



Huilen met de Wolven in het Bos

Een interdisciplinair onderzoek naar de oorzaken van sekseverschillen in het uiten van verdriet

Babke Weenk (5931681)

Cognitieve Neurobiologische Psychologie

Vakreferent: Peter Bos

Rachel van der Stouw (6009069)

Algemene Sociale Wetenschappen

Vakreferent: Florian Cramwinckel

Kimberley Truin (5940141)

Geschiedenis

Vakreferent: Geraldien von Frijtag Drabbe Kunzel

Scriptiebegeleider: Florentine Sterk

Cursuscode: LA3V11003

Datum: 23 november 2018



Universiteit Utrecht

Inhoudsopgave

Abstract	1
Inleiding	3
Hoofdstuk 1: CNP	6
Inleiding	6
Emotieregulatie	7
De rol van sekse bij verdrietregulatie.....	11
De rol van neurobiologie.....	13
Conclusie.....	15
Hoofdstuk 2: ASW	17
Inleiding	17
Expressiviteitsnormen en genderrollen	17
Emotie-socialisatie ouders.....	20
Emotie-socialisatie leeftijdgenoten	22
Conclusie.....	24
Hoofdstuk 3: Geschiedenis	26
Inleiding	26
Naoorlogse man/vrouw verhoudingen	27
Tweede feministische golf	29
Historische ontwikkeling van emotie-uitingen	30
Sekse en verdriet	32
Conclusie.....	34
Hoofdstuk 4: Integratie	36
Conflicten	36
Concepten	36
Aannames	37
Theorieën.....	38
More comprehensive understanding	40
Top-down.....	41
Bottom-up.....	42
Niveaus van de samenleving	43
Conclusie.....	45
Limitaties en suggesties voor vervolgonderzoek	46
Literatuurlijst.....	48

Abstract

In deze scriptie zijn de oorzaken achter de sekseverschillen van verdriet onderzocht, waarbij er mannen over het algemeen hun verdriet minder uiten dan vrouwen. Bij het beantwoorden van deze onderzoeksvraag heeft CNP zich toegelegd op de neurocognitieve processen in het reguleren van verdriet bij mannen en vrouwen. Vanuit ASW is er gekeken naar de invloed van emotie-socialisatie op het uiten van verdriet bij jongens en meisjes. Geschiedenis heeft zich gefocust op de naoorlogse factoren die hebben bijgedragen aan de sekseverschillen in het uiten van verdriet. In de integratie zijn de disciplinaire inzichten samengevoegd, wat heeft geleid tot een vollediger begrip van de oorzaken achter de sekseverschillen. Uit de integratie bleek dat de binaire verdeling in het uiten van verdriet tussen mannen en vrouwen sterk wordt beïnvloed door neurocognitieve, sociaal-culturele en historische factoren die de expressiviteits- en gendernormen omtrent het uiten van verdriet in stand houden of vernieuwen. Dit wordt bidirectionele assimilatie genoemd en vindt plaats op drie niveaus: het individu, de groep en de samenleving.

Inleiding

Emoties zijn ingewikkelde fenomenen. Een algemene definitie van het concept bestaat niet. Toch kunnen er drie belangrijke componenten worden onderscheiden wanneer we het hebben over emoties. Ten eerste omvat het de ervaring of het bewust zijn van een emotie. Daarnaast gaat het over het proces dat plaatsvindt in de hersenen en het zenuwstelsel. Ten slotte behelst het de observeerbare uitdrukking van een emotie, zoals verdriet. Deze is waarneembaar in bijvoorbeeld het gezicht of het gedrag (Izard, 2013). Kort gezegd bestaan emoties uit een subjectief, biologisch en expressief aspect.

Iedereen voelt en uit emoties, maar toch kunnen er verschillen worden gevonden in hoe dit gebeurt. In zowel de wetenschap als de maatschappij wordt onderscheid gemaakt in hoe mannen en vrouwen emoties uiten, en hier zijn duidelijke verschillen in te vinden. Dit geldt vooral voor de emotie verdriet. Verdriet bestaat uit gevoelens van onder andere verlies, ongelukkigheid, wanhoop, hulpeloosheid en leed, die worden gekenmerkt door de emotionele pijn die zij veroorzaken (Ekman & Friesen, 2003). Vrouwen rapporteren vaker dat ze verdriet ervaren in vergelijking met mannen, ervaren dit langduriger en laten een intensere expressie ervan in hun gezicht zien (Fivush & Buckner, 2000; Scherer, Walbott & Summerfield, 1986; Brody & Hall, 2008). Er is echter nog geen eenduidige verklaring voor deze sekseverschillen in het uiten van verdriet, wat zich uit in een hedendaagse discussie over de mate waarin deze verschillen zijn aangeboren en aangeleerd. Verder is verdriet een vrij breed begrip, en verdriet als emotie wordt tot op de dag van vandaag niet volledig begrepen. Zo is er bijvoorbeeld nog steeds geen consensus in de literatuur over wat de functie van verdriet is (Nesse, 1991; Freed & Mann, 2007). Onderzoek naar de uiting van verdriet en de sekseverschillen die hierin te vinden zijn, is nuttig omdat het zowel kan bijdragen aan de discussie over de oorsprong van de sekseverschillen in het uiten van verdriet als de literatuur die er momenteel beschikbaar is over de emotie verdriet.

De hoofdvraag waar in dit onderzoek antwoord op zal worden gegeven luidt als volgt: wat zijn de oorzaken van de sekseverschillen in het uiten van verdriet in de moderne westerse samenleving? Met het uiten van verdriet worden zowel verbale als non-verbale expressies als relevant geacht. Sekse wordt gedefinieerd als het totaal aan biologische eigenschappen dat mensen in mannen en vrouwen onderverdeelt: dit wordt ook geslacht genoemd. Dit begrip moet niet worden verward met 'gender', wat wordt gedefinieerd als enkel de sociale en culturele kenmerken die in verband worden gebracht met de sekse van een persoon. De westerse samenleving bestaat

in deze hoofdvraag uit Noord-Amerika en West-Europa. Met modern wordt het tijdperk vanaf 1945 tot nu bedoeld.

Het beantwoorden van deze vraag vereist een interdisciplinaire aanpak. Interdisciplinair onderzoek is een proces van het beantwoorden van een vraag, het oplossen van een probleem, of het adresseren van een onderwerp dat te breed of te complex is om door één discipline behandeld te worden. Het maakt daarom gebruik van verschillende disciplines met het doel hun inzichten te integreren, om zo een vollediger begrip te verwerven (Repko & Szostak, pp. 52-53). Volgens Repko en Szostak (2017) kan deze interdisciplinaire aanpak pas gerechtvaardigd worden wanneer het probleem complex is, er meerdere disciplines nodig zijn om antwoord te kunnen geven op de vraag, geen enkele discipline het probleem volledig heeft kunnen uitleggen, en het probleem een onopgelost sociaal probleem is. Het onderzoeksonderwerp van sekseverschillen in het uiten van verdriet voldoet aan deze eisen. Ten eerste kan er worden gesteld dat het een complex onderwerp is, omdat er zowel een neurocognitief proces als een observeerbare uitdrukking aan verdriet ten grondslag ligt. Het is daarom nodig om emoties vanuit verschillende disciplines te onderzoeken. Het proces dat plaatsvindt in de hersenen en het zenuwstelsel zal bijvoorbeeld moeten worden onderzocht door een discipline die zich focust op de hersenen en de biologie van de mens, terwijl een sociale discipline zich zal moeten richten op de observeerbare uitdrukkingen van verdriet. Alhoewel er door wetenschappers wordt erkent dat sekseverschillen in het uiten van verdriet zowel biologische als sociale componenten bevat, is er weinig literatuur te vinden die beide componenten samenbrengt. Dit maakt dat er tot heden nog geen veelomvattend antwoord is gegeven op de door ons gestelde onderzoeksvraag. Een combinatie van de disciplines Cognitieve Neurobiologische Psychologie, Algemene Sociale Wetenschappen en geschiedenis maakt dat dit interdisciplinaire onderzoek een bijdrage kan leveren aan de disciplinaire literatuur die er tot nu toe is te vinden over verdriet en sekseverschillen in het uiten hiervan. Hieronder zullen de disciplinaire verantwoordingen voor de gebruikte disciplines worden besproken.

Cognitieve Neurobiologische Psychologie is de interdisciplinaire studie van mentale functies, waaronder emotie en daarmee de wisselwerking met cognitie, fysiologische manifestaties en gedrag. Bij CNP wordt ervan uitgegaan dat elk gedrag, dus ook de uiting van verdriet, een neurologische grondslag heeft. Omdat er sekseverschillen zijn in hoe verdriet worden geuit, is het relevant om te kijken naar de onderliggende cognitieve en neurologische processen en eventuele biologische invloeden. Er is gekozen voor een focus op emotieregulatie, waarbij individuen hun

emoties bewust en onbewust moduleren en zo de mogelijke expressie ervan kan beïnvloeden. Er zal antwoord worden gegeven op de vraag: “wat zijn de neurocognitieve processen in het reguleren van verdriet bij mannen en vrouwen?”

De discipline Algemene Sociale Wetenschappen (ASW) is ook van interdisciplinaire aard. Elementen van sociologie, psychologie, pedagogiek en antropologie worden gebruikt in de studie ASW om samen een vollediger beeld te schetsen over de wisselwerking tussen menselijk individueel gedrag en de culturele en maatschappelijke context die daarbij hoort. Op deze manier kan ASW ook onderzoeken hoe de uiting van emoties, een vorm van menselijk gedrag, en de verschillen hierin tussen mannen en vrouwen, door omgevingsfactoren kunnen worden beïnvloed. ASW zal zich hierbij focussen op emotie-socialisatie, een begrip dat kan worden gedefinieerd als een proces waarin verschillende socialiserende instellingen het begrip, de ervaring, en de uitdrukking van individuen met betrekking tot emotie kunnen beïnvloeden. De deelvraag waarop antwoord zal worden gegeven is de volgende: “hoe kan emotie-socialisatie in de kindertijd de oorzaken van de sekseverschillen in het uiten van verdriet verklaren?”

Door naar de geschiedenis te kijken kunnen we het heden beter leren begrijpen. De maatschappij zoals we die vandaag kennen is een resultaat van eeuwenlange sociale processen die ervoor gezorgd hebben dat we bepaalde regels, normen en waarden accepteren en aanhouden. Ook man/vrouwverhoudingen zijn terug te traceren naar eeuwen geleden. We kunnen leren van de manier waarop deze rollen zijn veranderd, om te begrijpen waar hedendaagse emotie-uitingen vandaan komen. Deze deelvraag richt zich op de tweede helft van de twintigste eeuw en kijkt naar ontwikkelingen in hoe mannen en vrouwen verdriet uiten. De hoofdvraag van deze discipline luidt: “welke factoren hebben bijgedragen aan mogelijke verschillen in de manier waarop naoorlogse mannen en vrouwen hun verdriet uitten?”

De doelstelling van ons onderzoek is om via een interdisciplinaire aanpak een vollediger beeld te krijgen van zowel de uiting van de emotie verdriet, als de sekseverschillen die hierin kunnen worden gevonden. Hiermee leveren we een bijdrage aan de huidige beperkte en disciplinaire literatuur die er over deze onderwerpen is te vinden. Eerst zullen respectievelijk CNP, ASW en geschiedenis hun disciplinaire inzichten geven aan de hand van literatuuronderzoek. Door middel van de door Repko en Szostak (2017) geïntroduceerde integratietechnieken, zullen de inzichten worden geïntegreerd tot een vollediger begrip van de oorzaken die ten grondslag liggen aan de sekseverschillen in het uiten van verdriet.

Hoofdstuk 1: CNP

Inleiding

Het onderdrukken en vermijden van emoties wordt gelinkt aan depressie, angststoornissen en verslavingsstoornissen (Aldao, Nolen-Hoeksta & Schweizer, 2010). Meerdere (meta)analyses hebben het verschil tussen emotie-expressie tussen mannen en vrouwen laten zien, waarbij vrouwen over het algemeen meer emoties uiten (Kring & Gordon, 1998). Dit geldt voornamelijk voor positieve emoties, verdriet en angst (LaFrance, Hecht, & Levy Paluck, 2003), waarbij mannen juist vaker agressie en boosheid tonen dan vrouwen (Archer, 2004). Het expressieve component van emotie is uitvoerig bestudeerd, waarbij de consensus is dat vrouwen over het algemeen alle emoties, behalve woede, vaker uiten. Het is echter onduidelijk of mannen en vrouwen verschillen in andere aspecten van emotie, en waar deze verschillen in expressiviteit vandaan komen. Meer emotionele expressiviteit hoeft niet te betekenen dat gevoelens heviger ervaren worden. Zo laten mannen vaak hogere fysiologische activiteit zien die duiden op een hoger fysiologisch *arousal*, zoals een hogere bloeddruk en cortisol responsies dan vrouwen bij het ervaren van een negatieve emotie (Chaplin, Hong & Bergquist, 2008). In onderzoek van Scherer, Wallbott & Summerfield (1986) rapporteren vrouwen het voelen van verdriet als langer en intenser dan mannen, en wordt dit intenser in hun gezicht uitgedrukt. Echter, de daadwerkelijke emotionele ervaringsverschillen tussen individuen is een fenomenologisch vraagstuk waarop cognitieve neurobiologische psychologie het antwoord niet heeft. Desalniettemin is het mogelijk om te onderzoeken hoe een emotie als verdriet wordt gereguleerd, omdat regulatie de verschillen in expressie kan verklaren.

In deze scriptie, die de emotie verdriet in combinatie met geslacht vanuit de cognitieve neurobiologische psychologie onderzoekt, staat de volgende vraag centraal: “Wat zijn de neurocognitieve processen in het reguleren van verdriet bij mannen en vrouwen?” Er is gekozen voor een focus op emotieregulatie, een proces waarbij individuen hun emoties bewust en onbewust moduleren. Omdat het gebruikte onderzoek vooral onderscheid maakt tussen positieve en negatieve emoties, wordt de aanname gemaakt dat wat er wordt gesteld over negatieve emotieregulatie, doorgetrokken kan worden naar de specifieke emotie verdriet. Emotieregulatie zal zowel neurocognitief als neurobiologisch worden onderzocht. Het doel van dit onderzoek is om meer helderheid te krijgen over de emotieregulatieprocessen bij mannen en vrouwen, en hoe eventuele biologische verschillen hiermee gepaard gaan. Door middel van literatuuronderzoek zal

er eerst gekeken worden naar hoe emoties worden gereguleerd. Vervolgens zal dit worden toegespitst op geslachtsverschillen. Omdat deze discipline zowel cognitieve als biologische elementen behelst en deze wenst te integreren, zal daarna de rol van hormonen bij geslachtsverschillen worden onderzocht en geslachtsverschillen in neurocognitief onderzoek kritisch worden besproken.

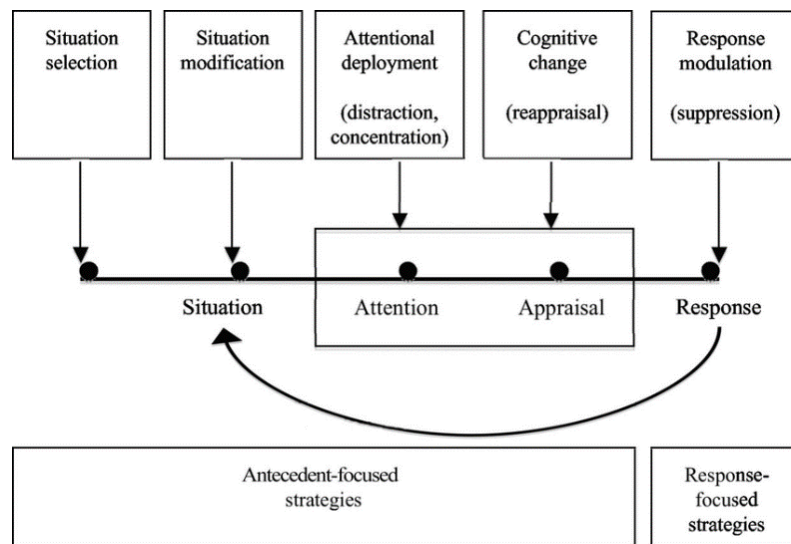
Emotieregulatie

Emotieregulatie- en disregulatie zijn prominent aanwezig in geestelijke gezondheid en ziekte (Gross & Mufioz, 1995). Meer dan de helft van alle psychologische stoornissen en bijna alle persoonlijkheidsstoornissen hebben te maken met een vorm van emotiedisregulatie. Emotionele onderdrukking kan leiden tot psychologisch leed en een belangrijk doel van psychotherapie blijft om expressie van onderdrukte emoties aan te moedigen. Zo blijkt dat depressieve mensen automatisch, zonder instructie van de proefleider, verdriet onderdrukken dan gezonde mensen (Ehring, Tuschen-Caffier & Schnülle, 2010). Elke emotie kan worden onderdrukt of versterkt worden om de intensiteit van de emotie te veranderen. Om het mechanisme te onderzoeken met betrekking tot in welke mate verdriet wordt geuit, dient er gekeken te worden naar emotieregulatie. Eerst zal er dieper worden ingegaan op het proces van emotieregulatie waarbij de nadruk zal liggen op de methodes cognitieve herbeoordeling en gedragsmatige suppressie. Vervolgens zal er gekeken worden naar welke neurale mechanismes bijdragen aan emotieregulatie.

