginstinct wordt aangewakkerd. Overigens lopen jonge, vrouwelijke chimpansees ook vaak rond met een pop: een stuk hout dat ze dag en nacht bij zich dragen, alsof het een klein aapje betreft.'

Kunnen we empathie voelen voor levenloze voorwerpen?

'Ja, zeker als het replica's van levende wezens betreft, zoals robotdieren. Zulke robots maken heel slim misbruik van onze empathische vermogens. Of nou ja, misbruik... Ze wekken inderdaad empathie op en dat kan heel positief zijn. Bij huisdieren is al aangetoond dat ze stressverlagend werken en het zou heel mooi zijn als dat ook voor zulke robotdieren zou gelden.'

Als mensen zo empathisch zijn, waarom eten we dan nog vlees?

'Wij zijn nu eenmaal zo dat we een konijn grootbrengen en het dan vervolgens opeten. We kunnen het stuk vlees op ons bord heel goed als abstract beschouwen. Je kunt dat tegenstrijdig noemen, maar het zegt naar mijn mening niet direct iets over gebrek aan empathie. Vleeseters kunnen alsnog vatbaar zijn voor dierenleed, jagers kunnen tegelijkertijd ►

ook natuurliefhebbers zijn. President Roosevelt van Amerika zette zich destijds sterk in voor natuurbehoud, maar hij ging wel regelmatig op safari naar Afrika.

Toen ik in de Amerikaanse staat Wisconsin woonde, waren daar op een gegeven moment 6 miljoen herten. Regelmatig kwam er een onder een auto. Jagen was, samen met de introductie van de wolf, eigenlijk de enige diervriendelijke oplossing om de hertenstand naar een normaal niveau terug te brengen. Ik vind het eten van vlees prima, maar eet liever vers geschoten wild dan een spek-lapje van een varken dat zijn hele leven in een te klein hok opgesloten heeft gezeten!

Zijn alleen zoogdieren empathisch of kunnen vogels het bijvoorbeeld ook zijn?

'Het vogelbrein is zo anders dan dat van ons, dat we niets weten van mogelijke VEN-cellen. Er zijn wel spiegeltests gedaan met eksters en die blijken zichzelf in de spiegel te kunnen herkennen. Misschien heeft dat te maken met het feit dat eksters de rovers onder de vogels zijn. Om hun misdadige levensstijl te kunnen volhouden, is het belangrijk dat ze anderen te slim af zijn. Daarbij komt het van pas als je de bedoeling van anderen kunt raden. Zoals de waard is, vertrouwt hij zijn gasten.'

En altruïsme, zoals je dat in mierenkolonies ziet, is dat ook empathie?

'Nee, dat heeft weinig met inlevingsvermogen te maken. Altruïsme is instinctieve zelfop-offering, gericht op soortbehoud. Een dier dat voor zijn soortgenoten een alarmroep ten gehore brengt, doet dat instinctief en niet omdat hij zich kan voorstellen dat zijn familieleden bang zijn.'

Kunnen wij van dieren leren om nog empathischer te worden?

'De vraag is of je dat wilt. Met mijn boek wil ik aangeven waar empathie vandaan komt, ik wil niet zozeer het inlevingsvermogen van lezers vergroten. Te veel empathie heeft namelijk ook nadelen. Er zijn experimenten gedaan waarbij mensen oxytose – een hormoon dat empathische gevoelens opwekt – kregen toegediend. Ze hadden vervolgens meer vertrouwen in de ander en neigden sterker tot samenwerking. Als iedereen empathischer wordt is dat geen probleem, maar als het alleen een deel van de mensen betreft, zou er misbruik van hun goedgelovigheid kunnen worden gemaakt. Iemand die in iedereen een grenzeloos vertrouwen heeft, is daardoor zelf eigenlijk minder goed te vertrouwen – diegene zou het belang van geheimhouding bijvoorbeeld niet inzien. Wel vind ik dat we wat meer grensoverschrijdende empathie zouden mogen tonen, naar bevolkingsgroepen die verder van ons afstaan. En naar dieren, natuurlijk.'

Hoe komt het dat we voor liefogende dieren meer empathie voelen?

'We hebben meer empathie voor dieren die op ons lijken, omdat we ons gemakkelijk in hen kunnen inleven. We zijn minder gevoelig voor het leed van vissen dan voor dat van apen. Bovendien zijn we vatbaar voor vriendelijke gezichtsuitdrukkingen. Van starre blikken schrikken we terug; die kunnen we niet

Wie is...?

Frans de Waal (1948) is Nederlands beroemdste primatoloog (apenkenner). Hij woont en werkt in de Verenigde Staten, waar hij als hoogleraar psychologie verbonden is aan de Emory Universiteit in Atlanta. Het tijdschrift Time plaatste hem in 2007 op plek 79 van de honderd meest invloedrijke mensen. Hij schreef diverse boeken, zijn laatste titel is *Een tijd voor empathie*. Uitgeverij Contact. ISBN 978 90 254 3211 9, € 24,95.

peilen. We nemen gezichtsuitdrukkingen ook makkelijk over. Lachen werkt bijvoorbeeld aanstekelijk. En als iemand begint te geeuwen, doen we dat haast automatisch zelf ook. Een orang-oetan zet sneller een spelgezicht op – vergelijkbaar met ons lachen – als een soortgenoot dat ook doet. Zulke primaire lichamelijke synchronisatie is in feite het begin van empathie. We laten ons makkelijk in een bepaalde emotionele richting sturen.'

Hebben gevoelens als verliefdheid ook met empathie te maken?

'Of je in de dierenwereld echt van verliefd zijn kunt spreken weet ik niet, maar natuurlijk treedt er bij sommige soorten wel monogamie op. Paarvorming gaat samen met hechting en je mag verwachten dat daar ook

'We zijn minder gevoelig voor het leed van vissen dan voor dat van andere dieren. Van starre blikken schrikken we terug; die kunnen we niet peilen'



Paling

RON OEFERMAN/BB

empathie bij komt kijken. Het is echter niet strikt noodzakelijk en vormt zeker niet de oorsprong van verliefdheid.'

Bent u zelf empathischer geworden door uw werk met dieren?

'Ik heb altijd van dieren gehouden, dus misschien heeft mijn houding mijn werk eerder beïnvloed dan andersom. Er is trouwens een verschil tussen empathie en sympathie. Empathie is een haast automatische reactie, maar dat je je bewust bent van andermans gevoelens betekent nog niet dat je iets met dat bewustzijn doet. Wie sympathiek is, heeft ook daadwerkelijk een verlangen om de situatie van de ander te verbeteren. Sympathie is meer doordacht dan empathie – je kunt ervoor kiezen om te handelen, of niet.' ■

Waarschijnlijk kunnen ook eksters zich inleven in hun soortgenoten. Om hun rovende levensstijl vol te houden, is het handig als ze de bedoelingen van hun concurrenten kunnen raden. Dit exemplaar lijkt zich eerder de gevoelswereld van een balletdanser eigen te maken



MARBUS VARESULO/AGAMI