

JE SOCIALE IK

HANDBOEK SOCIALE PSYCHOLOGIE

| OWL PRESS |

STIJN MEULEMAN
LIESBETH DE WINTER

De sociale psychologie is een erg toonaangevende tak van de sociale wetenschappen, niet het minst omdat deze deelwetenschap doorgaans op een erg systematische manier te werk gaat en haar wetenschappelijke methodologie erg serieus neemt. Talloze labo-situaties en veldonderzoek vormen de basis van heel wat nieuwe kennis die de afgelopen eeuw verzameld werd over wie wij zijn en hoe wij elkaar beïnvloeden (en door anderen beïnvloed worden).

Daarmee willen wij zeker niet beweren dat andere takken van de psychologie minder wetenschappelijk zijn of methodologisch zwakker zouden staan. Het is echter zo dat de populariteit van de sociale psychologie te danken is aan heel wat onderzoeken en theorieën die een erg grote impact hebben gehad op onze kennis van de menselijke gedragingen, maar die ook buiten de wetenschappelijke kringen erg bekend zijn geworden. Veel van de meest in het oog springende psychologische experimenten komen uit de sociale psychologie.

De sociale psychologie probeerde doorheen de 20e eeuw ook verklaringen te vinden voor een aantal erg markante, en soms dramatische, gebeurtenissen. Hoe komt het dat in de Eerste Wereldoorlog zoveel jonge soldaten hun leven offerden voor de ideologieën van hun leiders? Hoe ontstond bij de aanhangers van het nationaalsocialisme in Duitsland die blinde haat tegenover Joden, zigeuners, homo's en politieke tegenstanders? En hoe is het te verklaren dat gewone mensen zonder psychische stoornissen in staat waren om onschuldigen in strafkampen op te sluiten en zelfs massaal in gaskamers te executeren? Wat maakt dat wij in staat zijn om anderen te 'ontmenselijken' wanneer zij behoren tot een bepaalde bevolkingsgroep die lijnrecht tegenover onze eigen ideeën of belangen staat?

Deze laatste gebeurtenissen brachten de Amerikaanse psychologen Sharon Brehm, Saul Kassin en Steven Fein ertoe te beweren dat Adolf Hitler wellicht de persoon was die de grootste impact had op de ontwikkeling van de sociale psychologie...

Maar ook heel wat recente maatschappelijke fenomenen roepen vragen op die de sociale psychologie tracht te beantwoorden: genocides zoals in Rwanda in 1994, het bestaan van wantoestanden in (militaire) gevangenissen zoals die van Abu Ghraib in Irak en Guantánamo Bay op Cuba in het eerste decennium van deze eeuw, online pestgedrag en internettrollen op sociale media, de opkomst van het IS-kalifaat en de terreurbewegingen die hierbij aanleunden, de Black Lives Matter-protesten die zich vanuit de Verenigde Staten uitbreidden over heel wat westerse landen, de overwinning van Donald Trump in de Amerikaanse presidentsverkiezingen in 2016, de 'Stop the steal'-protesten naar aanleiding van de verloren presidentsverkiezingen vier jaar later van diezelfde Donald Trump en de daaropvolgende bestorming van het Capitool in de Amerikaanse hoofdstad Washington

D.C., de huidhonger en de psychische klachten tijdens de quarantaineperiodes als gevolg van de coronacrisis, de hamsteraars die massaal toiletpapier begonnen in te slaan toen België in het voorjaar van 2020 in lockdown ging, de invloed die antivaxers en complotdenkers hebben op een grote groep believers, de impact van *influencers* op hun volgers...

We kunnen zo nog een heel eind doorgaan met het opsommen van thema's waar wij soms perplex van staan en die ons op het eerste gezicht bizar, onlogisch, tegenintuïtief en misschien zelfs onverklaarbaar lijken. En allicht kan je zelf ook makkelijk een handvol maatschappelijke fenomenen of individuele daden bedenken waar je een verklaring voor zoekt, maar niet onmiddellijk vindt.

We pretenderen niet in dit boek een sluitend antwoord te kunnen geven op al jouw vragen. Wat we wel zullen doen, is een aantal algemeen geldende principes en wetmatigheden meegeven die alvast een licht kunnen werpen op een groot deel van de vragen die we ons kunnen stellen bij het soms bizarre menselijke gedrag. Er is wel één belangrijke opmerking die we je hierbij willen meegeven: voor deze wetmatigheden geldt dat ze niet absoluut zijn en dat er altijd uitzonderingen bestaan.