Volgens de appraisal theorie komen emoties tot stand door de interactie tussen enerzijds dingen die door het individu als belangrijk worden geacht, en anderzijds gebeurtenissen in de omgeving (Roseman & Smith, 2001). Een gebeurtenis, wat zowel fysiek in de buitenwereld als een interne gedachte kan zijn, wordt geïnterpreteerd in termen van een individu zijn normen, waarden, wensen en doelen en deze interpretatie verwekt een emotionele respons. Deze respons kan op meerdere niveaus gereguleerd worden.

Gross (1998) definieert emotieregulatie als “het proces waarbij individuen beïnvloeden welke emoties ze hebben, wanneer ze die hebben, en hoe ze de emotie ervaren en uitdrukken”. Het emotieregulatieproces kan schematisch worden weergegeven door middel van het tevens door Gross (1998) geïntroduceerde process model of emotion regulation (fig. 1.1). Waar in het verleden modellen van top-down emotiecontrole centraal stonden, wordt de wisselwerking tussen limbische centra die emoties reguleren en corticale centra die emoties reguleren als belangrijk geacht (Gross,

2002). Neurale subsystemen als de amygdala en insula, die gerelateerd worden aan het voelen van emoties, zijn continu in bidirectionele exciterende of inhiberende interactie met de prefrontale en cingulate regio's, gerelateerd aan cognitieve controle: de regio's remmen elkaar af of activeren elkaar via synapsen (Goldin et al., 2008). Volgens het process model of emotion regulation kan een emotie op vijf chronologisch elkaar opvolgende punten in het proces worden gereguleerd: tijdens situatieselectie, situatiemodificatie, aandachtsgebruik, cognitieve herbeoordeling en reactiemodulatie. Bij situatieselectie wordt een emotie vermeden door een interne of externe stimulus, zoals een herinnering of een tragische filmscène, niet binnen te krijgen. De emotie wordt in zijn geheel vermeden: de film wordt bijvoorbeeld niet aangezet. Bij situatiemodificatie zit een individu al in de emotie-oproepende situatie, maar neemt hij of zij acties die het waarschijnlijker maken dat hij of zij in een situatie komt met gewenste emoties. Hierbij spoelt het individu bijvoorbeeld de filmscène door, naar een prettiger moment in de verhaallijn.



Figuur 1.1 Process Model of Emotion Regulation (Web, Miles & Sheeran, 2012; Gross, 1998)

De volgende twee emotieregulerende processen, aandachtsgebruik en cognitieve herbeoordeling, vereisen geen handelingen maar bevinden zich op intrapersoneel niveau en hebben een significantere positie in de cognitieve neuropsychologie. Bij aandachtsgebruik verschuift het individu de focus naar non-emotionele componenten van de situatie of weg van de situatie en het voelen van de emotie. Hierdoor vermindert ook het interoceptionele bewustzijn: lichamelijke sensaties zoals een verhoogd stressniveau worden minder goed opgemerkt, waardoor de emotie

als minder hevig wordt ervaren (Ainley et al., 2013). Een individu is zich er niet noodzakelijk bewust van dat hij of zij deze strategieën toepast: in een experiment van Carstensen en Mikels (2005) bleek dat oudere mensen vaker hun aandacht automatisch van negatieve naar positieve emotionele stimuli verschuiven. Een aannemelijke verklaring hiervoor is dat vrijwillige verwerking vermindert bij ouderen, en er meer gebruik wordt gemaakt van automatische emotieregulerende processen.

Bij cognitieve herbeoordeling, ook wel *cognitive reappraisal* genoemd, worden de cognitieve stappen of evaluaties veranderd om de emotionele impact van een situatie te veranderen: terugkomend op de appraisal theorie, wordt de interpretatie die een emotionele respons verwekt, gemodificeerd. Een voorbeeld hiervan is het zien van een afbeelding van een vrouw in het ziekenhuis. Een eerste mogelijk emotie-oproepende gedachte is dat de vrouw stervende is. Na cognitieve herbeoordeling wordt de afbeelding positiever geïnterpreteerd: de vrouw is mogelijk herstellende of net bevallen. Cognitieve herbeoordeling wordt sterk geassocieerd met vermindering van negatieve emoties en fysiologisch *arousal*, zoals veranderingen in hartslag, bloeddruk, *skin conductance* en adrenaline (Hofmann, Heering & Sawyer, 2009). Individuen kunnen zowel hun aandacht verschuiven als cognitieve herbeoordeling toepassen om de emotionele impact van een negatieve stimulus of gedachte te veranderen. Dit gebeurt voordat een individu de emotie volledig voelt, maar tevens in dat stadium is emotieregulatie mogelijk.

Reactiemodulatie is de laatste fase in het model. Op dit punt heeft de emotie *zich "full-blown"* gemanifesteerd in het individu (Gross, 2002). De bijbehorende regulatiemethode is gedragsmatige suppressie. Bij gedragsmatige suppressie worden emoties onderdrukt door middel van het onderdrukken van de expressie, bijvoorbeeld door het inhouden van tranen en het opzetten van een neutraal gezicht. In een experiment van Gross (1998) werd aan participanten een negatieve emotie-oproepende film laten zien, waarbij cognitieve herbeoordeling dan wel gedragsmatige suppressie moest worden gebruikt. Bij het deel van de participanten dat cognitieve herbeoordeling moest toepassen werd gevraagd of ze een afstandelijke houding ten opzichte van de beelden wilden houden. Aan de participanten die gedragsmatige suppressie moesten gebruiken werd enkel gevraagd of ze zich zo wilde gedragen dat "niemand zou weten dat ze iets voelden". Een opvallend verschil tussen deze twee methodes was op fysiologisch niveau: bij gedragsmatige suppressie was er een verhoging van fysiologische reactie zoals hartslag en stress, terwijl dit bij cognitieve

herbeoordeling juist minder werd. Gedragmatige suppressie is in zekere zin ironisch: het wordt op subjectief niveau in verband gebracht met een juist hogere ervaring van negatieve emoties (Daglish et al., 2009). Tevens lijkt er een predictieve relatie te zijn tussen het gebruik van gedragmatige suppressie en depressie (Vilgis et al., 2018).

Emotieregulatie is tevens te herleiden naar hersenactiviteit: gedragmatige suppressie zorgt voor een verhoogde activiteit in de prefrontale cortex. Echter verhoogt deze regulatiemethode ook de activiteit in de amygdala en insula (Goldin et al., 2008). Indien reappraisal gebruikt wordt om de impact van een negatieve stimulus te verminderen, is er tevens een verhoogde activiteit in de prefrontale cortex maar een relatief verminderde activiteit in de amygdala en insula. Cognitieve controleprocessen zijn geassocieerd aan prefrontale systemen, en de amygdala wordt geassocieerd met het verwerken van emotionele aspecten van een stimulus en met het integreren van een externe stimulus met een interne reactie (Ochsner et al., 2004). De cognitieve controle gaat op deze wijze omhoog en er vindt een interactie plaats tussen de prefrontale en limbische regio's van de hersenen, zoals de orbitofrontale cortex, laterale en ventromediale delen van de prefrontale cortex en de basale ganglia. Deze gebieden worden gerelateerd aan emotieregulatie en interactie tussen cognitie en emotie. Zo blijkt dat patiënten met schade aan de orbitofrontale cortex zich wel bewust waren van het belang van het onderdrukken van een emotie in een specifieke situatie, maar tijdens de situatie hier niet toe in staat waren (Beer, John, Scabini, and Knight, 2006). De ventromediale prefrontale cortex wordt geassocieerd met top-down allocatie van aandacht, maar ook bij het onbewust verschuiven hiervan voordat een emotionele respons bij het individu bewust wordt (Carretié, 2005). Mede door de connectie met de primaire beoordeling van emoties, is dit gebied tevens geassocieerd met het voelen van verdriet (Farb et al., 2010). De basale ganglia is vooral actief bij automatische processen waarbij het onder andere cognitieve en affectieve processen via motor- limbische of orbitofrontale circuits ondersteunt (Lieberman, 2007).

Een emotie kan op meerdere punten gereguleerd worden door middel van het process model of emotion regulation, waarbij de verschillende methodes anders gereflecteerd worden in hersenactiviteit. Prefrontale systemen hebben voornamelijk een regulerende rol, en limbische systemen worden voornamelijk geassocieerd met het verwerken en mogelijk versterken van emoties.

De rol van sekse bij verdrietregulatie

Emoties kunnen op subjectief, gedragsmatig en fysiologisch niveau worden onderzocht. Subjectieve onderzoeksmethodes maken gebruik van hetgeen de participanten zelf rapporteren over hun emotionele staat. Op gedragsmatig niveau wordt er gekeken naar hoe de emotie terugkomt in het gedrag van de persoon. Op fysiologisch niveau wordt de lichamelijke respons gemeten door middel van bijvoorbeeld veranderingen in hartslag, bloeddruk, skin conductance en adrenaline. Zoals eerder aangegeven, zijn er verschillen te vinden in welke mate mannen en vrouwen verdriet uiten. Vrouwen uiten discrete emoties zoals geluk, angst en verdriet meer dan mannen (Kring & Gordon, 1998). Echter laten meta-analyses van Hamann & Canli (2004) zien dat de uiting van een emotie als verdriet vooral op gedragsniveau verschilt bij mannen en vrouwen, en in mindere mate op subjectief niveau. In dit hoofdstuk zal er dieper worden ingegaan op de gevonden in negatieve emotieregulatieverschillen tussen mannen en vrouwen. Hierbij zal er eerst worden gekeken naar de rol van *arousal*, vervolgens zullen studies over cognitieve herbeoordeling en het oproepen van verdriet worden aangehaald om te onderzoeken wat emotieregulatie kan vertellen over sekseverschillen bij de regulatie van verdriet.

Ekman (1992) suggereert dat individuen andere drempels hebben voor de expressieve, subjectieve en fysiologische componenten van een emotie. Waar vrouwen over het algemeen expressiever zijn, laten mannen vaker hoger fysiologisch *arousal* zien bij *emotionally arousing* stressors (Chaplin et al., 2008). Hoewel dit erop lijkt te duiden dat mannen emoties heviger ervaren, is het nuttig om naar een andere verklaring te kijken, omdat dit niet uit studies komt die met subjectieve zelfrapportages werken (Hamann & Canli, 2004). Bovendien wordt verdriet gekenmerkt als een emotie met een laag arousalniveau (Jefferies et al., 2008). Een hoger fysiologisch arousal kan ook in verband gebracht worden met emotieregulatie. Gedragsmatige suppressie brengt namelijk een hogere arousal met zich mee, in tegenstelling tot het cognitief veranderen van de situatie die de emotie oproept (Gross, 2002; Ochsner, 2005; Hofmann et al., 2009). Een gerelateerde mogelijke verklaring voor het hogere arousalniveau van mannen bij het voelen van emoties kan zijn dat het interfereert met hun identiteitsgevoel (Burke, 1996). Onderbreking van identiteitscomponenten waar veel waarde aan wordt gehecht zorgt voor groter emotionele leed dan wanneer hier weinig waarde aan wordt gehecht (Stets & Tsushima, 2001). Hieruit volgt dat individuen die het “man” zijn als groot deel zien van hun identiteit, waarbij mannen stereotypisch minder emoties laten zien, mogelijk bij het voelen van verdriet of de drang

om te huilen een hoger arousalniveau krijgen. Dit is echter een voorzichtige interpretatie van de literatuur. Kring & Gordon (1998) bevestigden de invloed van context en masculiene dan wel feminiene identiteiten: persoonlijkheden die niet stereotypisch masculien of feminien waren, lieten een hogere expressiviteit van emoties zien. Een mogelijke verklaring behelst aanpassing aan de context: androgene persoonlijkheden kunnen zich gedragsmatig flexibeler uiten omdat ze hun gedrag niet of in mindere mate aan genderrollen aanpassen.

Ook op cognitief niveau lijken mannen anders met het voelen van verdriet om te gaan. In een studie van McRae, Ochsner & Maus (2008) werden aan participanten afbeeldingen laten zien die negatieve emotionele valentie veroorzaakte. Hierbij moesten ze via herbeoordeling, waarbij de participanten de afbeelding positiever moesten interpreteren, hun emotionele reactie reguleren. Op gedragsniveau waren de reacties van mannen en vrouwen ongeveer hetzelfde, maar op neuraal niveau waren er duidelijke verschillen te zien: mannen lieten minder verhogingen zien in activiteit in de prefrontale regio's gerelateerd aan cognitieve herbeoordeling. Ook lieten ze grotere verlagingen van activiteit de amygdala zien, die gerelateerd wordt aan emotionele reactie. Tevens was er een kleinere betrokkenheid van de ventrale striatale regio's, die gerelateerd zijn aan beloningsprocessen. McRae et al geven hiervoor de volgende verklaring: het is voor mannen een meer geautomatiseerde actie om een verdrietoproepende stimulus cognitief te reguleren.

Emotieregulatie is echter niet alleen het onderdrukken van emotie, het behelst tevens het oproepen en daarmee versterken ervan. In een experiment van Schneider, Habel & Kessler (2000) werd de hersenactiviteit gemeten van mannen en vrouwen tijdens het oproepen van een verdrietige staat. Participanten konden deze staat bereiken met behulp van afbeeldingen van verdrietige gezichten. Er was een significant hogere activiteit van de rechteramygdala bij mannen dan bij vrouwen tijdens het voelen van de negatieve emotie. Een mogelijke verklaring die Schneider et al (2000) voorstellen is het mogelijke verschil in strategieën om een staat van verdriet te bereiken. Zo kan het verschil in amygdala-activiteit verklaard worden indien vrouwen meer gebruik maken van cognitieve strategieën en innerlijke "cues", en mannen meer van het externe visuele materiaal. Een alternatieve suggestie is dat het mannen meer moeite kost om de staat van verdriet te bereiken, wat tevens resulteert in een grotere betrokkenheid van de amygdala. Deze verklaringen worden echter niet wetenschappelijk ondersteund en zullen nader onderzocht moeten worden. Indien over het algemeen dezelfde intrapersonlijke strategieën zijn toegepast, suggereren deze resultaten een meer subcorticale en focale verwerking van verdriet in mannen dan in vrouwen. Mogelijk maken

mannen in hogere mate van gebruik van cognitieve strategieën bij zowel het neer- als opwaarts reguleren van verdriet.

Concluderend lijken mannen twee emotieregulerende strategieën frequenter te gebruiken dan vrouwen: cognitieve herbeoordeling en gedragsmatige suppressie. MRI-studies laten zien dat cognitieve herbeoordeling een automatische reactie is bij mannen neerwaarts als opwaarts reguleren van verdriet. Later in het proces, wanneer de emotie zich al volledig heeft gemanifesteerd in het individu, lijkt het dat mannen frequenter onderdrukken omdat ze hogere niveaus van arousal hebben, maar minder emotie uiten. Dit komt overeen met de kenmerken van gedragsmatige suppressie. Een andere mogelijke verklaring komt vanuit Burke's Identity Control Theory (1996). Indien de rol van "man zijn" een grote plaats inneemt in hun zelfbeeld, conflicteert het voelen van verdriet met dit identiteitscomponent en veroorzaakt meer stress, wat leidt tot een hoger arousalniveau (Stets & Tsushima, 2001). Op neuraal niveau lijkt het voelen van verdriet zich tevens anders te manifesteren, waarbij er bij mannen een grotere betrokkenheid is van de rechteramygdala (Schneider et al., 2000).

De rol van neurobiologie en hormonen

Tot dusver zijn er in dit hoofdstuk verschillen gevonden tussen de emotieregulatie- en uiting van mannen en vrouwen en zijn deze verschillen ook bevestigd op neuraal niveau: bij het induceren van een staat van verdriet laten mannen meer activiteit in de rechteramygdala zien dan vrouwen (Schneider et al., 2000). Deze verschillen zijn mogelijk te verklaren aan de hand van zowel hormonale als socialiserende processen. In dit hoofdstuk zal er eerst in worden gegaan op de huidige discussie rondom de rol van sekse in neurocognitief onderzoek. Vervolgens zullen de hormonen testosteron, estradiol en progesteron onderzocht worden in hun rol in emotieregulatie.

In de neurowetenschap wordt ervan uit gegaan dat er belangrijke originele geslachtsverschillen zijn in hersenstructuur- en functie. Deze verschillen worden doorgaans verklaard aan de hand van "hardwiring": "*steroid hormones at a critical period of fetal development give rise to permanent structural and functional seks/gender differences in the brain and behavior.*" (Young & Rumiati, 2012). Recente bewegingen in de neurowetenschap beargumenteren dat hersenen niet onderverdeeld kunnen worden in mannen- of vrouwenhersenen: Young & Rumiati (2012) suggereren dat verschillen in hoe regio's worden geactiveerd bij cognitieve en emotionele taken, mogelijk het resultaat zijn van *gendered patterns of social roles*

and behaviors. Zo is de expressie van emotie heviger gesocialiseerd dan de ervaring van emotie (Hamann & Canli, 2004). Socialisatie is het proces waarbij iemand bewust of onbewust waarden en normen over gedrag internaliseert, en dus eigen maakt (Brody, 2002). Deze sociale verschillen kunnen doorgevoerd worden naar de hersenen door middel van het principe van neurale plasticiteit: de mogelijkheid van de hersenen om te veranderen als reactie op normale ontwikkelingsprocessen, ervaring en letsel (Huttenlocher, 2009). Barrett et al (2016) roepen op tot een coherent theoretisch model dat biologische ontwikkeling en sociale context incorporeert als twee elkaar beïnvloedende componenten in de emotiewetenschap, want hoe socialisatie en biologische verschillen interacteren is tot dusver onbekend.

