

---

# Doet taal pijn?

## Over taal en emotie

Schelden doet geen pijn. Dat hebben we als kind toch allemaal meegekregen van school en onze ouders. Maar klopt het eigenlijk wel? Kan taal dan geen pijn doen? Natuurlijk wel. Deze ooit zo goedbedoelde uitspraak is net zo achterhaald als *Met melk meer mans*. Met woorden kun je de ander behoorlijk raken. Op allerlei manieren.

Door Jos van Berkum.

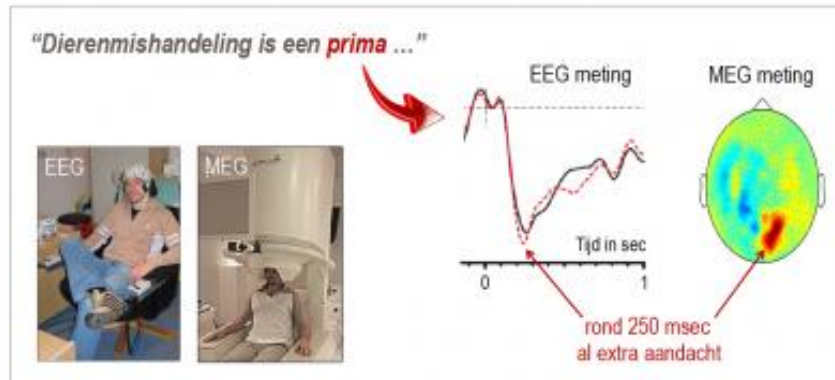
---

Wat weten we inmiddels over hoe taal en gevoel bij elkaar komen? Tot niet zo heel lang geleden werd daar nauwelijks onderzoek naar gedaan. Dat kwam doordat veel taalwetenschappers vooral nadachten over taal als codeersysteem, waarmee je feitelijke informatie van de ene mens naar de andere kunt overbrengen, een beetje zoals computers via modems met elkaar communiceren. Als je taal alleen op deze manier bekijkt, dan liggen vragen over gevoel niet heel erg voor de hand. Maar het is een te beperkt beeld. Mensen willen van alles, en ze voelen ook voortdurend van alles. Dankzij onderzoek in de psychologie en neurowetenschappen weten we inmiddels hoe enorm groot de invloed van emotie en stemming op ons denken is. De speurtocht naar de raakvlakken tussen taal en gevoel begint dan ook op gang te komen.

## Gevoelige zaken

Je brein bekijkt de wereld voortdurend vanuit jouw bewuste en onbewuste belangen. Het affectieve systeem, verantwoordelijk voor emoties, voorkeuren en stemmingen, speelt hierbij een hoofdrol. Het zorgt ervoor dat je heel snel reageert op zaken die aan deze belangen raken. Het zorgt er bovendien voor dat die zaken meer aandacht krijgen en een sterkere invloed op je denken en doen kunnen hebben. Dat geldt voor positieve dingen zoals een lekker ijsje, een aantrekkelijk persoon, of je vredig slapende kinderen, maar nog net iets méér voor negatieve dingen, zoals dierenmishandeling, een misvormd gezicht, of die ene jammerlijk gemiste kans op een liefdevolle relatie. De relatie met taal ligt hier erg voor de hand. Dingen die je raken als je ze ziet of meemaakt, kunnen je natuurlijk ook raken als je er via taal over hoort of leest. Het is precies langs deze weg

dat een column je vrolijk of furieus kan maken, of dat een goed boek ook goed zeer kan doen. Alleen, hoe wérkt het precies?



Met hersenmetingen kunnen we een tipje van de sluier oplichten. In de MRI-scanner is bijvoorbeeld goed te zien dat taal met nare inhoud – dierenmishandeling, een misvormd gezicht – het emotiesysteem in je brein activeert. De hersenen blijken ook nog eens heel snel op dat soort taal te reageren, soms al binnen een kwart seconde. Die snelle reactie zie je in hersengolven optreden bij losse woordjes, maar ook bij complexere taal. Als mensen *Dierenmishandeling is een prima zaak* lezen, reageert hun brein niet alleen razendsnel op het beladen woord *dierenmishandeling*, maar ook op het woordje *prima*, waarmee de voor de lezer moreel onaanvaardbare boodschap van de hele zin duidelijk wordt. Die reactie hangt af van je persoonlijke waardesysteem, van wat jij belangrijk vindt. Mensen die *Abortus is in principe een prima zaak* lezen, reageren sterker op *prima* als ze lid zijn van de Staatkundig Gereformeerde Partij, dan wanneer ze lid zijn van bijvoorbeeld de PvdA of de SP. Taal wordt dus al binnen een kwart seconde persoonlijk.

