Zinbox 6, week 45 en 46

Schrijver: Susan Schaeffer

Thema: Wie zie je zitten?

**Wat je ziet, ben je zelf?**

*‘Je ziet de dingen niet zoals ze zijn. Je ziet de dingen zoals je bent.’*

* *Socrates*

Je denkt misschien dat je de wereld ziet zoals die is. Maar in werkelijkheid mis je een heleboel. Er komen namelijk dagelijks zoveel indrukken op je af, dat je die niet allemaal tegelijk kunt verwerken. Zo merk je het vaak helemaal niet op, als er dingen in je omgeving veranderen. Deze ‘blindheid’ voor verandering blijkt goed uit een experiment van de Amerikaanse psychologen Simons en Levin.

In de test werd aan mensen op straat de weg gevraagd. Terwijl de proefpersonen druk bezig waren met uitleggen, liepen er twee mannen met een grote deur tussen de proefpersonen en de routevrager door. Na de onderbreking gingen de meesten gewoon verder met het uitleggen van de route. Zij hadden helemaal niet door, dat hun oorspronkelijke gesprekspartner achter de deur … was vervangen door een ander.

Wat we om ons heen zien, wordt daarnaast ook sterk beïnvloedt door onze behoeften. Om dit aan te tonen deden de Amerikaanse psychologen Levin, Chein en Murphy een proef, waarbij ze een onduidelijk plaatje toonden aan een hongerige groep proefpersonen en aan een groep die net gegeten had. Wat bleek? De hongerige proefpersonen zagen veel vaker etenswaren in de afbeelding dan de anderen.

We zien dus vaak wat we wíllen zien. Verder bepalen onze emoties voor een groot deel hoe we de wereld om ons heen waarnemen. Zo zal je in een vrolijke bui een foto van een aantal rustende mannen op een grasveld waarschijnlijk heel anders beoordelen dan in een chagrijnige stemming. Hoe we anderen zien, zegt dan ook niet zelden meer over onszelf dan over de anderen.

Soms gaan we zelfs zo ver dat we dingen bij anderen zien, die puur over ons zelf gaan. De uitdrukking ‘zoals de waard is, vertrouwt hij zijn gasten’, is hier een bekend voorbeeld van. Dit ‘projecteren’ van emoties op anderen dient volgens de bekende psychiater Freud als afweermechanisme. Het is namelijk altijd makkelijker om negatieve emoties bij onszelf te verdringen en aan een ander toe te schrijven, dan die negatieve kant van onszelf aan te gaan.

**Bespreken**

* ‘Schoonheid wordt bepaald door de toeschouwer.’ wat bedoelt men hiermee?
* Wat je ziet, ben je zelf?
* Kun je een voorbeeld geven van een moment dat je emoties je waarneming sterk bepaalden?
* Maak jij je wel eens schuldig aan het projecteren van emoties? Denk bijvoorbeeld aan keren dat je jaloers of verliefd was.
* Onze waarneming wordt ook beïnvloed als we ons concentreren op iets anders. Hoe? Doe de test: <http://bit.ly/MeWZTc>**.**