Om deze reden is het wel belangrijk om biologische verschillen in kaart te brengen. Op volwassen leeftijd zijn er nog steeds hormoonverschillen te vinden tussen mannen en vrouwen, die substantiële invloed kunnen hebben op emotiegerelateerd gedrag (Bos, Panksepp & Bluthé, 2012). Zo blijkt dat de fase in de menstruele cyclus een belangrijk effect op emotionele respons kan hebben (McRae et al., 2008). De menstruele cyclus wordt in verband gebracht met een verhoogde activiteit in hersenstructuren die emotionele significantie identificeren en affectieve reacties genereren, waarbij progesteron en estradiol dit emotionele circuit mogelijk moduleren (Van Wingen et al., 2008). Progesteron wordt bijvoorbeeld in verband gebracht met een verhoogde activiteit van de amygdala. Er wordt zelfs voorgesteld dat geslachtsverschillen in emotionele responsiviteit voornamelijk kunnen worden verklaard door de hormonale effecten over de duur van de menstruele cyclus (Altemus, 2006). Deze variabele wordt echter amper meegenomen bij emotiegerelateerd onderzoek (McRae et al., 2008). Ook blijkt pilgebruik, dat zowel estradiol- als progesterongehaltes beïnvloedt, een onbelicht aspect (Montoya & Bos, 2017).

Tevens testosteron speelt een rol bij emotieregulatie. Zo is het idee van een “huidrempel” voorgesteld, waarbij fysiologische en fysieke factoren als hoeveelheid slaap en hormonale niveaus de huidrempel kunnen verlagen of verhogen (Vingerhoets & Bylsma, 2016). Mannen hebben mogelijk een hogere drempel door hun hogere testosteronwaarden. Echter, op neuraal niveau blijkt dat testosteron een verminderde functionele verbondenheid tussen de amygdala en de orbitofrontale cortex en een verhoogde verbondenheid met de thalamus (Van Wingen, Verkes & Buitelaar, 2010). Logischerwijs suggereert dit dat een verminderde regulerende invloed is van de orbitofrontale cortex op de amygdala. Deze bevinding is in lijn met studies over testosteron en agressie, waarbij testosteron zorgt voor verminderde zelf-regulatie (Mehta & Beer, 2010).

Testosteron lijkt zodoende een negatief effect te hebben op regulerende cognitieve processen, en daarmee kan er geen positief verband worden gelegd tussen gedragsmatige expressie, cognitieve herbeoordeling en hogere testosteronconcentraties. Echter heeft testosteron ook een negatief effect op sociale intelligentie, emotieherkenning in het gezicht van anderen en empathie (Bos et al., 2012). Op deze wijze zou testosteron mogelijk een verminderde emotionele gevoeligheid kunnen veroorzaken, waardoor er simpelweg minder emotie is om te reguleren of minder aandacht aan de emotie wordt geschonken. Een belangrijke toevoeging is dat veel studies met betrekking tot de invloeden van testosteron, estradiol en progesteron niet in staat zijn om de (sociale) context mee te nemen (Bos et al., 2012). Omgeving en (sociale) hormonen interacteren echter sterk met elkaar, in de zin dat verschillen in context andere gedragsmatige effecten kunnen veroorzaken.

De verschillen in emotieregulatie tussen mannen en vrouwen kunnen deels verklaard worden aan de hand van socialisatie en sociale context, waarbij het effect terug te vinden is in de hersenen. Ook biologische geslachtsverschillen zijn van substantieel belang: testosteron lijkt een wisselend effect te hebben op emotieregulatie. Het wordt in verband gebracht met zowel een hogere huidrempel, verminderde zelf-regulatie, als verminderde empathiewaarden. De invloed van hormonen als estradiol en progesteron blijkt onbelicht in emotie-regulatieonderzoek.

Conclusie

In dit hoofdstuk is vanuit de neurocognitieve wetenschap onderzocht hoe verdriet wordt gereguleerd en welke geslachtsverschillen daarbij optreden. Zo kan verdriet gereguleerd worden door middel van cognitive reappraisal, waarbij de stimulus in een ander daglicht wordt geplaatst om de emotionele impact ervan te veranderen. Ook kan verdriet op gedragsniveau onderdrukt worden. Op fysiologisch niveau heeft dit een hogere staat van fysiologisch *arousal* tot gevolg. Mannen blijken beide methodes vaker en automatischer toe te passen, wat in lijn staat met de bevindingen over emotie-expressie, waarbij vrouwen vaker verdriet uiten dan mannen. Verdriet lijkt zich ook geconcentreerder in de hersenen van mannen te manifesteren, waarbij de amygdala een grotere rol speelt. De waargenomen verschillen in de hersenen zijn hoogstwaarschijnlijk mede het gevolg van sociale context en hoe de plastische hersenen zich hebben aangepast aan de omgeving en gedragingen van een individu, maar ook biologische invloeden zijn van significant belang. Uitingsverschillen zijn ook te verklaren aan de hand van hormonen, waarbij testosteron

een negatief effect heeft op regulerende processen en sociale intelligentie. Tevens wordt emotieregulatie beïnvloed door estradiol en progesteron.

Alhoewel dit hoofdstuk emotieregulatie in combinatie met geslachtsverschillen heeft kunnen onderzoeken, zitten er tevens beperkingen aan dit onderzoek. Zo behandelt de hoofdvraag verdriet en is er in de inleiding aangegeven dat er onderzoek wordt aangehaald met betrekking op negatieve emoties. Voor vervolgonderzoek is het echter belangrijk om te differentiëren tussen verschillende negatieve emoties, omdat ze wel kunnen verschillen op bijvoorbeeld arousalniveau en neurale correlaties. Dit heeft mogelijk zijn effecten op hoe ze gereguleerd worden. Door praktische beperkingen kan dit hoofdstuk geen volledig overzicht bieden van hormonale invloeden en dimorfische biologische verschillen tussen mannen en vrouwen. Ten slotte zijn andere variabelen zoals persoonlijkheid, psychiatrische- en ontwikkelingsstoornissen als depressie en autisme, context en hun invloeden niet in acht genomen. Verder onderzoek naar deze variabelen is een relevante manier om tot een vollediger beeld te komen van neurocognitieve processen in het reguleren van emoties.

Hoofdstuk 2: ASW

Inleiding

Volgens de discipline Algemene Sociale Wetenschappen kunnen de culturele en maatschappelijke context voor een groot gedeelte individueel gedrag bepalen (Universiteit Utrecht, 2018). Zo kan ook de uiting van verdriet worden beïnvloed door de cultuur en de omgeving waarin een individu zich bevindt, onder andere door middel van socialisatie. Socialisatie is een proces waarin men leert te leven in de eigen cultuur door de verwerving van bijvoorbeeld morele normen, waarden, rollen, en symbolen die in die cultuur heersen (Zahn-Waxler, 2010). Het doel van socialisatie is om een bekwaam lid van een groep te worden en sociaal te worden geaccepteerd door anderen (Brody, 2000). Socialisatie is een levenslang proces, waarin er gedurende het leven verschillende socialiserende instellingen invloed uitoefenen op het individu. De socialisatie die plaats vindt in de kindertijd wordt echter vaak als de meest belangrijkste periode beschouwd, omdat er hier een diepe en blijvende socialisatie plaats vindt. De familie van het kind is de eerste en in vele gevallen de meest langdurige socialiserende instelling, gevolgd door leeftijdsgenoten, scholen, religieuze instituties, en, in de volwassenheid, werkgevers en partners. Zelfs de media en het internet fungeren als socialiserende instellingen (Maccoby, 2014). De socialisatie van emotie gaat over het proces waarin verschillende socialiserende instellingen het begrip, de ervaring, en de uitdrukking van individuen met betrekking tot emotie kunnen beïnvloeden. Dit wordt ook wel emotie-socialisatie genoemd (Eisenberg, Cumberland & Spinrad, 1998). In dit hoofdstuk zal er een bijdrage worden geleverd in het beantwoorden van de hoofdvraag “Wat voor rol speelt sekse in het voelen en uiten van verdriet in de moderne westerse samenleving?” door onderzoek te doen naar emotie-socialisatie in de kindertijd door zowel ouders als leeftijdsgenoten, en daarmee een verklaring te geven voor de sekseverschillen die kunnen worden gevonden in mannen en vrouwen in het uiten van verdriet. De deelvraag die hieruit voortvloeit luidt als volgt: “Hoe kan emotie-socialisatie in de kindertijd de oorzaken van de sekseverschillen in het uiten van verdriet verklaren?”

Expressiviteitsnormen en genderrollen

Tijdens het emotie-socialisatieproces krijgen jongens en meisjes twee belangrijke culturele kenmerken van zijn of haar groep aangeleerd: Expressiviteitsnormen en genderrollen. Expressiviteitsnormen kunnen worden omschreven als voorgeschreven sociale normen, die

dicteren hoe, wanneer en waar emoties mogen worden geuit door mannen en vrouwen in een specifieke cultuur (Brody, 2000). Genderrollen worden doorgaans gedefinieerd als de attitudes en het gedrag die worden verwacht van jongens en mannen omdat ze man zijn en van meisjes en vrouwen omdat ze vrouw zijn (Henslin, 2013). De westerse genderrollen uit zich in verschillende doelen, motieven en sociale statussen. Voorgeschreven regels over de doelen voor vrouwen ondanks de moderne ontwikkeling op het gebied van gendergelijkheid van vrouwen, kenmerken zich vaak nog steeds (grotendeels) in het op zich nemen van de zorg van kinderen. Van mannen daarentegen wordt er verwacht dat ze zich meer bezighouden met het verdienen van geld om zo de familie te onderhouden. Wat betreft motieven kan er een onderscheid worden gemaakt in behoefte naar intimiteit voor vrouwen en controle voor mannen. Sociale statussen uit zich in een hogere status en meer macht voor mannen dan vrouwen (Brody & Hall, 2008). De westerse expressiviteitsnormen die gelden voor mannen en vrouwen komen vaak overeen met de hierboven beschreven genderrollen (Zahn-Waxler, 2010). Zo worden de expressiviteitsnormen voor de westerse man voornamelijk gekenmerkt door het stoïcisme. Het stoïcisme uit zich in het niet delen van pijn, het niet openlijk laten zien van verdriet, en het ontwijken van sterke, afhankelijke en warme gevoelens (Jansz, 2000). Dit kan bijvoorbeeld worden gelinkt aan het motief van de man om in controle te blijven en de macht te behouden. Bij vrouwen daarentegen ligt de nadruk meer op het uiten van emoties die sociale relaties vergemakkelijken, zoals opgewektheid, warmte en ondersteuning (Brody, 2000), en de mogelijkheid om emoties te ervaren, te uiten, en te communiceren naar anderen (Fischer & Manstead, 2000). Deze expressiviteitsnormen kunnen op hun beurt weer gelinkt worden aan de genderrollen van een vrouw. Warmte en ondersteuning helpen bijvoorbeeld bij de zorg van kinderen, terwijl het uiten van emoties een belangrijk hulpmiddel is voor intimiteit.

Verschillende onderzoeken geven een mogelijk bewijs voor de internalisering van de bovengenoemde expressiviteitsnormen en genderrollen met betrekking tot de emotie verdriet, en de uiting hiervan in het dagelijks leven (Brody, 2000; Brody & Hall, 2008; Fivush & Buckner, 2000; Jansz, 2000). Zo kunnen er bijvoorbeeld sekseverschillen worden gevonden in het uiten van verdriet wanneer iemand zich bevindt in een vriendengroep (Fivush & Buckner, 2000). Vrouwen delen meer dan mannen verdrietige gevoelens met hun vrienden (vooral met andere vrouwen) en plaatsen verdriet in een context van interpersoonlijke relaties. Daarnaast vertrouwen anderen vrouwen meer toe met het delen van hun verdriet. Vrouwen krijgen bijvoorbeeld meer dan mannen

te horen over verdrietige gebeurtenissen van anderen. Dit sluit aan op een onderzoek waar in is aangetoond dat vrouwen vaker luisteren naar de emoties van anderen, en hier meer empathisch op reageren dan mannen (Fivush & Buckner, 2000). Mannen daarentegen vinden het moeilijker om met de kwetsbare emoties van anderen om te gaan. Dit betreft vooral de emoties die worden gezien als 'onmannelijk', zoals angst, onzekerheid, teleurstelling, jaloezie én verdriet (Jansz, 2000). Daarnaast vinden ze het moeilijk om hun emoties, waaronder verdriet, onder woorden te brengen en deze te uiten. Een mogelijke verklaring die hiervoor wordt gegeven is de angst voor de consequenties wanneer ze wel hun emotionele kant laten zien. Onderzoek laat bijvoorbeeld zien dat mannen die de emotie verdriet wel uiten niet alleen negatiever worden beoordeeld, maar ook minder worden getroost dan vrouwen (Brody, 2000).

De hierboven genoemde patronen die er zijn gevonden in het uiten van verdriet door mannen en vrouwen kunnen in verband worden gebracht met de eerdergenoemde genderrollen en expressiviteitsnormen die er gelden in de westerse samenleving. Dat vrouwen meer dan mannen hun verdriet delen met vrienden kan worden gelinkt aan het motief van intimiteit. Het delen van verdriet met anderen kan namelijk worden gezien als een teken van vertrouwen. Daarnaast komt het delen van verdriet overeen met de uitingsnormen voor vrouwen om hun emoties te uiten en te communiceren naar anderen. Dat mensen hun verdriet eerder delen met vrouwen dan met mannen kan in verband worden gebracht met het motief van intimiteit en de expressiviteitsnormen voor vrouwen om emoties te uiten die warmte en ondersteuning bieden. Het feit dat mannen meer moeite hebben om hun verdriet te uiten staat in relatie met de sociale status van de man die zich uit in meer macht. Verdriet wordt namelijk gezien als een zwakke emotie, en het uiten hiervan door mannen zal schade kunnen brengen aan hun machtspositie. Ook kan het in verband worden gebracht met de expressiviteitsnormen voor de man die zich uiten in het stoïcisme, die zich kenmerkt door het niet openlijk delen van verdriet.

Sekseverschillen in het uiten van verdriet kunnen worden verklaard door de verwerving van de hierboven beschreven expressiviteitsnormen en genderrollen op een jonge leeftijd. Om een beter beeld te krijgen van de manier waarop deze normen en rollen worden aangeleerd zal er moeten worden gekeken naar het proces van emotie-socialisatie.

Emotie-socialisatie ouders

Ouders zijn een van de belangrijkste groepen, zo niet de belangrijkste groep, in het socialiseren van kinderen (Hofmann & Doan, 2018). Genderrollen en de daaruit voortvloeiende expressiviteitsnormen die dicteren hoe een jongen of meisje verdriet moet uiten, worden op velerlei manieren in het dagelijks leven gecommuniceerd tussen het kind en de ouder (Jansz, 2000). Communicatie in dit hoofdstuk wordt gedefinieerd als de manier waarop ouders praten met en reageren op verdrietige ervaringen van hun kinderen. Verdrietige ervaringen kunnen echter niet worden gekarakteriseerd als verbale of non-verbale uitingen van verdriet, hetgeen waar dit hoofdstuk zich op richt. Het praten over verdrietige ervaringen kan daarentegen wel worden gekenmerkt als een vorm van emotie-uiting, namelijk een verbale.

Uit verschillende onderzoeken is gebleken dat ouders door middel van communicatie hun zoons aanleren om beheerster met hun emoties om te gaan, of deze zelfs te remmen, terwijl dochters worden aangeleerd om hun emoties wel te uiten (Hofmann & Doan, 2018; Jansz, 2000; Schrok & Knop, 2014). Zo blijkt uit het onderzoek van Jansz (2000) dat de expressiviteit van emoties van jongens in de beginfase van hun leven door ouders, maar vooral moeders, wordt beheerst. Hoewel in de eerste maanden van hun leven jongens actiever en expressiever zijn dan meisjes als het gaat om de uiting van emoties, volgt in de jaren daarop een zogenaamde 'cross-over' waarin jongens worden beperkt in het uiten van hun emoties. Het beperken van de emoties is volgens Jansz niet alleen een adaptieve reactie is op het oorspronkelijke temperament van de zoon, maar ook een gevolg van het toepassen van culturele normen die er bestaan rondom masculiniteit op het gedrag van de zoon. In de jaren die hierop volgen wordt de socialisatie van het kind omtrent het uiten van emoties doorgezet door emoties vaker met dochters te bespreken dan met zoons (Hofmann & Doan, 2018) en een groter emotioneel discours gebruiken wanneer er een gesprek wordt gevoerd met een dochter in vergelijking met een zoon (Schrok & Knop, 2014). Ook worden dochters aangeleerd zich bewust te zijn van de emoties die ze voelen en hierop te reageren door als ouder te focussen op de emotionele staat van het kind wanneer er wordt gesproken over emotionele ervaringen. Zoons daarentegen leren op een gecontroleerde manier om te gaan met hun emoties door zich te focussen op de context in plaats van op de emotionele staat zelf (Jansz, 2000).