Er bestaat geen enkel sociaalpsychologisch onderzoek waarin perfect voorspelbaar is hoe de deelnemers zullen reageren of handelen. Mensen hebben altijd de vrijheid om een ander gedrag te stellen dan volgens de wetmatigheden van hen 'verwacht' wordt. En dat is goed. Dat is het nadeel, maar tegelijkertijd ook de charme van een niet-exacte wetenschap als de (sociale) psychologie: je weet nooit vooraf wie welk gedrag zal stellen. Alleen kunnen we meer en meer zicht proberen te krijgen op voorkeursgedragingen van de meeste mensen, trachten hier verklaringen voor te vinden en dit gedrag ook enigszins begrijpelijk te maken.

Ook zullen we zien dat een aantal van de iconische experimenten uit de sociale psychologie naderhand kritiek kregen en dat de conclusies ervan in twijfel worden getrokken, zoals recent nog in het boek *De meeste mensen deugen* van de Nederlandse historicus Rutger Bregman. Wie dit boek leest, merkt nog maar eens hoe sterk sociale psychologie verweven is met de evolutie van de mens als soort. Wij zullen deze kritische stemmen ook aan het woord laten, want een weerwoord mag zeker ook gehoord worden.

We zullen in dit boek ook niet *alle* topics rond het intermenselijke gedrag en interpersoonlijke verhoudingen bespreken. Er zijn immers oneindig veel topics die een link hebben met hoe mensen met elkaar omgaan, en het is onbegonnen werk om er telkens een hoofdstuk aan te wijden: vriendschap, liefde, seksualiteit, eenzaamheid, waardering, populariteit, idolatrie, afgunst, de antisociale persoonlijkheidsstoornis en sociopathie... Al deze onderwerpen zouden misschien wel een eigen hoofdstuk verdienen, maar de meeste van deze thema's komen hier en daar jammer genoeg slechts kort aan bod.

Ook zullen we niet alle onderzoeken en theorieën uit de sociale psychologie hier kunnen behandelen. Er zijn nog duizenden boeiende experimenten en studies die in dit boek jammer genoeg niet aan bod komen. We moeten ergens een grens trekken, natuurlijk.

Eén ding is wel zeker. Je zal tijdens het lezen van dit boek een razend boeiende rit maken doorheen de wereld van de sociale gedragingen en interacties. Je zal bijleren over jezelf en over je medemens. En je zal misschien zelfs je eigen gedrag onder de loep nemen en er bewuster bijilstaan wat je doet, hoe je het doet en waarom je het doet. Misschien zal je zelfs een aantal van je initiële gedragingen gaan bijsturen. En dat is uiteindelijk het belangrijkste doel van dit boek: dat je je als lezer bewust wordt van de wetmatigheden en algemeen geldende principes die deels jouw gedrag bepalen. Door hierop zicht te krijgen, sta je doorgaans sterker en zelfbewuster in je schoenen als professional, als hulpverlener, als vriend, als partner, als zoon, dochter, broer of zus, of als deelnemer aan conversaties of aan het sociale gebeuren in het algemeen.

We geven in dit boek ook af en toe linken mee naar websites waar je meer uitleg kan vinden over bepaalde onderwerpen, soms zelfs met oorspronkelijk beeldmateriaal uit toonaangevende onderzoeken. Ook hebben we koppelingen naar online filmpjes toegevoegd, vaak met een QR-code (je weet wel: zo'n vierkant met een wirwar aan zwarte en witte vlakjes), zodat je tijdens het lezen van dit boek makkelijk de bijbehorende sites en filmpjes kan raadplegen op je smartphone. Voor de meeste recente smartphones volstaat het om de camera-app te openen en de QR-code in beeld te nemen. Dan verschijnt er op je scherm een aanklikbare koppeling die je rechtstreeks naar de website leidt.

Nu en dan werken we met icoontjes. Experimenten worden in een blauwgrijze kadertekst weergegeven en krijgen een proefbuisje  als symbool. Wanneer je een documentje  als icoontje ziet, gaat het doorgaans om een 'uit het leven gegrepen' toepassing of een casus. Je kan ook een symbool van een potlood  vinden: in dat geval gaat het om een omschrijving van een concept.

Onze bijzondere dank gaat uit naar professor Farah Focquaert van de UGent voor haar gewaardeerde aanvullingen en feedback.

Veel leesplezier.

