



Zelfbewuste emoties in de kindertijd

Milica Nikolić · Eddie Brummelman

De behoefte aan verbondenheid – het aangaan en onderhouden van sociale relaties – is een van de fundamenteelste menselijke behoeftes (Baumeister en Leary 1995). De evolutie heeft de mens uitgerust met een vermogen tot het ervaren van zelfbewuste emoties, die een belangrijke rol spelen in sociale relaties. Zelfbewuste emoties, zoals verlegenheid, gêne en schaamte, treden op wanneer iemand zich bewust wordt van zichzelf (Tangney et al. 2007) en beseft dat hij of zij een slechte indruk op anderen zou kunnen maken (Leary et al. 1992). Deze emoties treden op wanneer iemand een fout maakt, een regel overtreedt of in het middelpunt van de aandacht staat (Keltner en Buswell 1997). Mensen voelen zich bijvoorbeeld verlegen wanneer ze iemand ontmoeten die ze aantrekkelijk vinden; ze voelen zich gegeneerd wanneer ze iets onhandigs zeggen; en ze voelen zich beschaamd wanneer ze beseffen dat ze iemand om wie ze geven hebben beledigd of gekwetst. Deze emoties helpen mensen om hun eigen fouten te erkennen en te repareren, om zodoende te voorkomen dat ze worden afgewezen of buitengesloten (Keltner en Buswell 1997).

Hoewel verlegenheid, gêne en schaamte op het eerste gezicht veel gemeen lijken te hebben, is er steeds meer wetenschappelijk bewijs dat het unieke emoties zijn, elk met een eigen uitingvorm en een eigen functie. In dit artikel beschrijven we de gedeelde en unieke kenmerken van verlegenheid, gêne en schaamte. Ook bespreken we pilotstudies die inzicht geven in het unieke karakter van deze zelfbewuste emoties bij zowel kinderen als volwassenen.

Dr. M. Nikolić (✉) · Dr. E. Brummelman
Research Institute of Child Development and Education, Universiteit van Amsterdam, Nieuwe
Achtergracht 127, 1018 WS Amsterdam, Nederland
e-mail: m.nikolic@uva.nl

Ontwikkeling van gêne, verlegenheid en schaamte

Er wordt gedacht dat zelfbewuste emoties pas optreden wanneer kinderen een leeftijd hebben bereikt waarop ze zelfbewust zijn – waarop ze beseffen dat ze door iemand anders beoordeeld kunnen worden, dat ze een ‘publiek zelf’ hebben (Darwin 1998 [1872]; Lewis 2003). Studies die gebruikmaken van de spiegelproef, die vaststelt of kinderen zichzelf herkennen in de spiegel, laten zien dat kinderen ergens in hun tweede levensjaar zelfbewustzijn ontwikkelen (Lewis 1995). Vanaf deze leeftijd zouden kinderen dus hun eerste zelfbewuste emoties kunnen ervaren. Rond een jaar of drie, vier internaliseren kinderen de sociale standaarden op basis waarvan ze zichzelf kunnen beoordelen (ook in de afwezigheid van anderen), en zulke zelfbeoordelingen kunnen weer leiden tot zelfbewuste emoties (Lewis 2003).

Zelfbewuste emoties komen op lichamelijk vlak vaak tot uiting in blozen (Crozier 2004). Blozen is het onvrijwillig rood worden van het gezicht (en soms de nek en borst) in situaties waarin iemand blootgesteld wordt aan sociale aandacht (Leary et al. 1992). Mensen blozen wanneer ze zich verlegen, gegeneerd of beschaamd voelen (Nikolić et al. 2016a), dus blozen komt voor bij een hele reeks van zelfbewuste emoties, en niet bij één zelfbewuste emotie in het bijzonder. Tot voor kort werd blozen zelden onderzocht bij kinderen. Mijn collega’s en ik (de eerste auteur) hebben fysiologische metingen gedaan om blozen te onderzoeken bij kinderen, en we hebben ontdekt dat blozen belangrijke gevolgen kan hebben voor de ontwikkeling van kinderen. Om blozen te meten hebben we gebruikgemaakt van fotoplethysmografie (waarmee we snelle veranderingen in de doorbloeding van de wang kunnen meten) en een temperatuursensor (waarmee we tragere veranderingen in de temperatuur van de wang kunnen meten). We hebben ontdekt dat kinderen die buitensporige waarde hechten aan de mening van anderen – zoals sociaal angstige kinderen – heftig blozen wanneer ze in het middelpunt van de aandacht staan (Brummelman et al. 2018; Nikolić et al. 2018, 2016b, 2019). Daarnaast hebben we ontdekt dat kinderen die het meest blozen in zulke situaties ook meer sociale angst ontwikkelen, zelfs wanneer we controleren voor bekende voorspellers van sociale angst, zoals temperament (Nikolić et al. 2020).