De hierboven beschreven onderzoeken gaan over emoties in de brede zin van het woord. In het huidige hoofdstuk ligt er echter een specifieke interesse in de emotie verdriet. Toch kunnen

er vergelijkbare uitkomsten worden gevonden tussen de hierboven beschreven onderzoeken naar algemene emotie-socialisatie en onderzoeken die zich hebben gericht op socialisatie in het uiten van verdriet. Het feit dat meisjes door emotie-socialisatie worden aangeleerd hun emoties wel te uiten, terwijl er van jongens (impliciet) wordt verwacht deze in te houden is ook terug te vinden als het gaat om het uiten van verdriet. Zo blijkt er uit een onderzoek dat ouders geruststellender reageren wanneer verdrietige gebeurtenissen werden besproken met dochters dan met zoons (Adams et al., 1995). Dit geeft meisjes het gevoel dat het voor hen geoorloofd is om hun verdriet kwijt te kunnen, terwijl jongens mogelijk hun verdriet eerder zullen inhouden. Daarnaast wordt er met dochters vaker over verdriet gesproken dan met zoons (Fivush, 1989), wat ook terug te zien is in het praten over emoties in de brede zin van het woord. Verder blijven meisjes tijdens de kindertijd ervan uit gaan dat ouders de uiting van verdrietige emoties blijven ondersteunen, terwijl jongens minder ouderlijke steun verwachten bij het uiten van verdriet (Fuchs & Thelen, in Zeman & Shipman, 1996). Het grotere emotionele discours dat in gesprekken met dochters wordt gebruikt is daarnaast ook terug te vinden in het bespreken van verdrietige gebeurtenissen. Uit een onderzoek van Fivush en Buckner (2000) zijn gesprekken onderzocht tussen ouders en kleuters over emotionele gebeurtenissen uit het verleden. Hieruit blijkt dat er sekseverschillen optreden in het gebruiken van specifieke negatieve woorden. Zo werden de woorden 'sad' en 'cry' aanzienlijk vaker gebruikt in een gesprek met dochters dan met zoons. Van de negatieve woorden die werden gebruikt in de gesprekken met dochters bestond 54% uit de woorden 'sad' en 'cry'. Dit percentage bestond voor gesprekken met zoons maar uit 14%. Deze resultaten sluiten aan bij het longitudinale onderzoek van Adams, Kuebli, Boyle and Fivush (1995) die gesprekken tussen ouders en hun kinderen van hun derde tot en met zevende levensjaar hebben onderzocht. Uit dit onderzoek kwam naar voren dat verdriet 29 keer werd benoemd in een gesprek met dochters, terwijl dit bij zonen maar twaalf keer werd benoemd.

De bovengenoemde emotie-socialisatieprocessen laten zien dat ook als het gaat om de emotie verdriet, meisjes worden aangeleerd dat het niet erg is om deze emotie te uiten. Voor jongens komt dit minder duidelijk naar voren. Door minder geruststellend te reageren op verdriet, het minder over verdriet te hebben en minder verdriet-gerelateerde woorden te gebruiken worden jongens aangeleerd hun verdriet minder te uiten.

De manier waarop ouders hun kinderen socialiseren worden volgens meerdere onderzoeken beïnvloed door verschillende variabelen, waaronder de sekse en seksuele geaardheid

van de ouders (Schrock & Knop, 2014; Hofmann & Doan, 2018). Volgens Schrock en Knop zouden vaders vaker dan moeders het verdriet van hun kinderen minimaliseren, terwijl moeders juist het kind zouden aansporen om zich te uiten (2014). Dit komt overeen met het onderzoek van Klimes-Dougan et al. waaruit blijkt dat moeders minder snel dan vaders emoties minimaliseren, over het hoofd zien en negeren, maar juist eerder op gevoelens reflecteren en deze vergroten (2007). Ook zouden gesprekken met emotionele inhoudt significant langer duren met moeders dan met vaders (Hofmann & Doan, 2018). Uit deze onderzoeken lijkt de moeder meer dan de vader haar kinderen te stimuleren om hun emoties te uiten. Toch wijzen voorheen genoemde onderzoeken erop dat beide ouders hun kinderen socialiseren op een manier die in lijn is met de expressiviteitsnormen en genderrollen die er heersen in de samenleving. Naast de sekse van ouders, speelt heteroseksualiteit een grote rol in de manier waarop ouders hun kinderen socialiseren als het gaat om het uiten van verdriet (Schrock & Knop, 2014). Het aanleren van jongens om hun verdriet te onderdrukken zou een gevolg zijn van de angst van ouders dat hun zoon homoseksueel is of zo door anderen zal worden gezien wanneer hij openlijk zijn verdriet uit.

Uit de hierboven genoemde onderzoeken kan de conclusie worden getrokken dat ouders via verschillende manieren van communicatie bepaalde normen rondom het uiten van verdriet doorgeven aan het kind. Jongens worden aangeleerd hun verdriet minder te uiten, of zelfs te onderdrukken, terwijl de uiting van verdriet onder meisjes wordt aangemoedigd. De sekse en seksuele geaardheid van ouders zouden daarnaast invloed hebben op hoe de kinderen worden gesocialiseerd.

Emotie-socialisatie leeftijdgenoten

Niet alleen ouders, maar ook leeftijdgenoten hebben een invloed op hoe emoties, waaronder verdriet, worden geuit in kinderen. Net zoals bij de emotie-socialisatie door ouders kan de emotie-socialisatie door leeftijdgenoten bekeken worden vanuit communicatie tussen de leeftijdgenoten. Communicatie wordt in dit geval gedefinieerd als de reactie van leeftijdgenoten op het uiten van verdrietige gevoelens, wat zich uit in sociale acceptatie en populariteit, en afwijzing en plagen.

Fivush en Buckner (2000) schetsen een algemeen beeld over de sekseverschillen die er bestaan in vriendschappen en emotionele expressiviteit onder kinderen. Hierin zijn genderrollen en emotie-uitingen te herkennen die overeenkomen met het traditionele westerse beeld van mannelijkheid en vrouwelijkheid. Volgens Fivush en Buckner zijn deze verschillen al op vroege

leeftijd merkbaar. Al voordat kinderen naar de basisschool gaan is te zien dat meisjes op een meer verzorgende en samenwerkende manier met elkaar spelen, terwijl het spelen van jongens zich meer karakteriseert in agressie en concurrentie. Tijdens het midden van de kindertijd worden deze patronen zelfs nog meer benadrukt. Vriendschappen onder meisjes kenmerken zich door veel conversatie, terwijl vriendschappen onder jongens worden gekenmerkt door het zich houden aan regels en weinig conversationele interactie. Jongens praten met hun beste vrienden bijvoorbeeld over sport en televisie, terwijl meisjes met hun beste vriendinnen problemen delen en emoties bediscussiëren.

Ook als er specifiek wordt gefocust op de emotie verdriet is er een patroon te zien waarin jongens moeite hebben met het uiten en delen van deze emotie. Uit verschillende onderzoeken komt naar boven dat normen rondom het uiten van verdriet door leeftijdsgenoten via acceptatie, populariteit, afwijzing en plagen worden gesocialiseerd (Brody, 2000; Jansz, 2000). Uit een observatieonderzoek komt bijvoorbeeld naar voren dat jongens die zich houden aan de ‘masculiene’ expressiviteit normen worden gezien als ‘cool’ door anderen. Hieronder valt het niet uiten van kwetsbare emoties zoals verdriet (Brody, 2000). Een ander observatieonderzoek in een kleuterklas heeft resultaten gevonden die aansluiten op het bovengenoemde. Uit het onderzoek kwam naar voren dat jongens een nadruk legden op gevoelens van vijandigheid en boosheid, terwijl ze gevoelens die te maken hebben met kwetsbaarheid en pijn zoals verdriet, probeerden te minimaliseren (Jansz, 2000). Tegenovergesteld kan er over jongens en meisjes worden gezegd die zich niet aan de expressiviteitsnormen van hun eigen sekse houden dat zij als minder populair worden gezien. Jongens die door anderen worden gezien als kwetsbaar, zwak, en als iemand die snel tot tranen wordt gebracht, hebben een minder populaire status onder hun leeftijdsgenoten. De jongens met een populaire status daarentegen zijn degenen die volgens hun leeftijdsgenoten lager scoren op verdriet (Brody, 2000).

In de periode rondom de adolescentie is er evenzeer sprake van emotie-socialisatie door leeftijdsgenoten. Uit een het onderzoek van Adler, Kless en Adler (1992) werd er bijvoorbeeld een “culture of coolness” (pp. 183) gevonden onder jongens die bijna de adolescentie hadden bereikt. Deze “cultuur” legde een nadruk op emotionele onkwetsbaarheid, waarbij jongens die zich wel emotioneel kwetsbaar opstelden werden uitgesloten van de populaire groepen. Een onderzoek gebaseerd op zelfrapportage liet resultaten zien die hiermee in overeenstemming kwamen. Zo zouden meisjes die de adolescentie naderden de emotie verdriet minder verbergen, terwijl jongens

deze emotie juist wel verbergen naarmate ze ouder werden (Brody, 2000). Jongens gaan er in de adolescentie namelijk meer dan meiden vanuit dat ze belachelijk worden gemaakt of worden gekleineerd door hun leeftijdsgenoten wanneer ze verdriet uitdrukken in hun nabijheid (Von Salisch, 2001).

Uit de hierboven genoemde onderzoeken kan worden geconcludeerd dat emotie-socialisatie op het niveau van leeftijdsgenoten zich vooral focust op het aanleren van normen rondom het uiten van verdriet door enerzijds afwijzing en anderzijds acceptatie. Hierbij gelden er verschillende expressiviteitsnormen voor jongens en meisjes, waarbij jongens worden gestraft, door middel van afwijzing, voor het uiten van verdriet. Voor meisjes daarentegen wordt het als meer acceptabel gezien wanneer zij hun verdriet uiten.

Conclusie

Emotie-socialisatie is een belangrijke factor in het verklaren van de sekseverschillen in het uiten van verdriet. Genderrollen en de daaruit vloeiende expressiviteitsnormen in de westerse samenleving fungeren als basis voor de emotie-socialisatie van kinderen. Jongens en meisjes worden op een andere manier gesocialiseerd, omdat beiden een andere rol te hebben vervullen volgens de genderrollen die er in de westerse samenleving heersen. Ouders leren hun kinderen aan om hun verdriet te uiten die aansluit op de expressiviteitsnormen en genderrollen van de sekse van het kind. Zo worden jongens aangeleerd hun verdriet niet te uiten, terwijl het uiten van verdriet onder meisjes wordt aangemoedigd. Leeftijdsgenoten, die met dezelfde normen zijn opgevoed door hun ouders, oefenen ook invloed uit op de manier waarop jongens en meisjes hun verdriet uiten. Dit doen zij door middel van afwijzing en acceptatie. Op deze manier groeien jongens en meisjes op met het idee dat het uiten van verdriet voor de ene sekse acceptabel is, terwijl het voor de andere sekse wordt gezien als ontoelaatbaar.

Alhoewel het literatuuronderzoek in dit hoofdstuk veel informatie heeft kunnen geven over de rol van emotie-socialisatie in het verklaren van de sekseverschillen in het uiten van verdriet kleven er ook enkele limitaties aan dit onderzoek. Zo is er voornamelijk gekeken naar emotie-socialisatie in de kindertijd, waardoor er een groot deel van de levensloop is weggelaten die mogelijk ook van belang zijn in het verklaren van de verschillen in hoe mannen en vrouwen hun verdriet uiten. Daarnaast is er alleen gekeken naar de emotie-socialisatie van ouders en leeftijdsgenoten. Voor vervolgonderzoek is het interessant om ook te kijken naar de rol van andere

socialiserende instellingen in emotie-socialisatie, zoals school, werk en media. Tevens zijn enkele belangrijke variabelen niet meegenomen in het onderzoek, zoals etniciteit, sociaaleconomische status en persoonlijkheid. Het meenemen van deze variabelen in vervolgonderzoek zou mogelijk kunnen leiden tot het vinden van individuele- en groepsverschillen met betrekking tot emotie-socialisatie en het uiten van verdriet.

Hoofdstuk 3: Geschiedenis

Inleiding

Weggaan heeft geen zin.
Alle muren zweten verdriet.
In alle kamers hangt
de geur van ontbinding.
En overal zijn spiegels:
in stilstaand water drijft
altijd hetzelfde lijk. (Meijer, 1988, p. 304)

De nasleep van de Tweede Wereldoorlog werd in de decennia erna sterk gevoeld. De Europese maatschappij zoals men die kende voor de start van de oorlog was op losse schroeven komen te staan en dat zorgde voor verwarring in de samenleving. Volgens nederlandse en literatuurwetenschapper Maaïke Meijer had de oorlog ‘idealen, illusies over de menselijke natuur, religieuze waarden en ook mensen, families, huizen en carrières vernietigd’ (1988, p. 312). Kunst en proza uit de jaren vijftig en zestig weerspiegelen dit: onder andere verwarring, verdriet, depressie en woede zijn heersende thema’s (Meijer, 1988).

Meijer stelt verder dat er een verschil in sentiment te onderscheiden valt tussen mannelijke en vrouwelijke woordkunstenaars. Bovenstaand gedicht, geschreven door Nederlandse dichteres Henny Michaelis in 1957, typeert de vrouwelijke naoorlogse depressie, wanhoop en een voorzichtig verlangen naar emancipatie. Meijer stelt dat mannen minder melancholisch waren – zij waren vooral kwaad. Kwaad op de oude moraal en esthetiek, maar ook op hun ouders, de kerk en vrouwen. Ze stelt dat mannen de patriarchale samenleving wilden voortzetten, terwijl vrouwen zich verzetten tegen deze restauratie (Meijer, 1988).

Binnen de geschiedschrijving is er veel onderzoek naar de geschiedenis van emoties, evenals onderzoek naar gendergeschiedenis. Geschiedenis van emoties neemt aan dat ‘the emotional standards of societies change in time rather than merely differ, constantly, across space’ (Stearns & Stearns, 1985, p. 14). In andere woorden; emoties en de manier waarop ze geuit worden zijn aan temporele verandering onderhevig. Onderzoek dat sekse en emoties combineert, daarentegen, is schaars. Toch lijkt dit een voor de hand liggende volgende stap; de sociale wetenschappen houden zich al langere tijd bewust te zijn van de verschillen in de manier waarop mannen en vrouwen hun emoties uiten.

Dit onderzoek focust zich op de sekseverschillen in emotie-uitingen, met een specifieke focus op verdriet. Daarbij kan historische kennis over dit fenomeen bijdragen aan een beter begrip van hedendaagse theorieën over emotie-uitingen; de wetenschap dat emoties door de tijd heen veranderen bevestigt het belang ervan als aanvulling op en onderbouwing van onderzoeken naar contemporaine sekseverhoudingen. De hoofdvraag luidt: welke factoren hebben bijgedragen aan mogelijke verschillen in de manier waarop naoorlogse mannen en vrouwen hun verdriet uiten in de westerse samenleving? Ik zal hierbij kijken naar de periode na de Tweede Wereldoorlog tot het einde van de jaren tachtig omdat, zoals Meijer aangaf, de tweede helft van de twintigste eeuw een enorme verandering in maatschappelijke verhoudingen kent, met als belangrijk omslagpunt de Tweede Wereldoorlog. Feministische bewegingen hebben daarnaast bijgedragen aan verdere revisie van geslachtsverhoudingen.

Dit onderzoek voornamelijk gebaseerd op secundair literatuuronderzoek. Het combineert genderhistorische- met emotie-historische materialen, en probeert daaruit inzichten te combineren die een beeld kunnen schetsen van geslachtsverhoudingen in het uiten van verdriet. Incidenteel wordt een primaire bron aangehaald om een argument te versterken, maar er is geen archiefonderzoek of extensief bronnenonderzoek gedaan.

In dit hoofdstuk wordt in paragrafen één en twee een genderhistorische context geboden, waarbij de geslachtsverhoudingen tussen mannen en vrouwen in de maatschappij geëxploreerd worden. Paragraaf drie biedt eveneens historisch-maatschappelijke context, maar vanuit een emotie-historisch perspectief. In paragraaf vier worden de sekseverschillen en emotieontwikkelingen gecombineerd met een specifieke focus op verdriet om tot nieuwe inzichten te komen. Ten slotte worden in de conclusie de bevindingen besproken.

Naoorlogse man/vrouw verhoudingen

De jaren vijftig worden gekenmerkt door een poging tot restauratie van de vooroorlogse idealen en maatschappelijke verhoudingen. In de inleiding is kort de situatie in Nederland besproken zoals geïnterpreteerd door Meijer - vrouwen werden geacht hun oude rollen opnieuw aan te nemen en mannen wilden de patriarchale verhoudingen herstellen. Vrouwen voelden zich hier niet prettig bij en al in de jaren vijftig klonken feministische geluiden door in hun gedichten.

Ook in Amerika bevonden vrouwen zich in een soortgelijke situatie. Historicus June Meyerowitz legt uit dat in de tot voor kort schaarse geschiedschrijving over seksen in de jaren

vijftig werd vastgehouden aan dit beeld van restauratie. De jaren vijftig stonden in historische onderzoeken in het teken van ‘the postwar domestic ideal, the reassertion of a traditional sexual division of labour, and the formal and informal barriers that prevented women from fully participating in the public realm’ (Meyerowitz, 1994, p. 3). Toch, stelt zij, is dit niet correct en een versimpelde weergave van de situatie. Vrouwen probeerden, ofschoon in significant kleinere aantallen dan de decennia die erop volgden, gezamenlijk te strijden voor gelijkheid op de werkvloer. Hoewel het een conservatief decennium was in vergelijking met de tweede feministische golf die startte in de jaren zestig, lieten vrouwen wel degelijk in de publieke sfeer hun stem klinken (Meyerowitz, 1994).

