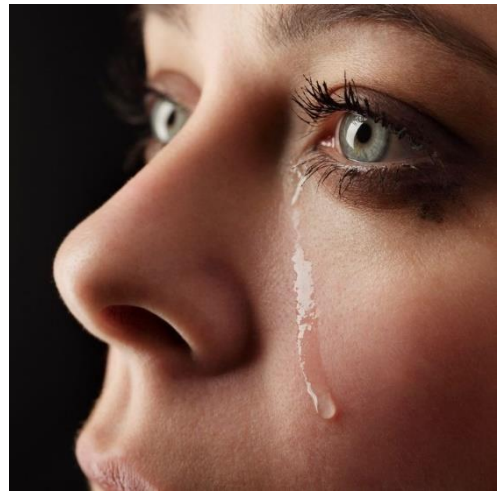


Lezing 'Waarom mensen huilen: Zin en onzin over tranen.'

Door A. Vingerhoets - 13 november 2024



Huilen is voor de meesten van ons een vertrouwd gedrag. Maar dan is het misschien des te verrassender dat veel van wat we daarover denken te weten helemaal niet klopt. Maar ook in de vakliteratuur worden er nog veel onjuistheden verteld. Zo schreef de bekende wetenschapper Charles Darwin, weliswaar in 1872, dat emotionele tranen geen enkel doel dienen. Mijn jarenlange onderzoek naar dit onderwerp toont aan dat die uitspraak niet klopt. Dank zij ons onderzoek begrijpen we steeds beter waarom mensen huilen. Daarbij worden terloops veel foute vooroordelen en misverstanden over huilen aan de kaak gesteld.

Verslag



Op 13 november was er een hele interessante lezing over huilen.

De heer Ad Vingerhoets was Hoogleraar Emotie en Welbevinding, maar werd ook de Tranenprofessor genoemd. Hij vertelde op een rustige manier wat er allemaal bij komt kijken als we huilen. In de zaal kon je een speld horen vallen!

Via een filmpje konden we zien wat er met onze gezichtshuid gebeurt als de traanklier tranen produceert. Die traanklier wordt aangestuurd door onze hersenen.

Er zijn verschillende soorten tranen nl. basale, irritatie en emotionele tranen. Die laatste komen alleen voor bij de mens. Zoogdieren en sommige vogelsoorten kunnen ook huilen, maar niet met tranen.

Bij volwassenen komt huilen voor bij o.a. rouw, liefdesverdriet, heimwee, machteloosheid en medeleven. Bij kinderen is het vooral bij fysieke pijn en machteloosheid.

Er zijn verschillende emoties die ontstaan bij huilen zoals verdriet, angst, wanhoop en vreugde. Het kan een therapie zijn om op te luchten.

Mensen die huilen zijn meer empathisch, voelen zich meer verbonden en krijgen meer emotionele steun. Ze zijn vaak aardiger, gevoeliger, warmer en oprechter.

Verder zijn er verschillen in huilen tussen man en vrouw als je kijkt naar verdriet, emoties, angst en leeftijd. Of huilen gezond is, is nog niet wetenschappelijk bewezen.

Maar de conclusie van deze prachtige uitleg is dan ook: **TRANEN VERBINDEN!**