Zelfbewuste emoties komen ook tot uiting in lichaamshoudingen en gezichtsuitdrukkingen. Op dat vlak verschilt schaamte van verlegenheid en gêne. Wanneer mensen zich schamen, laten ze hun hoofd hangen en kijken ze naar beneden (Keltner 1995), maar wanneer mensen verlegen zijn of zich generen, draaien ze hun hoofd weg, wenden ze hun blik af en glimlachen ze (Asendorpf 1990; Colonnese et al. 2013, 2014; Keltner 1995; Nikolić et al. 2016a; Reddy 2001). Bovendien treedt schaamte op bij ernstiger morele vergrijpen, zoals betrapt worden bij het afkijken op een tentamen, terwijl verlegenheid en gêne optreden bij relatief onschuldige situaties, zoals per ongeluk tegen iemand aanbotsen in de gang (Buss 1980).

Het verschil tussen verlegenheid en gêne

Schaamte is dus een unieke emotie, die duidelijk verschilt van verlegenheid en gêne, maar er is helaas nog weinig bekend over het verschil tussen verlegenheid en gêne. Sommige onderzoekers stellen dat verlegenheid en gêne verschillen in hoe ze precies tot uiting komen (Asendorpf 1990; Colonnesei et al. 2013; Reddy 2001). Verlegenheid en gêne gaan beide gepaard met een weggedraaid hoofd, afgewende blik en een glimlach, maar in het geval van gêne proberen mensen deze glimlach te controleren of zelfs te onderdrukken, waardoor een nerveuze of ongemakkelijke glimlach ontstaat (Keltner 1995).

Er wordt bovendien gedacht dat verlegenheid en gêne verschillende functies hebben binnen sociale relaties. Verlegenheid zou zorgen voor ‘anticiperende verzoening’ – verzoening *voordat* je een slechte indruk hebt gemaakt op anderen (Keltner en Buswell 1997). Verlegenheid treedt inderdaad op wanneer iemand een slechte indruk kan maken, maar dit nog niet daadwerkelijk is gebeurd, zoals wanneer iemand op het punt staat een presentatie te geven voor zijn of haar klasgenoten (Colonnesei et al. 2013; Keltner et al. 1997; Nikolić et al. 2016a). Daarentegen zou gêne zorgen voor ‘reactieve verzoening’ – verzoening *nadat* je een slechte indruk hebt gemaakt op anderen (Keltner et al. 1997). Gêne treedt inderdaad op wanneer iemand al een slechte indruk heeft gemaakt, zoals wanneer zijn of haar presentatie in de soep loopt (Miller 1995). Hoewel onderzoek inderdaad heeft aangetoond dat gêne zorgt voor verzoening (Feinberg et al. 2012), is er nog geen direct empirisch bewijs voor de verzoenende werking van verlegenheid. Er is kortom een gebrek aan onderzoek naar de verschillen tussen verlegenheid en gêne in termen van hun uitingsvormen, oorzaken en functies.

Het huidige project

Met behulp van de Kind en Adolescent-reisbeurs ben ik (de eerste auteur) op bezoek geweest bij prof. dr. Jessica Tracy, hoofd van The Self and Emotion Lab aan de Universiteit van Brits-Columbia in Vancouver, Canada. Zij is een toonaangevend onderzoeker op het gebied van emoties, in het bijzonder zelfbewuste emoties. Ze heeft invloedrijke theoretische modellen ontwikkeld, zoals haar inmiddels meer dan duizend keer geciteerde model in *Psychological Inquiry* (Tracy en Robins 2004), waarin ze beschrijft hoe zelfbewuste emoties zich onderscheiden van basale emoties en welke rol ‘het zelf’ speelt in zelfbewuste emoties. Bovendien heeft ze een invloedrijk handboek over zelfbewuste emoties geredigeerd (Tracy et al. 2007) en heeft ze een productieve empirische onderzoekslijn naar de uitingsvorm en gevolgen van zelfbewuste emoties, met name trots en schaamte.

Aangezien mijn proefschrift zich richtte op de rol van zelfbewuste emoties in de ontwikkeling van de sociale-angststoornis, wilde ik met dit werkbezoek mijn kennis over zelfbewuste emoties en hun sociale functie verbreden en verdiepen.