Historicus Jessamyn Neuhaus onderschrijft de stelling van Meyerowitz. In haar onderzoek naar kookboeken beschrijft zij dat, op het eerste gezicht, geslachtsrollen traditioneel leken. Dit komt volgens haar omdat politieke uitingen in de jaren vijftig, door anticommunistische sferen, beperkt waren. Maar ‘daily life was changing rapidly and in innumerable ways. Suburban living ,the exponential rise in automobile ownership, the growth of ‘white collar’ employment, racial tension and the beginning of the civil rights movement, and the spread of television’ (Neuhaus, 1999, p. 537) waren slechts enkele voorbeelden van de vele veranderingen. Kookboeken geven volgens Neuhaus een beeld van de angsten van die tijd. Deze angst was in de jaren vijftig een verandering van geslachtsnormen; de kookboeken benadrukken dat de vrouw, ongeacht haar persoonlijke voorkeuren, met blijdschap voor haar familie moest koken, omdat dat nou eenmaal haar rol was – en het liefst zo uitgebreid en creatief mogelijk (1999).

Voor mannen was het een ander verhaal. In een kookboek dat Neuhaus analyseert wordt een voorstel gedaan voor hoe een feest georganiseerd door een man eruit moet zien. Het boek omschrijft het als volgt: ‘Do it up proud ... and then stand clear: there are *men* at work here’ (Neuhaus, 1999, p. 539). Ze concludeert terecht dat dit geslachtsnormen benadrukt: mannen horen niet in de keuken, want koken is complex en mannen houden van een *no-nonsense* omgeving en rol (Neuhaus, 1999).

Uit de analyses van zowel Meijer als Meyerowitz en Neuhaus vloeit een soortgelijke conclusie voort: hoewel historici de jaren vijftig graag doen voorkomen als een tijdperk waarin, in ieder geval in de publieke sfeer, vrouwen weinig te zeggen hadden, bestond er wel degelijk een bewustzijn van de veranderende maatschappelijke- en geslachtsverhoudingen. Op grote schaal leek men zich krampachtig vast te klemmen aan traditionele rollen, maar in het dagelijks leven

leek dit nagenoeg onmogelijk. De samenleving was aan dusdanig veel verandering onderhevig dat de sekseverhoudingen de gevolgen hiervan onvermijdelijk zouden ondervinden. In de jaren vijftig gebeurde dit nog vooral in de privésfeer, maar daar zou spoedig verandering in komen.

Tweede feministische golf

De jaren vijftig werden, zoals hierboven beschreven, gekenmerkt door het idee dat vrouwen onderdanig moesten zijn, vreugde moesten halen uit huishoudelijke taken, en een poging om haar stem in de publieke sfeer te dempen. Dit bleek onmogelijk: de tweede feministische golf spoelde al snel over de westerse wereld. Wanneer deze begon is tot op heden een onderwerp van discussie, maar er is een algemene consensus dat het in de jaren zestig of zeventig was. Als einde wordt meestal het begin van de jaren negentig aangehouden. Historicus Imelda Whelehan legt uit dat de eerste feministische golf als objectief had vrouwen een plek te geven in het politieke systeem; de tweede golf ‘became a response to the lean years after the achievement of putative equality; the result of a dawning recognition that the system itself seemed to have an inbuilt propensity for institutionalizing gender (as well as other) inequality’ (1995, p. 4). In andere woorden wilde deze beweging de geslachtsongelijkheid aanpakken bij de wortels van de samenleving.

Whelehan laat zien dat de tweede feministische golf vooral een beweging was van radicale verandering, linkse politiek en het breken van al dan niet ongeschreven regels betreffende sekserollen. Er vond een volledige revisie plaats van wat het betekent om vrouw te zijn, en er bestond een sterke afkeer tegen de poging tot restauratie van de jaren vijftig (Whelehan, 1995).

Toch ontstond er, stelt politicoloog Judith Evans, in dezelfde periode een schisma binnen het gedachtegoed van feministen. Sommigen beredeneerden dat vrouwen hetzelfde waren als mannen en dus zo behandeld moeten worden, maar dat de maatschappij hen hiervan weerhield. Andere feministen stelden zich op het standpunt dat mannen en vrouwen wel degelijk verschillend zijn, en dat stellen dat vrouwen hetzelfde zijn als mannen impliceert dat vrouwen een afwijking zijn van de mannelijke norm, wat op zijn beurt weer vooronderstelt dat vrouwen zich meer moeten bewegen richting deze norm. Dit schisma houdt in ieder geval tot ver in de jaren negentig stand (Evans, 1995).

De reden voor het benoemen van deze tweedeling in feministische discours is de mogelijke verklaring die het kan bieden voor de ontwikkelingen in het voelen en uiten van emoties. Ik zal hierop terugkomen in paragraaf drie. De overige historische context die in deze paragraaf is

besproken schetst een beeld van sekseverhoudingen in de *post-war* westerse wereld; de ontwikkeling van emotie-uitingen die in de volgende paragraaf aan bod komt kan hiernaast worden gelegd om zo een verklaring te vinden voor de sekseverschillen op dit gebied.

Historische ontwikkeling van emotie-uitingen

In de jaren vijftig en zestig zorgde de drang naar restauratie enerzijds en de eerste tekenen van de tweede feministische golf anderzijds voor wijvingen in de bestaande omgangsnormen tussen de seksen. Volgens de Nederlandse socioloog Cas Wouters stond de periode van voor de oorlog in het teken van angsten voor het verlies van de status van een individu, maar ook van het individu voor zichzelf. Men werd voortdurend geadviseerd gepaste afstand te houden van anderen zodat hun emotie-uitingen – welke werden beschouwd als ongewenst – niet door anderen gezien werden. (Wouters, 1985).

Na de oorlog, echter, ontstond er door de spanningen een complexe verhouding tussen het zich vrijer willen voelen in het uiten van emoties, maar ook de verwachting dat men zich kon beheersen in omgang met elkaar. Dit, stelt Wouters, zorgde voor ‘het verlangen om zich daarvan af en toe vrij te voelen’ (1985, p. 151). Hieruit blijkt dat zowel mannen als vrouwen, ondanks wat Wouters een ‘proces van informalisering’ noemt, zich gevangen voelden in de ongeschreven omgangsregels. Geen van beiden mochten ze hun emoties excessief uiten – enkel op een beheerste en gematigde manier, en het liefst zo min mogelijk.

De tweede feministische golf stond, zoals we in de vorige paragraaf zagen, in het teken van het breken van regels en omgangsnormen. Het zal dan ook geen verbazing wekken dat de normen betreffende expressie van emoties onder de loep werden genomen. Feministe Kathie Sarachild schrijft in 1973: ‘male culture assumes that feelings are something that people should stay on top of and puts women down for being led by their feelings (being underneath them)’ (2000, p. 273). Sarachild stelt echter dat het uiten en voelen van emoties niet een zwakte, maar juist een sterk punt van vrouwen is. Zo sterk dat ze het een wapen (‘hysterics, whining, bitching, etc.’ (2000, p. 273)) noemt, waarmee vrouwen kunnen strijden tegen de bestaande machtsverhoudingen. Haar oplossing is niet het onderdrukken, maar loslaten van gevoelens (Sarachild, 2000). Dit is een duidelijke overeenkomst met de ontwikkelingen die we hebben gezien binnen de tweede feministische golf – vrouwen wilden zich ontdoen van regels die hen waren opgelegd.

Desalniettemin is te stellen dat het stereotype vrouw emotioneel was en zich door haar emoties liet leiden. Volgens historicus Christopher Dummitt werd mannelijkheid juist gekenmerkt door het tegenovergestelde: 'postwar manhood was defined, in part, as being able to manage and take risks' (2007, p. 61). Dummitt beschrijft een situatie in Canada, waar een ingestorte brug achttien doden veroorzaakte. Hij stelt dat dit ongeluk op twee manieren liet zien wat naoorlogse mannelijkheid betekende: aan de ene kant de bereidheid om risico's te nemen, door in dergelijke potentieel gevaarlijke situaties te werken. Aan de andere kant reageerden verslaggevers vol verbazing op mannen die voorzichtig huilden ten gevolge van het ongeluk – 'the power of such accounts depended on the notion that to be masculine was to be actively in control of one's emotions' (Dummitt, 2007, p. 62). Met andere woorden, een uitvergroting van de traditionele rol als man.

Ook in de feministische literatuur uit de tweede feministische golf komt dit stereotype beeld van de stoïcijnse man en emotionele vrouw sterk naar voren. In de woorden van feministe Vivian Gornick: 'he's all spirit and mind, she's all emotion and biological instinct' (2000, p. 294). Hieruit blijkt dat er, in de discours over sekse, een duidelijke binaire verdeling bestaat die mannen en vrouwen als tegenpolen tegenover elkaar zet. Emotieregulatie was sterk verbonden aan sekse-identiteit; er waren ongeschreven regels betreffende emotie-uitingen die men masculien dan wel feminien maakte.

In conclusie, de jaren vijftig stonden in het teken van restauratie van vooroorlogse idealen. Zowel mannen als vrouwen werden geacht hun emoties – zelfs in privésferen – zoveel mogelijk weg te stoppen. De tweede feministische golf, daarentegen, moedigde vrouwen aan hun emoties zoveel mogelijk te uiten. De tegenreactie van mannen lijkt vergelijkbaar te zijn; waar vrouwen hun stereotypen leken te omarmen, hadden mannen eveneens het gevoel dat ze hun stereotypische eigenschappen moesten uitvergroten. Voor hen betekende dit juist het controleren van hun emoties en het tonen van 'mannelijkheid'; ofwel, het stoïcijnse stereotype accepteren en uitvergroten.

Voor ik begin aan de volgende paragraaf wil ik een laatste opmerking maken met betrekking tot de term 'emoties'. Van mannen werd niet zozeer verwacht dat ze zonder gevoelens door het leven gingen, maar 'to respond with vigour' (Dummitt, 2007, p. 62). Dit, in combinatie met de verbaasde reacties van journalisten op wenende mannen als gevolg van het ongeluk in Canada, wekt de suggestie dat van mannen niet zozeer verwacht werd dat ze geen emoties toonden, maar dat ze geen 'zwakke' emoties zoals verdriet toonden – als kostwinner moesten zij sterk en

onverschrokken zijn. Aan de andere kant werden vrouwen van oudsher als het kwetsbare geslacht gezien, en stelt de feministische literatuur juist dat vrouwen niet meer stil, maar uitgesproken moeten zijn, en als onderdeel daarvan hun emoties in de vrije loop moeten laten. Dit lijkt op wat ik de seksedivergentie van emoties wil noemen; tijdens de tweede feministische golf bewogen de twee seksen zich verder van elkaar vandaan – ofwel, ze divergeerden – in de manier waarop zij een als een teken van zwakte opgevatte emotie zoals verdriet uitten.

Sekse en verdriet

Er zijn tot nu toe een aantal significante verschillen gedetecteerd in emotie-uitingen in de tweede helft van de twintigste eeuw. Het eerste verschil is dat er een duidelijke scheiding bestaat tussen de jaren vijftig en vroege jaren zestig tegenover de tweede feministische golf die rond de tweede helft van de jaren zestig begon. Het tweede verschil is dat er een duidelijk verschil bestaat in de manier waarop mannen en vrouwen geacht werden hun emoties te uiten – het woord ‘geacht’ wordt hier bewust gebruikt, omdat de tweede feministische golf inging tegen de verwachtingen van de maatschappij. In deze paragraaf zal de historische context worden gebruikt om te pogen een verklaring te geven voor de verschillen in de manier waarop mannen en vrouwen hun verdriet uitten.

Zoals eerder besproken ziet Meijer in haar literatuuronderzoek een onderscheid tussen de manier waarop mannen en vrouwen hun verdriet, als gevolg van de Tweede Wereldoorlog, uitten: vrouwen keerden in zichzelf, en lieten geluiden van depressie, verdriet en eenzaamheid doorschemeren in hun gedichten, terwijl mannen ‘hun wanhoop naar buiten richtten in de vorm van agressie’ (1988, p. 312). Dit strookt met de paradox die ik voorstelde in de vorige paragraaf: de timide, private reactie van vrouwen stond lijnrecht tegenover de agressieve mannelijke houding. Mannen waren in de jaren vijftig en in hun traditionele rollen meer geoorloofd om hun emoties naar buiten te keren, hoewel op een traditioneel masculiene ofwel ‘sterke’ manier.

Dit biedt ruimte voor een nieuwe propositie vanuit het veld van emotie-geschiedenis: volgens emotie-historici zijn emoties zo krachtig dat ze de subjectiviteit van een persoon kunnen beïnvloeden en dus zijn ze niet enkel het gevolg van sociale verhoudingen, maar hebben ze zelf ook invloed op hoe sociale verhoudingen veranderen. Ofwel, concludeert historicus Frank Biess, ‘rather than merely reflecting larger social and cultural transformations, emotions function as historical forces in their own right that also affect historical change’ (2009, p. 218). Vanuit dit

perspectief kunnen we proberen de historische veranderingen met betrekking tot het uiten van verdriet te verklaren.

Een mogelijke verklaring voor het idee dat mannen niet geoorloofd waren verdriet te uiten kan wellicht worden gevonden in de geschiedenis van een andere emotie: blijdschap. Volgens historicus Peter N. Stearns speelde de uiting van blijdschap al sinds de verbetering van tandheelkunde tijdens Verlichting een belangrijke rol, omdat lachen een belangrijke gezichtsuitdrukking werd. In de tweede helft van de twintigste eeuw was de significantie doorgedrongen tot in allerlei sociale aspecten van de samenleving: 'it affected labor relations as well as commercial interactions, with workers expected to display a sunny disposition as proof of their employability' (Stearns, 2008, p. 17). In de vorige paragraaf werd besproken hoezeer mannen werden beschouwd als de onverschrokken kostwinnaars. Omdat zowel blijdschap als mannen met het werkveld werden geassocieerd, is dit wellicht een additionele verklaring voor de aversie tegen verdriet van mannen; als werkenden moesten zij immer opgewekt zijn. Voor vrouwen, die tot voor de oorlog minder vaak in aanraking kwamen met het arbeidsleven, was blijdschap minder ingebed in hun publieke identiteit wat er wellicht voor zorgde dat zij minder moeite hadden met het uiten van verdriet.

Dit laat zien dat de ontwikkeling van de betekenis van emoties, en in dit geval verdriet in het bijzonder, een proces is dat eeuwenlang in beslag neemt en continu aangepast wordt, waardoor het invloed heeft op maatschappelijke maatstaven. Het hierboven besproken voorbeeld laat bijvoorbeeld zien dat de voorkeur voor een vrolijk gelaat ervoor heeft gezorgd dat de normen omtrent professionele interacties veranderden.

Het schisma in het feministisch gedachtegoed van de jaren zeventig zoals eerder besproken, waarbij feministen stelden dat de man niet langer als maatstaaf gezien moest worden waar de vrouw zich naartoe moest bewegen, lijkt in de ontwikkeling van de uiting van verdriet sterk de overhand te hebben gekregen. Voor mannen bestond de druk om enerzijds te voldoen aan professionele normen die van ze verlangden dat ze blijdschap toonden, en anderzijds te voldoen aan de rol van onverschrokken kostwinnaar. In plaats van hun verdriet te onderdrukken om zo te voldoen aan een masculiene standaard, pleitten vrouwen ervoor openlijk hun zwakke emoties te tonen. Dit bevestigt de divergentie van de seksen wanneer het gaat over verdriet.

Echter, het is belangrijk te onthouden dat dit slechts gaat over het uiten van emoties; normen in de samenleving zeggen niets over hoe een individu zich voelt. Historicus Michael Roper

stelt dat in moderne geschiedschrijving de subjectiviteit van seksebepaalde emoties, ofwel de manier waarop een individu zijn of haar emoties ervaart, vaak achterwege gelaten wordt of wordt versmolten met de ervaring van “de man” als collectief (2005). Dit is echter niet het geval, wat terug te zien is in Stearns’ werk; het voortdurend moeten uiten van blijdschap zorgde voor ‘constraints that undoubtedly helped explain comparatively high rates of depression in the population as a whole’ (Stearns, 2008, p. 18). De ervaring van een individu kan dus anders zijn dan de uitingsnormen die in de samenleving bestaan; seksedivergentie van emotie zegt enkel iets over de uiting van emoties en in het bijzonder verdriet.

Conclusie

In dit hoofdstuk werd getracht de factoren die bijdroegen aan de sekseverschillen in de uiting van verdriet te achterhalen. De sekseverschillen zijn echter het resultaat van complexe en eeuwenlange processen, zoals bijvoorbeeld bewezen werd in de betekenis die blijdschap en lachen hebben in de samenleving. Toch heb ik een poging gedaan om de ontwikkelingen waaraan de tweede feministische golf heeft bijgedragen samen te vatten in een proces dat ik de seksedivergentie van emoties heb genoemd.

De feministische golf, waarin een nieuw gedachtegoed ontstond, was op haar hoogtepunt in de jaren zeventig. In deze periode ontstond het idee dat vrouwen niet de man als maatstaaf moesten nemen en zo te proberen meer als de man te worden, maar dat ze juist hun vrouwelijkheid moesten omarmen. Dit betekende dat vrouwen meer gingen leven naar hun stereotype; ze lieten hun emoties in de vrije loop en ‘zwakke’, traditioneel als vrouwelijk beschouwde emoties zoals verdriet werden niet langer weggestopt en verborgen maar openlijk geuit.