## Gespierde taal

Taal kan je raken omdat er naar gevoelige zaken wordt verwezen. Maar taal kan ook pijn doen omdat de spreker er iets vervelends mee doet. Homo sapiens is niet alleen een denkende diersoort, maar ook een heel sociale diersoort. We zijn echte groepsdieren, we willen graag ergens bij horen, en door anderen gerespecteerd worden. En dat is precies de reden waarom schelden pijn kan doen. *'Debiel'*, *'klootzak'*, *'kutmarrokaan'*, zelfs *'bedrijfspoedel'* – het raakt je omdat de spreker of auteur laat weten niet veel respect voor je te hebben. En sociale uitsluiting doet pijn. We zien dat in het

laboratorium, waar we in fMRI-onderzoek de pijngebieden in de hersenen zien oplichten. En we zien het kwetsend effect van uitschelden natuurlijk overal om ons heen – kijk maar eens naar episodes in *De gouden kooi* op tv of YouTube.

In tegenstelling tot wat je misschien zou denken, zit de alledaagse kracht van scheldwoorden niet zozeer in de dingen waar ze naar verwijzen.

(Vergelijk 'lul!' met 'penis!') Scheldwoorden werken vooral doordat er een taboe op ligt – juist doordat we die woorden van ouders, school, kerk en staat niet mogen gebruiken, krijgen ze een extra krachtig effect. De goedbedoelende ouders die hun kinderen met een 'Foei, dat mag je niet zeggen!' op het rechte pad willen houden, vertellen dus eigenlijk vooral met welke woorden je lekker kan schelden. Deze rol van vroege opvoeding verklaart ook waarom scheldwoorden in je eigen moedertaal doorgaans een



sterker effect oproepen dan scheldwoorden in een later geleerde tweede taal.

Scheldwoorden zijn vanwege hun gespierde aard ook heel goed voor andere zaken te gebruiken. Taalhandelingen kunnen er krachtiger van worden: 'Doe verdomme nou eens die deur dicht!' Je kunt er de aandacht mee trekken, zelfs als je ze verbastert (zoals de winkelketen French Connection UK met haar acroniem FCUK doet). Met schelden kun je onderlinge verbondenheid creëren (zoals pubers doen met hun vele *what-the-fuck*-gebruik).

Je kunt er stoom mee afblazen, en jezelf bij sport en andere zaken tot grotere prestaties oppeppen. Schelden kan zelfs als pijnstillert werken: proefpersonen die hun hand zo lang mogelijk in pijnlijk ijskoud water moesten houden, hielden het tientallen seconden langer vol als ze mochten schelden.

## Slappe taal

Schelden is een interessante vorm van krachtig taalgebruik waar gevoel een evidente rol in speelt. Maar datzelfde gevoel zet ons op een heel andere manier ook aan tot slappe taal. Want we zijn in ons taalgebruik vaak veel minder direct dan we denken. We vragen: 'Weet u misschien hoe laat het is?' of 'Zou je me het zout even willen aangeven?' Daarmee vermijden we het directere 'Vertel me de tijd!' of 'Geef me het zout!'. Als iemand vraagt of we zin hebben om een heel weekend in zijn nieuwe huis kozijnen te komen schuren, verzinnen we een 'Nou, uh, ik moet eigenlijk...'-smoes, in plaats van glashelder 'Natuurlijk niet!' te antwoorden. Uitnodigingen beginnen met een onschuldige

opmaat zoals *'Heb je vanavond wat te doen?'* zodat de ander alle gelegenheid krijgt om op een elegante manier te weigeren.

Sociologische en taalkundige analyses van dit verschijnsel hebben laten zien dat we allemaal voortdurend bezig zijn om gezichtsverlies te voorkomen, bij onszelf en de ander, en dat we daarom zo indirect zijn. *Face management* is misschien wel de meest krachtige, en tegelijkertijd meest onopvallende manier waarop gevoel ons taalgebruik stuurt. Let er maar eens op als je met iemand praat: we denken allemaal dat we zo direct zijn, maar we draaien eindeloos voorzichtig om elkaar heen, in een wankele balans tussen dingen gedaan willen krijgen en mensen te vriend houden.