Ik was vooral geïnteresseerd in de zelfbewuste emotie verlegenheid en of deze verschilt van gêne. Mijn collega's en ik maken onderscheid tussen positieve en ne-

gatieve uitdrukkingen van verlegenheid. Positieve en negatieve verlegenheid gaan beide gepaard met een weggedraaid hoofd en afgewende blik, maar bij positieve verlegenheid is er een glimlach (een zogenaamde ‘*coy smile*’) en bij negatieve verlegenheid is er een negatieve gezichtsuitdrukking (Colonnesi et al. 2014; Nikolić et al. 2016a). Positieve verlegenheid geeft uiting aan de ambivalentie tussen de wens tot toenadering en de wens tot vermijding, wat vergelijkbaar is met de ambivalentie die wordt gevoeld bij *gêne*. Negatieve verlegenheid geeft daarentegen enkel uiting aan de wens tot vermijding (Buss 1980). Mijn bezoek had twee doelen: (1) onderzoeken of verlegenheid (en in het bijzonder positieve verlegenheid) en *gêne* twee verschillende emoties zijn, afgaande op hun non-verbale uitingen en hun oorzaken; (2) onderzoeken of verlegenheid dezelfde adaptieve sociale functie heeft als *gêne*. Om deze vragen te onderzoeken hebben we meerdere pilotstudies gedaan.

We hebben eerst een online experiment gedaan via Amazon Mechanical Turk (MTurk) met een steekproef van 138 Engelssprekende volwassenen, waarin we foto’s lieten zien van personen die een emotie uitten: verlegenheid (een *coy smile*, dus een weggedraaid hoofd en afgewende blik, samen met een glimlach), *gêne* (een weggedraaid hoofd en afgewende blik, samen met een meer gecontroleerde of onderdrukte glimlach) of een andere emotionele uitdrukking die gepaard gaat met een glimlach, zoals plezier, geluk en flirten. We vroegen deelnemers om aan te geven hoe verlegen of gegeneerd de betreffende persoon zich voelde. Onze bevindingen waren onverwacht: de deelnemers dachten dat de verlegen personen zich juist geneerden, meer dan dat ze verlegen waren. Dit lijkt te suggereren dat Engelssprekende volwassenen verlegenheid niet onderscheiden van *gêne*, in elk geval niet op non-verbaal vlak.

We hebben het online experiment daarna herhaald met een steekproef van 68 Nederlandssprekende volwassenen die deel uitmaakten van een groter onderzoek naar verlegenheid en zijn geworven via scholen, kinderopvangcentra en sociale media. We lieten hun dezelfde foto’s zien als in het vorige experiment, maar ditmaal moesten deelnemers bij elke foto één emotie kiezen die zij het best vonden passen. Deelnemers konden kiezen tussen verlegenheid, *gêne* en andere emoties, waaronder flirten. Verrassend genoeg dachten de deelnemers dat de verlegen personen eigenlijk aan het flirten waren – meer nog dan dat ze zich verlegen of gegeneerd voelden. Dit suggereert dat Nederlandssprekende volwassenen, evenals Engelssprekende volwassenen, non-verbale uitingen van verlegenheid niet herkennen als verlegenheid. Maar in tegenstelling tot Engelssprekende volwassenen zagen ze verlegen uitingen niet als *gêne*, maar juist als flirten.

In dit onderzoek hebben we deelnemers niet alleen gevraagd welke emoties de personen op de foto’s leken te voelen, maar ook wat – volgens de deelnemers – de oorzaak zou kunnen zijn van deze emoties. Zo konden we onderzoeken of verlegenheid en *gêne* andere oorzaken hebben. Bij elke foto legden we deelnemers bepaalde scenario’s voor en vroegen we hoe waarschijnlijk het was dat de persoon in de foto dit meemaakte. De scenario’s beschreven situaties waarvan bekend is dat ze leiden tot verlegenheid, *gêne* of andere emoties. Bij verlegen personen dachten de deelnemers vaak aan een typische verlegenheid-oproepende situatie –

voorgesteld worden aan iemand op wie ze een oogje hebben of publiekelijk een compliment krijgen. Maar bij gegeneerde personen dachten de deelnemers vaak aan een gêne-oproepende situatie – een slechte presentatie geven of uitglijden terwijl anderen toekijken. Dit suggereert dat verlegenheid inderdaad andere oorzaken heeft dan gêne.