Mannen hadden eenzelfde soort reactie, want zij gingen zich eveneens gedragen naar hun stereotype. Voor hen betekende dit echter dat zij verdriet nog minder gingen laten zien dan ze al deden. Van mannen werd verwacht dat zij onverschrokken waren; hun verdriet lijkt zich te hebben geuit in boosheid. Nog meer dan dat werd van hen verwacht dat ze in het professionele leven vooral vrolijk waren; zowel verdriet als woede moesten daarom worden gemaskeerd en de onbevreesde man moest voortdurend de overhand hebben.

Dit laat zien dat de seksen inderdaad divergeerden; beide seksen gingen zich meer gedragen naar hun stereotypische eigenschappen. Verdriet lijkt hierin een grote rol te hebben gespeeld, omdat dit door mannen beschouwd leek te worden als een zwakke en daardoor ‘vrouwelijke’

emotie. Wellicht zorgde deze distinctieve classificatie ervoor dat de verschillen in de manier waarop mannen en vrouwen deze emotie uiten dusdanig verschillend was.

Om een volledig begrip te krijgen van de sekseverschillen is echter meer onderzoek nodig. Dit hoofdstuk heeft voornamelijk gekeken naar de emotie verdriet, en andere emoties zijn hierin veelal achterwege gelaten. Het is dus mogelijk dat andere emoties niet dezelfde ontwikkeling hebben doorgemaakt als verdriet. Daarnaast lag de nadruk op de westerse wereld, zonder verdere variabelen in acht te nemen. Etniciteit, seksuele geaardheid en leeftijd zijn hierin niet meegenomen. Verder is 'westerse wereld' een vrij breed begrip, waarbinnen de culturen eveneens variëren. Een meer specifieke opsplitsing van geografische gebieden binnen de westerse wereld zou daarom een gedetailleerder en meer accuraat beeld kunnen schetsen van de sekse-gerelateerde emotiegeschiedenis. Ten slotte is subjectiviteit van emoties niet meegenomen in dit onderzoek; emotie-ervaringen kunnen verschillen van de normen die bestonden rondom het uiten van verdriet. Ook hiervoor is aanvullend onderzoek nodig.

Hoofdstuk 4: Integratie

Door de disciplinaire inzichten die we in bovenstaande hoofdstukken hebben verkregen te integreren kunnen we een diepgaande, holistische en interdisciplinaire blik werpen op het onderwerp. Om dit te kunnen bewerkstelligen gebruiken wij de methode van Allen F. Repko en Rick Szostak (2017). Volgens hen bestaat het integratieproces uit drie stappen: eerst zullen conflicten worden geïdentificeerd, vervolgens zal een *common ground* worden gecreëerd om ze op te lossen, en als laatste formuleren we een *more comprehensive understanding*. Dit laatste kan worden beschouwd als het resultaat van het integratieproces.

Conflicten

Het integreren van disciplinaire inzichten kan conflicten met zich meebrengen, omdat elke discipline vanuit andere concepten, theorieën en aannames werkt en waardoor een gebrek ontstaat aan een gemeenschappelijk jargon (Repko en Szostak, 2017). Volgens Repko en Szostak (2017) is het hierdoor onvermijdelijk en zelfs noodzakelijk binnen interdisciplinair onderzoek. Ze stellen daarnaast dat een conflict niet hoeft te betekenen dat de opvattingen van disciplines lijnrecht tegenover elkaar staan, maar dat het laat zien dat ze van elkaar verschillen. Door de conflicten op te lossen via door Repko en Szostak geïntroduceerde integratietechnieken zijn de disciplinaire inzichten beter te integreren en zal het eruit voortvloeiende begrip meer coherent zijn.

Concepten

Omgeving

Het concept 'omgeving' zorgt tussen de disciplines voor conflict. Elke discipline erkent dat omgeving invloed heeft op het uiten van emoties. Echter, de wijze waarop omgeving wordt gebruikt en gedefinieerd verschilt per discipline. Binnen ASW wordt de omgeving gedefinieerd als een nabije omgeving bestaande uit ouders en leeftijdsgenoten die de normen en waarden uit de maatschappij overbrengen op het kind. Omgeving binnen het hoofdstuk van geschiedenis is de maatschappij waarin de onderzoeksobjecten zich bevinden, inclusief (ongeschreven) regels en gebeurtenissen. Omgeving bij CNP vereist minder aandacht, en kan slechts worden gereduceerd naar een stimulus, de directe omgeving die een proces van emotietotstandkoming in gang zet. Deze directe omgeving kan bestaan uit mensen, maar dat is niet noodzakelijk. Dit leidt tot een conflict in de definitie van omgeving tussen de disciplines, omdat ASW en geschiedenis sociale actoren en

de normen en waarden die door hen zijn gevormd benoemen als omgeving, terwijl de omgeving binnen CNP levenloze objecten en fysieke ruimte kan omvatten.

Om dit conflict op te lossen wordt gebruik gemaakt van de techniek extensie. Extensie wordt door Alan F. Repko en Rick Szostak (2017) gedefinieerd als een techniek die wordt gebruikt om de reikwijdte van een concept of aanname te vergroten. Het concept “omgeving” wordt uitgebreid zodat het begrip in alle disciplines van toepassing is en wordt als volgt gedefinieerd: alle condities en omstandigheden die geen deel uitmaken van de persoon zelf, maar er wel invloed op kunnen hebben. De verschillende definities van omgeving worden opgenomen in het nieuwe begrip, inclusief de maatschappij, sociale actoren, en tevens levenloze objecten in de fysieke buitenwereld.

Aannames

Gedrag

Ook zijn er verschillen te vinden in de aannames over de manier waarop gedrag wordt gevormd. CNP gaat er vanuit dat gedrag onder invloed staat van cognitieve processen met een onderliggende hersenfunctie, die zowel interacteert met omgeving als sekse-afhankelijke biologische verschillen in bijvoorbeeld hormoonhuishouding. ASW stelt dat alhoewel gedrag wordt beïnvloed door de biologie van een persoon, gedrag ook sterk kan worden gevormd door sociale actoren uit de omgeving. Het individu past bijvoorbeeld zijn of haar gedrag aan op de opvattingen en reacties uit de sociale omgeving. Geschiedenis gaat ervan uit dat het gedrag een reflectie is van het maatschappelijk discours en aan temporele verandering onderhevig is, maar zegt niets over de directe oorzaak van de vorming van gedrag. Deze aannames verschillen conflicteren, omdat geschiedenis geen nadere uitspraken doet over biologische of maatschappelijke oorzaken van gedrag, maar beide invloeden niet ontkent. ASW en CNP erkennen allebei de invloed die biologie en omgeving spelen, maar verschillen in de focus van hun discipline.

De meest passende techniek die door Repko en Szostak (2017) wordt aangereikt is extensie, maar omdat geschiedenis neutraal blijft over gedragsvorming kunnen geen uitspraken worden gedaan over de opvatting ervan. In plaats van extensie, dient gebruik gemaakt te worden van een techniek geïntroduceerd door Judith Alkema en Thom Hamer (2017), genaamd “intensie”. Hierbij voegt een neutrale theorie, of in dit geval assumptie, zich naar de opvatting die de voorkeur uitspreekt. In dit geval voegt geschiedenis zich naar ASW en CNP en hun opvattingen over

gedragsvorming. De nieuwe onderliggende assumptie die hieruit voortvloeit is dat gedrag onderhevig is aan invloeden uit zowel de maatschappij en haar sociale actoren, als biologie. Echter legt ASW de nadruk op de maatschappij en haar sociale actoren, en CNP meer dan ASW op biologische aspecten. Dit is geen conflict te noemen, maar juist een voordeel omdat de disciplines elkaar aanvullen.

Theorieën

Emoties

Daarnaast kan een conflict worden gevonden in de theorieën over welke factoren invloed hebben op het uiten van emoties, maar zijn de onderliggende aannames achter deze theorieën overeenkomend. Namelijk, ze erkennen allemaal dat zowel biologie als de cultuur en context invloed uitoefenen op het uiten van emoties (waaronder verdriet). Op basis van deze aannames hebben de disciplines theorieën gevormd over de uiting van emoties die een andere focus hebben.

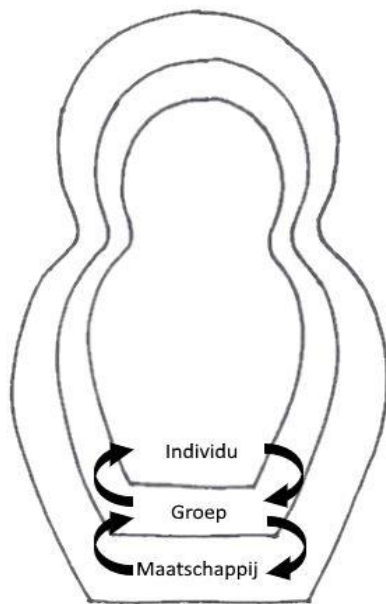
Bij CNP staat het *process model of emotion regulation* centraal. Hierbij zijn vijf punten waarop emotie-uiting kan worden beïnvloed: CNP richt zich voornamelijk op hoe het individu zelf invloed uitoefent via neurocognitieve processen. ASW richt zich vooral op de emotie-socialisatietheorie: een proces waarin individuen de normen uit de maatschappij over het uiten van emoties krijgen aangeleerd vanuit de groep. Geschiedenis stelt dat de manier waarop emoties ervaren en geïnterpreteerd worden zowel culturele als temporele variaties kent, zonder hierbij biologische invloeden te ontkennen.

De meest passende techniek van Repko en Szostak (2017) om het bovengenoemde conflict in theorieën op te lossen is organisatie. Deze techniek kenmerkt zich door het duidelijk in kaart brengen van de causale relaties tussen verschillende fenomenen. Er wordt getracht een latente overeenkomst te vinden tussen verschillende concepten of aannames om deze vervolgens te herdefiniëren. Daarna worden de geherdefinieerde concepten of aannames georganiseerd en gerangschikt om de relatie ertussen naar voren te brengen. Dit is voor het bovengenoemde conflict echter niet voldoende, omdat deze theorieën betreft, en deze elk op een ander niveau plaatsvinden.

De niveaus die wij classificeren zijn die van het individu, de groep en de maatschappij. Het individu identificeren wij als een persoon en zijn onderliggende, intrapersonlijke neurocognitieve processen. De groep wordt geïdentificeerd als personen die in direct contact staan met elkaar, zoals familie en leeftijdsgenoten, maar ook een collectief van gelijkgestemden zoals de feministische

beweging. De maatschappij identificeren wij als het collectief aan personen dat dezelfde normen, waarden en cultuur deelt. De maatschappij is gebonden aan een geografisch gebied. In ons geval is dit de westerse wereld.

Om deze conflicterende theorieën toch te kunnen verzoenen introduceren we een nieuwe techniek: de matroesjka-techniek (zie figuur 1). Deze techniek ligt in het verlengde van organisatie, maar in plaats van het identificeren van causale relaties erkent het de niveauverschillen van verschillende disciplines en tracht het deze in elkaar te schuiven. Ieder niveau vult de volgende op en geeft zo een volledig beeld van de maatschappij en de factoren waaruit zij is opgemaakt.



Figuur 4.1

Wanneer één van de niveaus niet genoemd wordt, ontstaat een lege ruimte in de figuurlijke matroesjka-pop en geeft dit een onvolledig beeld van het complexe proces.

De matroesjka-techniek wordt gekenmerkt door de gelaagdheid van de pop. Dat wil zeggen, de binnenste poppen zijn pas te zien wanneer de buitenste pop wordt verwijderd. De buitenste en grootste pop - de maatschappij - is in ons onderzoek de meest grootschalige factor in dit stelsel van emotie-uiting.

Hierbinnen ligt de pop van de groep, welke bestaat uit mensen die op een meer directe manier interacteren met elkaar - bijvoorbeeld vrienden of familie, maar ook op grotere schaal zoals de feministische beweging - en de initiators van socialisatieprocessen van individuen die tot deze groep behoren.

Deze individuen, de kleinste pop, worden door de groep gesocialiseerd en verwerken dit door middel van neurocognitieve processen: de gebeurtenis komt bij hem binnen, en het individu doet hier bewust of onbewust iets mee, zoals de emotie onderdrukken of anders benaderen. Ook hormonen hebben invloed op hoe emoties worden geuit en gereguleerd: testosteron verhoogt bijvoorbeeld de huidrempel, en mannen hebben hogere testosteronconcentraties dan vrouwen.

De andere kant op - van de kleinste naar de grootste pop - hebben de verschillende niveaus eveneens invloed op elkaar. Het individu zorgt ervoor dat gedragspatronen en emotie-uitingen worden gemanifesteerd in de groep omdat zij hun emoties op een bepaalde manier reguleren en hierdoor wel of niet uiten. Dit heeft invloed op groepsgenoten, omdat deze een norm hanteren. Indien deze norm “gebroken” wordt, kan dit verandering teweegbrengen in de groep. De

individuen die deel uitmaken van de groep drukken hun emoties in meer of mindere mate uit, waardoor nieuwe omgangsnormen gevormd of oude omgangsnormen bevestigd worden en op die manier de ongeschreven regels binnen de groep veranderen of geaccentueerd worden. De maatschappij is reflectie van wat er gebeurt in haar groepen, en hierdoor veranderen. Wanneer de normen en waarden van de maatschappij veranderen begint het bovengenoemde proces opnieuw, en zal de nieuwe generatie op een andere manier gesocialiseerd worden via de groep.

Een onmiskenbaar onderdeel van dit model is de rol die de groep speelt in de interactie tussen de drie niveaus. Een individu en de maatschappij kunnen elkaar nooit direct beïnvloeden - dit gaat immer via de groep. Deze fungeert namelijk als communicatiekanaal tussen degenen die de maatschappij opmaken - de individuen - en de reflectie van het collectief, de maatschappij.

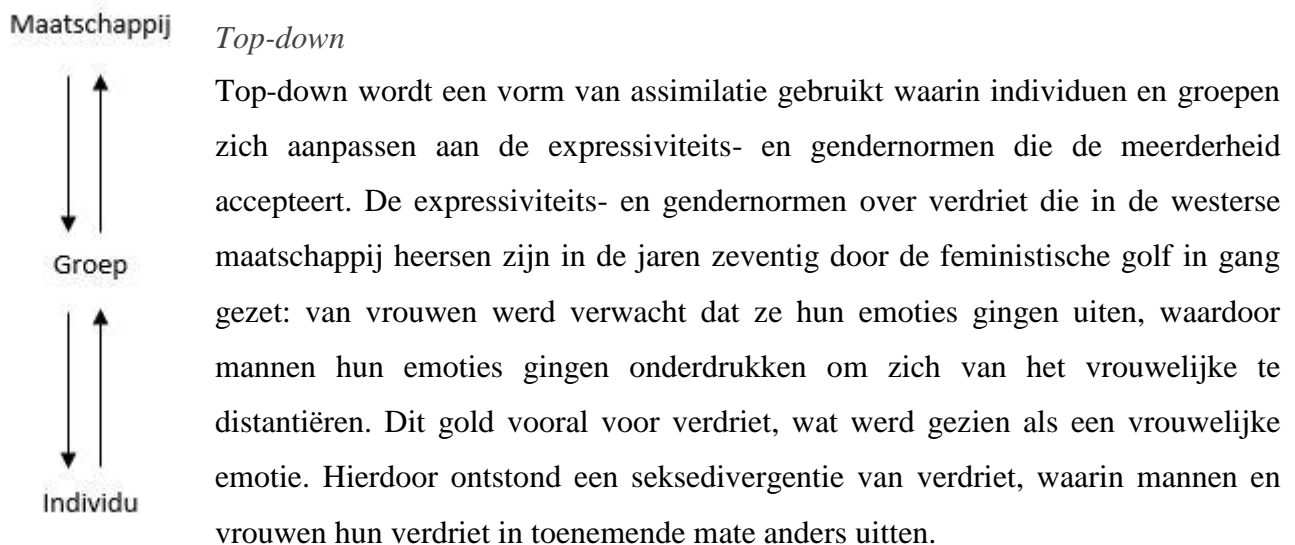
Door het toepassen van de matroesjka-techniek kunnen we de conflicten die ontstaan door niveauverschillen in de processen van emotieregulatie en emotie-uitingen oplossen, omdat ze in elkaar passen en elkaar beïnvloeden. Hieruit ontstaat een nieuw inzicht die stelt dat de drie niveaus onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn en enkel gezamenlijk een volledig beeld kunnen geven van de oorzaken van de manier waarop emoties geuit worden.

More comprehensive understanding

Wanneer we onze bevindingen analyseren aan de hand van de matroesjka-techniek, vloeit uit de resultaten een nieuwe, interdisciplinaire theorie voort: bidirectionele assimilatie van verdriet. Deze theorie is holistisch en transcendeert de drie disciplines maar respecteert elk van de disciplines en hun verworven inzichten. Het zegt iets over de manier waarop individuen beïnvloed worden, en verklaart daarmee waar de uitingsverschillen van verdriet tussen mannen en vrouwen vandaan komen. Om de theorie te begrijpen, leggen we eerst bidirectionele assimilatie van verdriet verder uit, en zullen we daarna aan de hand van deze theorie pogen te verklaren waarom mannen en vrouwen hun verdriet anders uiten.