Stijn Meuleman en Liesbeth De Winter
Voorjaar 2023

Voorwoord	5		
1. Wat is sociale psychologie?	15		
1.1. Studieobject en definitie van de sociale psychologie	18		
1.2. Geschiedenis van de sociale psychologie	22		
1.3. Het belang van ons sociale leven	27		
1.3.1. Sociale behoeften en huidhonger	27		
1.3.2. Sociale verbondenheid in motivatietheorieën	30		
1.3.3. Introversie, verlegenheid en schaamte	33		
1.3.4. Empathie en spiegelneuronen	36		
1.4. Werkwijze van de sociale psychologie	39		
1.4.1. Drie dimensies	39		
1.4.2. Het experiment als methode	42		
2. Hulpverlenend gedrag	53		
2.1. Kitty Genovese	56		
2.1.1. De nacht van de moord	56		
2.1.2. Bedenkingen bij de casus Kitty	58		
2.1.3. Na de moord	59		
2.2. Diffusie van de verantwoordelijkheid	60		
2.3. Factoren van invloed op het hulpverlenend gedrag	65		
2.3.1. Bekendheid van de medegetuigen	65		
2.3.2. Competentie van de omstaanders	68		
2.3.3. Kosten en baten	69		
2.3.4. Inschatten van de ernst van de situatie	75		
2.3.5. Kenmerken van de hulpverlener	78		
2.3.6. Kenmerken van het slachtoffer	82		
2.4. Het cognitief decisiemodel	87		
3. Agressie	95		
3.1. Inleiding en definitie	97		
3.2. Agressief gedrag en de prikkelsituatie	99		
3.2.1. Pijn	101		
3.2.2. Ruimte	101		
3.2.3. De socius	103		
3.2.4. Temperatuur	104		
3.2.5. Provocatie	105		
3.3. Territoriumleer	108		
3.4. Intrapersoonlijke oorzaken	114		
3.4.1. Persoonlijkheid	115		
3.4.2. Competitie	116		
3.4.3. Emoties	116		
3.5. Aangeleerde agressie	119		
3.6. Macht en agressie	127		
3.6.1. Agressie bij de ‘vredesduif’	127		
3.6.2. Macht en agressie bij mensen	130		
4. Gehoorzaamheid	135		
4.1. Het gehoorzaamheidsexperiment van Stanley Milgram	136		
4.1.1. Proefopstelling van het Milgram-experiment	136		
4.1.2. Resultaten van het Milgram-experiment	139		
4.1.3. Gelijkenissen en verschillen met de Holocaust	141		
4.1.4. Varianten op het basisexperiment	143		
4.1.5. Ethische en methodologische bedenkingen	147		
4.2. Waarom gehoorzamen we zo makkelijk?	148		
4.2.1. Tendens tot groepsvorming	148		
4.2.2. Tendens tot hiërarchisering	149		
4.2.3. The agentic shift	150		
4.2.4. Psychologische mechanismen tijdens het gehoorzamen	152		
4.2.5. Bindende factoren	157		
4.3. Dominantie en volgzzaamheid	158		
5. Macht en onmacht	167		
5.1. Het Stanford-gevangenisexperiment	169		
5.1.1. De onderzoekopzet	171		
5.1.2. De start van het experiment	172		
5.1.3. Het verloop van het experiment	173		
5.1.4. Conclusies	176		
5.1.5. Kritische bespreking	177		
5.1.6. Aanbevelingen voor de penitentiaire instellingen	181		
5.2. Het stockholmssyndroom	183		
5.3. Aangeleerde hulpeloosheid	185		
5.3.1. Het begrip ‘aangeleerde hulpeloosheid’	185		
5.3.2. Het basisexperiment van Martin Seligman	186		
5.3.3. Uitputting als verklaring?	188		
5.3.4. Aangeleerde vadsigheid	190		
5.3.5. Aangeleerde vadsigheid: alternatieve betekenis	190		
5.3.6. Self-handicapping en faalangst	191		
5.3.7. Emotionele effecten van aangeleerde hulpeloosheid	192		
5.3.8. Cognitieve effecten van aangeleerde hulpeloosheid	194		
5.3.9. Discriminatieve hulpeloosheid	194		
5.3.10. Beschermen tegen aangeleerde hulpeloosheid	196		
5.3.11. Heractiveren van mensen met aangeleerde hulpeloosheid	197		
5.3.12. (On)voorspelbaarheid	199		
5.3.13. Subjectieve gedragscontrole	202		