Daarna hebben we twee experimenten gedaan met Nederlandssprekende kinderen die tussen de zes en negen jaar oud waren – ditmaal niet online maar op scholen. Aan het eerste experiment namen 99 kinderen deel. We hebben hun geen foto's laten zien, maar juist video's waarin 4,5-jarige kinderen verlegenheid, blijdschap of een neutrale emotie toonden terwijl ze een liedje aan het zingen waren op een podium. We vroegen deelnemers hoezeer het kind in de video zich verlegen of gegeneerd voelde. Deelnemers dachten dat kinderen die verlegenheid toonden zich inderdaad meer verlegen dan gegeneerd voelden. Dus Nederlandssprekende kinderen waren, in tegenstelling tot volwassenen, wel in staat om verlegenheid te herkennen op basis van non-verbale uitingen. Dit suggereert dat verlegenheid gemakkelijker wordt herkend bij kinderen dan bij volwassenen. Dit sluit aan bij het idee dat veel mensen die als kind verlegen waren als volwassene niet meer verlegen zijn (Zimbardo et al. 1975).

Aan het tweede experiment namen 90 kinderen deel. We gebruikten dezelfde video's als in het vorige experiment. Om te onderzoeken of verlegenheid bij kinderen een adaptieve functie heeft, hebben we gekeken of kinderen met verlegen uitdrukkingen aardiger worden gevonden dan kinderen met blijde of neutrale uitdrukkingen. We vroegen bijvoorbeeld: 'Hoe graag wil je dit kind beter leren kennen?' (een vraag die is gebaseerd op de Desire for Future Interaction Scale; Coyne 1976). We verwachtten dat kinderen met verlegen uitdrukkingen aardiger gevonden zouden worden, maar dat was niet wat onze resultaten lieten zien: deelnemers vonden de verlegen kinderen niet aardiger dan de blijde of neutrale kinderen.

Ons onderzoek vindt dus geen direct bewijs voor de adaptieve sociale functie van verlegenheid in de kindertijd. Er is een aantal mogelijke verklaringen. Het is mogelijk dat verlegenheid simpelweg niet dezelfde sociale functie heeft als gêne, aangezien verlegenheid meestal wordt ervaren wanneer iemand nog geen slechte indruk heeft gemaakt. Bijvoorbeeld, in ons experiment lieten we video's zien van verlegen kinderen die aan het zingen waren; deze kinderen schonden geen enkele morele code en hadden derhalve geen enkele reden om zich 'te verzoenen' met hun publiek. Verder is het mogelijk dat verlegenheid wel degelijk dezelfde sociale functie heeft als gêne, maar dat deze functie zich pas op latere leeftijd ontwikkelt. Toekomstig onderzoek moet uitwijzen of dit klopt.

Het is belangrijk te benadrukken dat dit preliminaire resultaten zijn en dat toekomstig onderzoek de sociale functie van verlegenheid moet onderzoeken met gebruik van gestandaardiseerde stimuli en grotere steekproeven van zowel kinderen als volwassenen. Dit zal ons in staat stellen om beter te toetsen of verlegenheid bij kinderen, net als verlegenheid bij volwassenen, een adaptieve functie heeft. We zijn dit onderzoek momenteel aan het opzetten.

Conclusie

Zelfbewuste emoties zijn belangrijk voor een gezonde ontwikkeling. Helaas weten we weinig over zelfbewuste emoties in de kindertijd. Met mijn bezoek aan The Self and Emotion Lab heb ik een eerste serie studies kunnen doen naar het verschil tussen verlegenheid en gêne, alsook naar de sociale functie van verlegenheid. Ik ben *Kind en Adolescent* dankbaar dat ze mijn werkbezoek mogelijk hebben gemaakt. Door samen te werken met een toonaangevend onderzoeker op het gebied van zelfbewuste emoties, door onderzoek te doen bij zowel Engels- als Nederlandssprekende deelnemers, en door voor het eerst de sociale functie van verlegenheid bij kinderen te onderzoeken, heb ik mijn kennis van zelfbewuste emoties verbreed en verdiept. Deze kennis zal nuttig zijn voor mijn toekomstige onderzoek, waarin ik de oorsprong en gevolgen van verlegenheid bij kinderen zal onderzoeken.