Bidirectioneel houdt in dat de invloeden twee kanten opgaan: het individu kan de groep beïnvloeden, die de maatschappij kan beïnvloeden, en de maatschappij kan de groep en daarmee het individu beïnvloeden. Belangrijk hierbij is dat het specifiek om een bidirectionele, en niet een circulaire beweging gaat; de maatschappij en het individu hebben, volgens onze theorie, geen directe invloed op elkaar. Veranderingen worden altijd doorgevoerd via de groep.

Omdat er geen woord bestaat dat exact kan omvatten wat deze theorie omschrijft, hebben wij gekozen het woord te gebruiken dat hier het meest aan voldoet: assimilatie. Oorspronkelijk wordt deze term voornamelijk gebruikt om het proces te benoemen waarbij een individu zich dermate aanpast aan een groep, dat hij of zij er deel van wordt. Wij hanteren een definitie gespecificeerd naar emotie-uiting, waarbij een groep zich tevens naar het individu kan assimileren. Met assimilatie bedoelen wij namelijk een aanpassing van individuen en groepen aan de expressiviteits- en gendernormen die die meerderheid accepteert. Aan de andere kant gaan we ervan uit dat het individu een verandering van expressiviteits- en gendernormen kan initiëren wanneer deze worden overgenomen door zijn of haar groep. Wanneer deze groep dusdanig groot wordt dat het de meerderheid van de maatschappij betreft, dus wanneer het gedachtegoed door de meerderheid van de maatschappij wordt overgenomen, veranderen de expressiviteits- en gendernormen. Gendernormen gebruiken we als paraplubegrip, en wordt gedefinieerd als de ideeën die er bestaan in een bepaalde maatschappij over hoe mannen en vrouwen moeten zijn en hoe ze zich moeten gedragen. Onder gendernormen vallen masculiniteitsnormen (de gendernormen voor mannen), femininiteitsnormen (de gendernormen voor vrouwen), en genderrollen.



Figuur 4.2

De kinderen van vandaag worden door hun ouders die in deze periode zijn opgegroeid op dezelfde manier gesocialiseerd: jongens worden aangeleerd om hun emoties, waaronder verdriet, in te houden, terwijl meisjes worden aangemoedigd om deze emotie te uiten. Deze expressiviteitsnormen worden geïnternaliseerd en toegepast in het dagelijks leven. Ook

leeftijdsgenoten, die hoogstwaarschijnlijk op dezelfde manier zijn gesocialiseerd door hún ouders, socialiseren het kind om zijn of haar verdriet te uiten op een manier die in overeenstemming is met heersende expressiviteits- en gendernormen. Dit laat zien dat top-down verandering een intergenerationeel component bevat en dat socialisatie een manier is om de expressiviteits- en gendernormen continu te bevestigen.

Deze emotie-socialisatie heeft eveneens werking op het individuele brein. Expressiviteitsnormen kunnen gereflecteerd worden in de hersenactiviteit, via het principe van neurale plasticiteit: het vermogen van het brein om te veranderen als gevolg van ervaring. Een individu internaliseert de uitingsnormen van de groep, waardoor het een gewoonte wordt om verdriet te onderdrukken of reguleren. Zo gebruiken mannen vaker en automatischer cognitieve strategieën om de emotionele impact van een stimulus te verminderen, waarbij prefrontale regio's, gerelateerd aan cognitieve controle, actiever worden ten opzichte van limbische, dus emotionele regio's. Op deze manier beïnvloeden heersende expressiviteits- en gendernormen de neurocognitieve emotieregulerende processen.

Deze aanpassing van verdrietregulatie kan onbewust zijn opgelegd door het groepsniveau: jongens worden op jonge leeftijd gesocialiseerd om hun verdriet binnen te houden in plaats van te uiten en maken daarom intensiever gebruik van regulatiestrategieën als gedragsmatige onderdrukking en cognitieve herbeoordeling. Meisjes daarentegen zijn door socialisatie, bijvoorbeeld doordat er met hen meer over emoties wordt gepraat, mogelijk bewuster van de lichamelijke staat die bij de emotie hoort - ook interoceptioneel bewustzijn genoemd - en kunnen deze sneller oppikken en er een label aan hangen, bijvoorbeeld verdriet. Dit zorgt ervoor dat meisjes hun verdriet sneller en intenser voelen dan jongens en het makkelijker uiten.

Bottom-up

Ondanks de intergenerationele en dagelijks zichtbare top-down instandhouding van gendernormen omtrent verdriet, kan bottom-up een verandering van maatschappelijke standaarden geïnitieerd worden. Dit is een langdurig proces en kan jaren of decennia in beslag nemen. Dit heeft grootschalige maatschappelijke verandering tot gevolg, omdat de uitkomst van een bottom-up verandering een herziening van gender- en expressiviteitsnormen is.

Een bottom-up verandering houdt in dat een individu via een groep de maatschappij kan beïnvloeden. Een individu reageert door hormonale processen op expressiviteits- en gendernormen

vanuit de maatschappij: het brein wordt onder andere gevormd door deze processen, welke vervolgens cognitieve processen beïnvloedt. Een voorbeeld hiervan is de huidrempel, die bij vrouwen lager is dan bij mannen. Dit betekent dat vrouwen sneller hun verdriet uiten door middel van bijvoorbeeld huilen, wat expressiviteitsnormen over verdriet versterkt. Dit kan een mogelijke neurocognitieve verklaring zijn voor de seksedivergentie van emoties tijdens de tweede feministische golf; omdat vrouwen geoorloofd waren hun verdriet te uiten, werd de gendernorm bevestigd en versterkt. Bij mannen zorgde het excessief onderdrukken van verdriet voor verhoging van het arousalniveau en stress, wat resulteerde in uiting in woede, gekenmerkt door een hogere arousal. Hierdoor divergeerden de seksen. Dit laat zien dat neurocognitieve processen kunnen zorgen voor een bewuste of onbewuste verandering of versterking van de gendernormen.

Een individu kan zich echter bewust afzetten tegen deze expressiviteitsnormen; ook hiervan is de tweede feministische golf een voorbeeld. Toen een aantal vrouwen besloot om tijdens de jaren vijftig het emotionele vrouwelijke stereotype te omarmen en onder andere hun verdriet in de vrije loop te laten, was dit in eerste instantie slechts een select aantal individuen die, verspreid over de samenleving, trachtten veranderingen in gang te zetten. Hoewel dit in het begin slechts beperkt invloedrijk was, sijpelde het geleidelijk door tot in de samenleving totdat groepen van gelijkgestemden zich begonnen de organiseren. Deze groepen werden verbonden door hun overeenkomstige gedachtegoed. Toen deze groep een aanzienlijke grootte had bereikt was haar spreekwoordelijke stem luid genoeg om gehoord te worden door overige leden van de maatschappij. Dit gaf de groep feministen de mogelijkheid het gedachtegoed verder te verspreiden.

Vervolgens vloeit hieruit de volgende propositie voort: wanneer gelijkgestemden zich alliiëren, kan deze recent gevormde groep uitgroeien tot iets dat groot genoeg is om de bestaande gender- en expressiviteitsnormen omtrent verdriet uit de maatschappij uit te dagen. Wanneer de meerderheid van de maatschappij de nieuwe gendernormen aanneemt, worden ‘masculiene’ of ‘feminiene’ manieren van verdriet uiten geherdefinieerd en zullen nieuwe gender- en expressiviteitsnormen ontstaan. De maatschappij is nu geassimileerd aan de hand van de ideeën van één of een selecte groep individuen.

Niveaus van de samenleving

Figuur 3 is een weergave van de elementen die terugkomen in de verschillende niveaus van de bidirectionele assimilatie van verdriet. Wanneer top-down of bottom-up processen plaatsvinden

spelen deze componenten een rol. Internalisatie dient hierbij beschouwd te worden als een soort brug tussen groep en individu, waarbij de door de groep aangenomen normen worden geïnternaliseerd op individueel niveau.

De groep wordt gekenmerkt door socialisatie, ouders en leeftijdsgenoten. We hebben ervoor gekozen om de feministische golf bij groep te plaatsen, omdat dit proces vooral op groepsniveau plaatsvond. De verklaring hiervan is te zien in de rol die de feministische beweging speelde als groep in het bottom-up proces van bidirectionele assimilatie.

Ten slotte bestaat de maatschappij uit normen die, via historische ontwikkelingen, onder andere hebben bijgedragen aan de seksedivergentie van emotie. Deze niveaus in de samenleving interacteren met elkaar, zowel top-down als bottom-up.

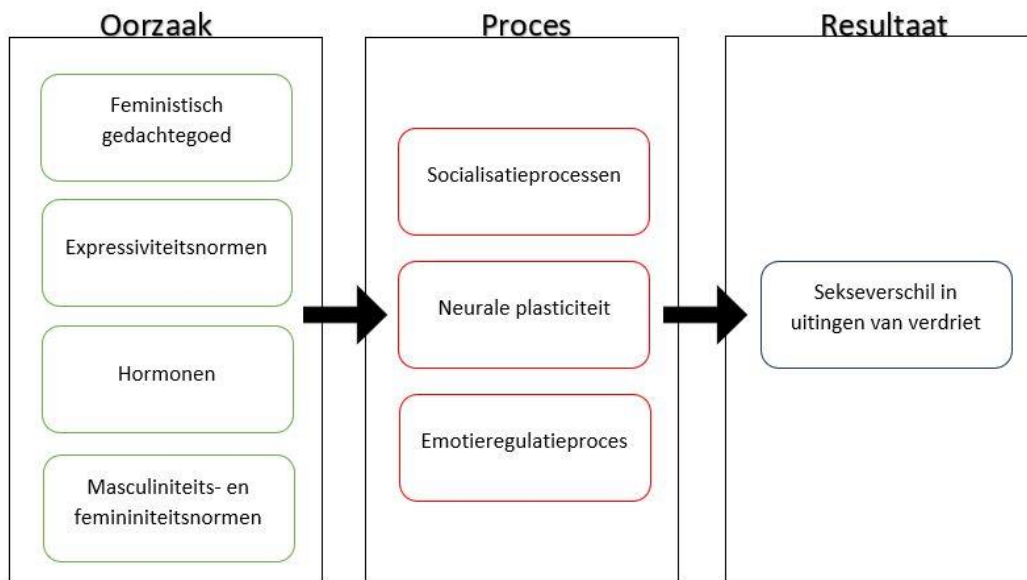
Maatschappij	Groep	Individu
Masculiniteitsnormen	Socialisatie	Internalisatie
Femininiteitsnormen	Ouders	Cognitieve processen
Expressiviteitsnormen	Leeftijdsgenoten	Neurologische processen
Seksedivergentie van emotie	Feministische golf	Hormonale processen

Figuur 4.3

Conclusie

In deze scriptie is gepoogd om oorzaken te vinden achter de sekseverschillen in het uiten van verdriet in de westerse moderne samenleving, waarbij vrouwen expressiever zijn dan mannen. De verschillen zijn het resultaat van een breed en complex scala aan oorzaken, verworven uit de disciplines CNP, ASW en geschiedenis. Het nieuwe inzicht dat deze scriptie heeft gegeven over de uiting van verdriet en de sekseverschillen daarin, geeft een meer omvattend antwoord op de hoofdvraag dan de inzichten van de disciplines afzonderlijk.

Aan de hand van de theorie van bidirectionele assimilatie hebben wij een volledig beeld gemanifesteerd van de oorzaken van op geslacht gebaseerde verschillen in de uiting van verdriet. Er zijn zowel top-down als bottom-up veranderingen die de normen en waarden van de maatschappij vormen, versterken of bevestigen, en op basis daarvan worden de genderrollen van mannen en vrouwen bepaald. Voor verdriet betekent dit dat er normen zijn die bepalen op welke manier mannen of vrouwen hun verdriet mogen uiten. Nu bidirectionele assimilatie heeft gezorgd voor een beter begrip van de vorming van expressiviteits- en gendernormen in de maatschappij, kunnen we aan de hand van onze bevindingen een tabel maken over de oorzaken achter sekseverschillen over verdriet die de moderne westerse maatschappij kent (figuur 4). Hier wordt geen onderverdeling gemaakt tussen maatschappij, groep en individu, maar wordt hierboven uitgestegen en worden de belangrijkste componenten geïntegreerd in oorzaken en daardoor beïnvloede processen. Dit resulteert in sekseverschillen in uitingen van verdriet.



Figuur 4.4

Moderne normen omtrent sekse komen voort uit het feministisch gedachtegoed van de tweede feministische golf. Dit, gecombineerd met biologisch bepaalde hormonen en sociaal bepaalde expressiviteits-, masculiniteits- en femininiteitsnormen kunnen worden gezien als de oorzaak van de maatschappelijke normen over verdriet. Dit inspireert verschillende processen, welke op langere of kortere termijn plaatsvinden. Socialisatieprocessen dragen tijdens de opvoeding, maar ook wanneer een individu volwassen wordt, bij aan de instandhouding of versterking van op sekse gerichte expressiviteitsnormen. Door neurale plasticiteit passen de hersenen zich langzaam aan door de normen die vanuit de maatschappij worden opgelegd, wat terug te vinden is in hoe emoties worden gereguleerd: emotieregulatieprocessen zorgen ervoor dat dagelijks bewuste of onbewuste keuzes gemaakt worden om emoties te reguleren. De uitkomsten van deze drie processen resulteren in sekseverschillen in uitingen van verdriet. Figuur 4 geeft inzicht in de hoeveelheid aan factoren die al dan niet direct invloed hebben op de sekseverschillen in het uiten van verdriet.

Mannen en vrouwen huilen met de wolven in het bos: de meerderheid bepaalt bewust of onbewust de expressiviteitsnormen, zonder dat mannen of vrouwen het hier per definitie mee eens zijn. Van individuen wordt verwacht dat zij zich aanpassen aan expressiviteitsnormen van de maatschappij. Dit lijkt tot op heden te betekenen dat het uiten van verdriet een voornamelijk vrouwelijke handeling is, die mannen die zoveel mogelijk dienen te vermijden.

Limitaties en suggesties voor vervolgonderzoek

Hoewel ons onderzoek een completer beeld heeft kunnen geven van de oorzaken achter sekseverschillen in het uiten van verdriet kunnen verschillende limitaties worden gevonden in deze scriptie. De eerste is dat we andere variabelen, zoals etniciteit, seksuele geaardheid, persoonlijkheid, educatie en inkomen, niet in acht hebben genomen. In plaats daarvan hebben we een tweedeling gemaakt op basis van sekse, terwijl mogelijk bovengenoemde variabelen een rol spelen in de manier waarop verdriet wordt geuit. Zo benoemen we in ons onderzoek ook verschillende leeftijdsfasen, namelijk de kindertijd en de volwassenheid, maar we missen een beeld van de totale levensloop en hoe de uiting van verdriet met leeftijd mogelijk verandert.

Een andere limitatie betreft de reikwijdte van ons onderzoek. Omdat we enkel hebben gekeken naar de westerse samenleving kunnen we niks zeggen over de uitingen van verdriet in de rest van de wereld. Omdat historische, neurocognitieve- en socialisatieprocessen logischerwijs in

elke cultuur een rol spelen, is bidirectionele assimilatie mogelijk toepasbaar op andere culturen, maar verschillen de componenten van deze processen mogelijk met die van de westerse cultuur en interacteren op een andere manier met elkaar.

Ook hebben we alleen de sekse man en vrouw in ons onderzoek opgenomen en geen rekening gehouden met bijvoorbeeld transgenderpersonen. Zij zouden een belangrijke bijdrage kunnen leveren aan het onderzoek, omdat dit een vollediger beeld geeft van de manier waarop sekseverschillen biologisch of sociaal bepaald zijn. Daarnaast hebben we geen rekening gehouden met individuen die zich niet identificeren met de sociaal-culturele aspecten van hun sekse, bijvoorbeeld individuen die zich identificeren met een andere sekse dan hun eigen of genderneutrale individuen.

Daarnaast missen we een aantal belangrijke disciplines in dit onderzoek, waaronder genderstudies. Alhoewel onze disciplines iets hebben kunnen vertellen over de rol van gendernormen in het uiten van verdriet, zou genderstudies hier dieper op in kunnen gaan. Genderstudies richt zich op het in kaart brengen en het begrijpen van maatschappelijke en culturele in- en uitsluitingsprocessen. Gendernormen kunnen worden gezien als een manier om mensen in- of uit te sluiten, waarbij disconformatie andere gevolgen met zich meebrengt. Een andere discipline die van waarde is, is biologie. In ons onderzoek wordt zowel gekeken naar de invloeden van buitenaf als van binnenuit. Echter ligt de focus op invloeden van buitenaf, omdat CNP zich vooral op beïnvloedbare neurocognitieve processen richt. Om meer inzichten te geven in de biologische invloeden op sekseverschillen in uitingen van verdriet zou een discipline als biologie waardevolle informatie kunnen toevoegen, door bijvoorbeeld te kijken naar de invloed van genen.

Bovendien hebben we in ons onderzoek alleen gekeken naar de periode vanaf de Tweede Wereldoorlog tot ongeveer 2010. Hierdoor hebben we een onvolledig beeld van de geschiedenis die hoogstwaarschijnlijk invloed heeft gehad op contemporaine gendernormen omtrent verdriet. Daarnaast missen we onderzoek naar huidige trends in de samenleving die invloed uitoefenen op het uiten van verdriet, zoals de sociale media en de huidige feministische golf.

Onze suggesties voor vervolgonderzoek richten zich hiermee op het onderzoeken van meerdere variabelen en gebruikmaken van de disciplines genderstudies en biologie. Ook zien wij het nut van een focus op de huidige maatschappelijke ontwikkelingen omtrent emotie-uitingen, omdat er meer aandacht lijkt te zijn voor emotie-uitingen van mannen wat wellicht sekseconvergentie van verdriet tot gevolg kan hebben.