6. Sociale cognitie en sociale perceptie	211
6.1. Selectie in de sociale waarneming	213
6.1.1. We kunnen niet alles zien wat er is	214
6.1.2. We zien vaak slechts fracties van gedragingen	214
6.1.3. We selecteren zelf actief wat we willen zien en wat niet	215
6.1.4. We lokken het gedrag uit dat we verwachten te zien	217
6.2. Interpretatie in de sociale waarneming	218
6.2.1. Causale attributie	218
6.2.2. Het covariatiemodel van Kelley	221
6.2.3. Causale schema's	222
6.2.4. Attributiefouten	223
6.3. Structurering in de sociale waarneming	227
6.3.1. Impliciete persoonlijkheidstheorieën	227
6.3.2. Het beeld over de ander	229
6.3.3. Hoe het beeld van de ander ons beïnvloedt	232
7. Zelfcognitie en zelfperceptie	237
7.1. De zelfperceptietheorie van Bem	241
7.2. Zelfattributie	243
7.3. Attributiestijl	244
7.3.1. Beheersingsoriëntatie	244
7.3.2. Persoonlijke en maatschappelijke beheersingsoriëntatie	247
7.4. Sociale facilitatie en sociale inhibitie	248
7.4.1. Competitie als verklaring?	249
7.4.2. Sociale facilitatie en inhibitie bij... kakkerlakken	250
7.4.3. De sociale activeringstheorie van Zajonc	252
7.4.4. Evaluatievrees	254
7.4.5. Social loafing (of sociaal lanterfanten)	256
8. Attitudeleer	263
8.1. Inleiding	265
8.1.1. Wat zijn attitudes?	265
8.1.2. De tripartite van attitudes	268
8.2. Ontstaan en vervorming van attitudes	269
8.2.1. Cognitieve invloeden	270
8.2.2. Centrale versus perifere route naar overtuiging	282
8.2.3. Attitudeverandering door conditionering	284
8.2.4. Habituatie, het aanbiedingseffect en het nabijheidseffect	287
8.2.5. Onbewuste vorming van attitudes	297
8.3. In-group versus out-group	299
8.3.1. De inleefoefening van Jane Elliott	304
8.3.2. De Nieuw-Gentse Alliantie	305
8.3.3. Minimale groepssituatie	306
8.3.4. Duale processen ten aanzien van de out-group	307
8.4. Attitudes als een gestalt	310
8.4.1. De balanstheorie	310
8.4.2. De cognitieve dissonantietheorie	312
8.5. De Yale Attitude Change Approach	339
8.6. Van attitude naar gedrag	343
9. Het individu versus de groep	349
9.1. Groepsnormen en groepswaarden	350
9.1.1. Groepsnormen	350
9.1.2. Groepswaarden	352
9.2. Sociale normering	355
9.2.1. Instrumentele sociale vergelijking	355
9.2.2. De sociale vergelijkingstheorie	360
9.2.3. Opwaartse en neerwaartse sociale vergelijking	362
9.3. Het innovatiemodel	364
9.3.1. Voedingsbodem	365
9.3.2. Een overtuigende gedragsstijl	366
9.4. Conformisme	369
9.4.1. Normatieve sociale vergelijking	369
9.4.2. Verschillen tussen de experimenten van Sherif en Asch	372
9.4.3. Vergelijking van Asch en Milgram	374
9.5. Deviantie	375
9.5.1. De groep versus de deviant	376
9.5.2. De deviant versus de groep	377
Bronnenlijst	379
Trefwoordenlijst	393



Afbeelding 1. Drie aan de dansplaag lijdende vrouwen worden weggevoerd: gravure van Hendrick Hondius (1642).

HOOFDSTUK 1.

WAT IS SOCIALE PSYCHOLOGIE?

"WE ARE LIKE ISLANDS IN THE SEA,
SEPARATE ON THE SURFACE BUT
CONNECTED IN THE DEEP."

— William James, Amerikaans filosoof en psycholoog

Hoofdstuk 1.

WAT IS SOCIALE PSYCHOLOGIE?



DE 'DANCING PLAGUE'

In de zomer van 1518 begon in de (toen nog) Duitse stad Straatsburg een vrouw plots op straat te dansen. Ze bleef dit uren aan een stuk volhouden, op den duur met bloedende voeten, ondanks haar eigen smeekbeden aan omstaanders om haar tegen te houden. Het dansen hield pas op toen ze van uitputting in elkaar stuitte. Toen ze weer bijkwam, startte het dansen opnieuw. En vreemd genoeg begonnen anderen zich bij haar aan te sluiten. Uiteindelijk zouden in de daaropvolgende maanden mogelijk vierhonderd streekgenoten 'besmet' worden door deze dansziekte.

Deze *dancing plague* of *dancing mania*, zoals het in de literatuur wordt genoemd (in het Nederlands wordt gesproken over choreomanie of de Sint-Jansziekte), was overigens niet de eerste. Onder meer in de Duitse stad Kölbigk in 1021, in 1247 in Erfurt en in 1374 in Aken zouden soortgelijke uitbraken van danszucht hebben opgetreden. Ook in onze contreien, Nederland en Vlaanderen, werden epidemies van de Sint-Jansziekte gerapporteerd, maar vooral de uitbraak van 1518 werd uitgebreid en gedetailleerd gedocumenteerd, onder meer door de Zwitserse arts en theoloog Paracelsus.

Bij alle uitbraken vertoonde het fenomeen dezelfde kenmerken: het dansen verliep langdurig, soms meerdere dagen, de dansers bewogen zich soms in groep van de ene gemeente naar de andere, en het dansen werd door de slachtoffers als onvrijwillig ervaren: de dansende menigte smeekte omstaanders om hen te doen stoppen met dansen, en in veel gevallen leidden de continue ritmische bewegingen tot uitputting.