Literatuur

- Asendorpf, J.B. (1990). The expression of shyness and embarrassment. In W.R. Crozier (red.), *Shyness and embarrassment: perspectives from social psychology* (pag. 87–118). Cambridge: Cambridge University Press.
- Baumeister, R.F., & Leary, M.R. (1995). The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, *117*, 497–529.
- Brummelman, E., Nikolić, M., & Bögels, S.M. (2018). What's in a blush? Physiological blushing reveals narcissistic children's social-evaluative concerns. *Psychophysiology*, *55*, e13201.
- Buss, A.H. (1980). *Self-consciousness and social anxiety*. San Francisco: W.H. Freeman.
- Colonnese, C., Bögels, S.M., De Vente, W., & Majdandžić, M. (2013). What coy smiles say about positive shyness in early infancy. *Infancy*, *18*, 202–220.
- Colonnese, C., Napoleone, E., & Bögels, S.M. (2014). Positive and negative expressions of shyness in toddlers: are they related to anxiety in the same way? *Journal of Personality and Social Psychology*, *106*, 624–637.
- Coyne, J.C. (1976). Depression and the response of others. *Journal of Abnormal Psychology*, *2*, 186–193.
- Crozier, W.R. (2004). Self-consciousness, exposure, and the blush. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, *34*, 1–17.
- Darwin, C. (1998). *The expression of the emotions in man and animals*. New York: Oxford University Press. Oorspronkelijke werk gepubliceerd in 1872.
- Feinberg, M., Willer, R., & Keltner, D. (2012). Flustered and faithful: embarrassment as a signal of prosociality. *Journal of Personality and Social Psychology*, *102*, 81–97.
- Keltner, D. (1995). Signs of appeasement: evidence for the distinct displays of embarrassment, amusement, and shame. *Journal of Personality and Social Psychology*, *68*, 441–454.
- Keltner, D., & Buswell, B.N. (1997). Embarrassment: its distinct form and appeasement functions. *Psychological Bulletin*, *122*, 250–270.
- Leary, M.R., Britt, T.W., Cutlip, W.D., & Templeton, J.L. (1992). Social blushing. *Psychological Bulletin*, *112*, 446–460.
- Lewis, M. (1995). Self-conscious emotions. *American Scientist*, *83*, 68–78.
- Lewis, M. (2003). The development of self-consciousness. In J. Roessler & N. Eilan (red.), *Agency and self-awareness: issues in philosophy and psychology* (pag. 275–295). Oxford: Oxford University Press.
- Miller, R.S. (1995). Embarrassment and social behavior. In J.P. Tangney & K.W. Fischer (red.), *Self-conscious emotions: the psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (pag. 322–339). New York: Guilford.

- Nikolić, M., Brummelman, E., Colonnese, C., De Vente, W., & Bögels, S.M. (2018). When gushing leads to blushing: inflated praise leads socially anxious children to blush. *Behaviour Research and Therapy*, *106*, 1–7.
- Nikolić, M., Colonnese, C., De Vente, W., Drummond, P.D., & Bögels, S. (2015). Blushing and social anxiety: a meta-analysis. *Clinical Psychology: Science and Practice*, *22*, 177–193.
- Nikolić, M., Colonnese, C., De Vente, W., & Bögels, S.M. (2016a). Blushing in early childhood: feeling coy or socially anxious? *Emotion*, *16*, 475–487.
- Nikolić, M., Majdandžić, M., Colonnese, C., De Vente, W., Möller, E., & Bögels, S.M. (2020). The unique contribution of blushing to the development of social anxiety disorder symptoms: results from a longitudinal study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13221>.
- Nikolić, M., Van der Storm, L., Colonnese, C., Brummelman, E., Kan, K.J., & Bögels, S. (2019). Are socially anxious children poor or advanced mindreaders? *Child Development*. <https://doi.org/10.1111/cdev.13248>.
- Nikolić, M., De Vente, W., Colonnese, C., & Bögels, S.M. (2016b). Autonomic arousal in children of parents with and without social anxiety disorder: a high risk study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *57*, 1047–1055.
- Reddy, V. (2001). Positively shy! Developmental continuities in the expression of shyness, coyness, and embarrassment. In W.R. Crozier & L.E. Alden (red.), *International handbook of social anxiety: concepts, research and interventions relating to the self and shyness* (pag. 77–99). New York: John Wiley & Sons.
- Tangney, J.P., Stuewig, J., & Mashek, D.J. (2007). Moral emotions and moral behavior. *Annual Review of Psychology*, *58*, 345–372.
- Tracy, J.L., & Robins, R.W. (2004). Putting the self into self-conscious emotions: a theoretical model. *Psychological Inquiry*, *15*, 103–125.
- Tracy, J.L., Robins, R.W., & Tangney, J.P. (red.). (2007). *The self-conscious emotions: theory and research*. New York: Guilford.
- Zimbardo, P.G., Pilkonis, P.A., & Norwood, R.M. (1975). Social disease called shyness. *Psychology Today*, *8*, 69–72.

Dr. Milica Nikolić is postdoctoraal onderzoeker bij Amsterdam Brain and Cognition (ABC) en het Research Institute of Child Development and Education (RICDE) aan de Universiteit van Amsterdam.

Dr. Eddie Brummelman is universitair docent aan het Research Institute of Child Development and Education (RICDE) aan de Universiteit van Amsterdam.