Literatuurlijst

Inleiding

- Brody, L. R., & Hall, J. A. (2008). Gender and emotion in context. *Handbook of emotions*, 3, 395-408.
- Ekman, P., & Friesen, W. V. (2003). Unmasking the face: A guide to recognizing emotions from facial clues. Ishk.
- Fivush, R., & Buckner, J. P. (2000). Gender, sadness, and depression: The development of emotional focus through gendered discourse. In A. Fischer (Red.), *Gender and emotion: Social psychological perspectives* (pp. 232-253). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Freed, P. J., & Mann, J. J. (2007). Sadness and loss: Toward a neurobiopsychosocial model. *American Journal of Psychiatry*, 164(1), 28-34. doi: 10.1176/ajp.2007.164.1.28
- Izard, C. (1977). *Human emotions*. New York, VS: Springer US
- Nesse, R. M. (1991). What good is feeling bad? The evolutionary benefits of psychic pain. *The Sciences*, 31(6), 30-37.
<https://doi-org.proxy.library.uu.nl/10.1002/j.2326-1951.1991.tb02346.x>
- Repko A. & Szostak R. (2017). *Interdisciplinary Research: Process and Theory* (3e editie). Thousand Oaks, VS: Sage Publications Inc.
- Scherer, K. R., Wallbott, H. G., & Summerfield, A. B. (1986). *Experiencing emotion: A cross-cultural study*. Editions de la Maison des Sciences de l'Homme.

CNP

- Ainley, V., Maister, L., Brokfeld, J., Farmer, H., & Tsakiris, M. (2013). More of myself: manipulating interoceptive awareness by heightened attention to bodily and narrative aspects of the self. *Consciousness and cognition*, 22(4), 1231-1238.
<https://doi.org/10.1016/j.concog.2013.08.004>
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical psychology review*, 30(2), 217-237.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>

- Archer, J. (2004). Sex differences in aggression in real-world settings: A meta-analytic review. *Review of general Psychology*, 8(4), 291. Doi: 10.1037/1089-2680.8.4.291
- Barrett, L. F., Lewis, M., & Haviland-Jones, J. M. (Eds.). (2016). *Handbook of emotions*. Guilford Publications.
- Beer, J. S., John, O. P., Scabini, D., & Knight, R. T. (2006). Orbitofrontal cortex and social behavior: integrating self-monitoring and emotion-cognition interactions. *Journal of cognitiveneuroscience*, 18(6), 871-879. <https://doi.org/10.1162/jocn.2006.18.6.871>.
- Bos, P. A., Panksepp, J., Bluthé, R. M., & van Honk, J. (2012). Acute effects of steroid hormones and neuropeptides on human social-emotional behavior: a review of single administration studies. *Frontiers in neuroendocrinology*, 33(1), 17-35. <https://doi.org/10.1016/j.yfrne.2011.01.002>.
- Brody, L. R. (2000). The socialization of gender differences in emotional expression: Display rules, infant temperament, and differentiation. In A. Fischer (Red.), *Gender and emotion: Social psychological perspectives* (pp. 24-47). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Carretié, L., Hinojosa, J. A., Mercado, F., & Tapia, M. (2005). Cortical response to subjectively unconscious danger. *Neuroimage*, 24(3), 615-623. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2004.09.009>
- Carstensen, L. L., & Mikels, J. A. (2005). At the intersection of emotion and cognition: Aging and the positivity effect. *Current directions in psychological science*, 14(3), 117-121. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2005.00348.x>
- Chaplin, T. M., Hong, K., Bergquist, K., & Sinha, R. (2008). Gender differences in response to emotional stress: an assessment across subjective, behavioral, and physiological domains and relations to alcohol craving. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 32(7), 1242-1250. <https://doi.org/10.1111/j.1530-0277.2008.00679.x>
- Dalgleish, T., Yiend, J., Schweizer, S., & Dunn, B. D. (2009). Ironic effects of emotion suppression when recounting distressing memories. *Emotion*, 9(5), 744. DOI: 10.1037/a0017290
- Ehring, T., Tuschen-Caffier, B., Schnülle, J., Fischer, S., & Gross, J. J. (2010). Emotion regulation and vulnerability to depression: spontaneous versus instructed use of emotion suppression and reappraisal. *Emotion*, 10(4), 563. DOI: 10.1037/a0019010.

- Farb, N. A., Anderson, A. K., Mayberg, H., Bean, J., McKeon, D., & Segal, Z. V. (2010). Minding one's emotions: mindfulness training alters the neural expression of sadness. *Emotion*, 10(1), 25. <http://dx.doi.org/10.1037/a0019263>.
- Goldin, P. R., McRae, K., Ramel, W., & Gross, J. J. (2008). The neural bases of emotion regulation: reappraisal and suppression of negative emotion. *Biological psychiatry*, 63(6), 577- 586. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2007.05.031>.
- Gross, J. J. (1998). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 224 237. DOI: 0022-3514/98.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: an integrative review. *Review of general psychology*, 2(3), 271. DOI: 1089-2680/98.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291. <doi.org/10.1017/S0048577201393198>
- Hamann, S., & Canli, T. (2004). Individual differences in emotion processing. *Current opinion in neurobiology*, 14(2), 233-238. <https://doi.org/10.1016/j.conb.2004.03.010>.
- Hofmann, S. G., Heering, S., Sawyer, A. T., & Asnaani, A. (2009). How to handle anxiety: The effects of reappraisal, acceptance, and suppression strategies on anxious arousal. *Behaviour Research and Therapy*, 47, 389 –394. <doi:10.1016/j.brat.2009.02.010>.
- Irwin, W., Anderle, M. J., Abercrombie, H. C., Schaefer, S. M., Kalin, N. H., & Davidson, R. J. (2004). Amygdalar interhemispheric functional connectivity differs between the non-depressed and depressed human brain. *Neuroimage*, 21(2), 674-686. <doi.org/10.1016/j.neuroimage.2003.09.057>
- Jefferies, L. N., Smilek, D., Eich, E., & Enns, J. T. (2008). Emotional valence and arousal interact in attentional control. *Psychological Science*, 19(3), 290-295. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2008.02082.x>
- Jordan-Young, R., & Rumiati, R. I. (2012). Hardwired for sexism? Approaches to sex/gender in neuroscience. *Neuroethics*, 5(3), 305-315. DOI 10.1007/s12152-011-9134-4.
- Kring, A. M., & Gordon, A. H. (1998). Sex differences in emotion: expression, experience, and physiology. *Journal of personality and social psychology*, 74(3), 686. DOI: 0022-3514/98/.

- Kross, E., Ayduk, O., & Mischel, W. (2005). When asking “why” does not hurt distinguishing rumination from reflective processing of negative emotions. *Psychological science*, 16(9), 709-715. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2005.01600.x>.
- LaFrance, M., Hecht, M. A., & Paluck, E. L. (2003). The contingent smile: A meta-analysis of sex differences in smiling. *Psychological bulletin*, 129(2), 305. DOI: 10.1037/0033-2909.129.2.305.
- Lieberman, M. D. (2007). Social cognitive neuroscience: a review of core processes. *Annu. Rev. Psychol.*, 58, 259-289. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.58.110405.085654>.
- McRae, K., Ochsner, K. N., Mauss, I. B., Gabrieli, J. J., & Gross, J. J. (2008). Gender differences in emotion regulation: An fMRI study of cognitive reappraisal. *Group processes & intergroup relations*, 11(2), 143-162. <https://doi.org/10.1177/1368430207088035>.
- Mehta, P. H., & Beer, J. (2010). Neural mechanisms of the testosterone–aggression relation: the role of orbitofrontal cortex. *Journal of cognitive neuroscience*, 22(10), 2357-2368. <https://doi.org/10.1162/jocn.2009.21389>
- Montoya, E. R., & Bos, P. A. (2017). How oral contraceptives impact social-emotional behavior and brain function. *Trends in cognitive sciences*, 21(2), 125-136. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2016.11.005>
- Ochsner, K. N., Ray, R. D., Cooper, J. C., Robertson, E. R., Chopra, S., Gabrieli, J. D., & Gross, J. J. (2004). For better or for worse: neural systems supporting the cognitive down-and-up-regulation of negative emotion. *Neuroimage*, 23(2), 483-499. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2004.06.030>.
- Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2005). The cognitive control of emotion. *Trends in cognitive sciences*, 9(5), 242-249. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2005.03.010>.
- Roseman, I. J., & Smith, C. A. (2001). Appraisal theory. *Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research*, 3-19.
- Scherer, K. R., Wallbott, H. G., & Summerfield, A. B. (1986). Experiencing emotion: A cross-cultural study. Editions de la Maison des Sciences de l'Homme.
- Schneider, F., Habel, U., Kessler, C., Salloum, J. B., & Posse, S. (2000). Gender differences in regional cerebral activity during sadness. *Human brain mapping*, 9(4), 226-238. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-0193\(200004\)9:4<226::AID-HBM4>3.0.CO;2-K](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-0193(200004)9:4<226::AID-HBM4>3.0.CO;2-K).

- Stets, J. E., & Tsushima, T. M. (2001). Negative emotion and coping responses within identity control theory. *Social Psychology Quarterly*, 283-295. DOI: 10.2307/3090117.
- Van Wingen, G., Mattern, C., Verkes, R. J., Buitelaar, J., & Fernández, G. (2010). Testosterone reduces amygdala–orbitofrontal cortex coupling. *Psychoneuroendocrinology*, 35(1), 105-113. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2009.09.007>.
- Van Wingen, G. A., Van Broekhoven, F., Verkes, R. J., Petersson, K. M., Bäckström, T., Buitelaar, J. K., & Fernandez, G. (2008). Progesterone selectively increases amygdala reactivity in women. *Molecular psychiatry*, 13(3), 325.
- Vilgis, V., Gelardi, K. L., Helm, J. L., Forbes, E. E., Hipwell, A. E., Keenan, K., & Guyer, A. E. (2018). Dorsomedial prefrontal activity to sadness predicts later emotion suppression and depression severity in adolescent girls. *Child development*, 89(3), 758-772. <https://doi.org/10.1111/cdev.13023>.
- Webb, T. L., Miles, E., & Sheeran, P. (2012). Dealing with feeling: a meta-analysis of the effectiveness of strategies derived from the process model of emotion regulation. *Psychological bulletin*, 138(4), 775. DOI: 10.1037/a0027600.

ASW:

- Adams, S., Kuebli, J., Boyle, P. A., & Fivush, R. (1995). Gender differences in parent–child conversations about past emotions: A longitudinal investigation. *Sex Roles*, 33, 309–323. <https://doi-org.proxy.library.uu.nl/10.1007/BF01954572>
- Adler, P. A., Kless, S. J., & Adler, P. (1992). Socialization to gender roles: Popularity among elementary school boys and girls. *Sociology of education*, 65(3), 169-187. doi: 10.2307/2112807
- Allen, J. G., & Haccoun, D. M. (1976). Sex differences in emotionality: A multidimensional approach. *Human Relations*, 29(8), 711-722. <https://doi-org.proxy.library.uu.nl/10.1177/001872677602900801>
- Brody, L. R. (2000). The socialization of gender differences in emotional expression: Display rules, infant temperament, and differentiation. In A. Fischer (Red.), *Gender and emotion: Social psychological perspectives* (pp. 24-47). Cambridge, UK: Cambridge University Press.

- Brody, L. R., & Hall, J. A. (2008). Gender and emotion in context. In M. Lewis, J. Haviland-Jones & L. Barrett (Eds.) *Handbook of emotions* (3) (pp. 395-408). New York, NY: Guilford Publications
- Eisenberg, N., Cumberland, A., & Spinrad, T. L. (1998). Parental socialization of emotion. *Psychological inquiry*, 9(4), 241-273. doi: 10.1207/s15327965pli0904_1
- Fivush, R. (1989). Exploring sex differences in the emotional content of mother-child conversations about the past. *Sex Roles*, 20(11-12), 675-691.
<https://doi-org.proxy.library.uu.nl/10.1007/BF00288079>
- Fivush, R., & Buckner, J. P. (2000). Gender, sadness, and depression: The development of emotional focus through gendered discourse. In A. Fischer (Ed.), *Gender and emotion: Social psychological perspectives* (pp. 232-253). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Fischer, A. H., & Manstead, A. S. (2000). The relation between gender and emotions in different cultures. In A. Fischer (Ed.), *Gender and emotion: Social psychological perspectives* (pp. 71-94). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Henslin, J. (2013) *Social Problems: a Down-to-Earth Approach* (11e ed.). Harlow, UK: Pearson Education Limited.
- Hofmann, S. G., & Doan, S. N. (2018). *The social foundations of emotion: Developmental, cultural, and clinical dimensions*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Jansz, J. (2000). Masculine identity and restrictive emotionality. In A. Fischer (Ed.), *Gender and emotion: Social psychological perspectives* (pp. 166-186). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- LaFrance, M., & Banaji, M. (1992). Toward a reconsideration of the gender-emotion relationship. In M. Clark (Ed.) *Emotion and social behavior* (pp. 178-201). Newbury Park, CA: Sage Publications
- Maccoby, E.E. (2014). Historical Overview of Socialization Research and Theory. In J. Grusec & P. Hastings (Eds.), *Handbook of Socialization : Theory and Research* (pp. 13-41). New York, NY: Guilford Publications
- Schrock, D., & Knop, B. (2014). Gender and emotions. In J. Stets & J. Turner (Eds.) *Handbook of the Sociology of Emotions: Volume II* (pp. 411-428). Dordrecht, Nederland: Springer

Von Salisch, M. (2001). Children's emotional development: Challenges in their relationships to parents, peers, and friends. *International Journal of Behavioral Development*, 25(4), 310-319. <https://doi-org.proxy.library.uu.nl/10.1080/01650250143000058>

Universiteit Utrecht (2018). Algemene Sociale Wetenschappen. Geraadpleegd van <https://www.uu.nl/bachelors/algemene-sociale-wetenschappen>

Zahn-Waxler, C. (2010). Socialization of emotion: who influences whom and how? *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2010(128), 101-109. <https://doi-org.proxy.library.uu.nl/10.1002/cd.271>

Zeman, J. & Shipman, K. (1996). Children's expression of negative affect: Reasons and methods. *Developmental Psychology*, 32, 842-849. doi: 10.1037/0012-1649.32.5.842

Geschiedenis:

Biess, F. 'Everybody has a Chance': Nuclear Angst, Civil Defence, and the History of Emotions in Postwar West Germany. *German History*, 27(2), 215-241. DOI: 10.1093/gerhis/ghp003

Dummitt, C. (2007). *The Manly Modern: Masculinity in Postwar Canada*. Vancouver, BC: University of British Columbia Press.

Evans, J. (1995). *Feminist Theory Today: An Introduction to Second-Wave Feminism*. London, UK: SAGE Publications.

Gornick, V. (2000). Consciousness. In: B.A. Crow (Red.) *Radical Feminism: A Documentary Reader*. New York City, NY: NYU Press.

Meijer, M. (1988). De grote melancholie. Dichteressen in de jaren vijftig. In: M. Meijer (Red.) *De lust tot lezen. Nederlandse dichteressen en het literaire systeem*. Amsterdam, NL: Sara/Van Gennep. Beschikbaar op het World Wide Web: https://www.dbnl.org/tekst/meij017grot01_01/index.php

Meyerowitz, J. (1994). *Not June Cleaver: Women and Gender in Postwar America, 1945-1960*. Philadelphia, PA: Temple University Press.

Neuhaus, J. (1999). The Way to a Man's Heart: Gender Roles, Domestic Ideology, and Cookbooks in the 1950s. *Journal of Social History*, 32(3), 529-555. URL: <https://www.jstor.org/stable/3789341>

- Roper, M. (2005). Slipping Out of View: Subjectivity and Emotion in Gender History. *History Workshop Journal*, 59, 57-72. DOI: 10.1093/hwj/dbi006
- Sarachild, K. (2000). A Program for Feminist Consciousness-Raising. In: B.A. Crow (Red.) *Radical Feminism: A Documentary Reader*. New York City, NY: NYU Press.
- Stearns, P. N. (2008). History of Emotions: Issues of Change and Impact. In: M. Lewis et al. (Red.) *Handbook of Emotions*. Third Edition. New York City, NY: The Guilford Press.
- Stearns, P.N. & Stearns, C.Z. (1995). Emotionology: Clarifying the History of Emotions and Emotional Standards. *The American Historical Review*, 90(4), 813-836. DOI: 10.2307/1858841
- Whelehan, I. (1995). *Modern Feminist Thought: From the Second Wave to Post-Feminism*. New York City, NY: NYU Press.
- Wouters, C. (1985). Formalisering van informalisering: Verandering in omgangsvormen, vooral tussen sexen in Nederland, 1930-1985. *Amsterdams Sociologisch Tijdschrift*, 12(1), 133-162. URL: <https://rjh.ub.rug.nl/ast/article/view/23217>

Integratie

- Hamer, T. & Alkema, J. (2016). *De vernietiging van de vernietiging: een interdisciplinair onderzoek naar de verandering van eigendom in een circulaire economie*. (Ongepubliceerde bachelorscriptie). Universiteit Utrecht, Utrecht, Nederland.
- Repko A. & Szostak R. (2017). *Interdisciplinary Research: Process and Theory* (3e editie). Thousand Oaks, VS: Sage Publications Inc.