

Muziek als vervanger van intimi

MENSEN MET een bijzondere voorliefde voor muziek hebben meer dan anderen moeite met intieme relaties. Aldus twee Engelse psychologen, Babbage en Valentine, in het jongste nummer van de *British journal of medical psychology* (dl. 68, p. 269).

De psychologen onderzochten hun idee dat luisteren naar muziek wel eens emotionele behoeften zou kunnen compenseren bij twee groepen proefpersonen, muziek- en psychologiestudenten. Voorliefde en gevoeligheid voor muziek werd gemeten aan de hand van oordelen van de studenten over verschillende muzikale genres. De kwaliteit van hun persoonlijke relaties (intimiteit) rapporteerden de studenten door het invullen van vragenlijsten. Intimiteit in relaties bleek gemiddeld voor beide groepen studenten ongeveer gelijk, maar muziekstudenten verschilden onderling veel meer. Bij de musici bleek dat wie sterker reageerde op muzikale indrukken, duidelijk meer problemen had met intimiteit in menselijke contacten. Voor de andere studenten was dat verband niet aanwezig. Er was geen verschil tussen mannen en vrouwen.

Niet iedereen laat zich op dezelfde manier door muziek meeslepen. De gevoelige snaar die muziek bij musici raakt, lijkt een alternatief voor de emotionele band die mensen normaal in het contact met anderen vinden. Musici voor wie emoties in de omgang met mensen een probleem vormen, ervaren emoties kennelijk wel via muziek.

Waarom zou de relatie tussen gehechtheid aan muziek en intimiteitsproblemen alleen voor musici gelden? Gebleken is dat musici meer dan gemiddeld last hebben van angst. Misschien moeten we de sleutel daarom zoeken in de veilige afstand die een abstracte kunstvorm als muziek tot mensen heeft, aldus de onderzoekers. Die veilige afstand zou mensen die bang zijn voor sociale contacten, gemakkelijker toegang geven tot emoties die in andere omstandigheden geblokkeerd zijn. Een andere mogelijkheid, door de onderzoekers over het hoofd gezien, is dat de psychologiestudenten onderling te weinig verschillen in intimiteit.

Eerder hebben psychologen al gewezen op de waarde van muziek voor schizoïde personen. Schizoïde personen zijn weinig gezellige, afstandelijke, maar vaak originele mensen die nauwelijks in staat zijn tot warme gevoelens voor anderen. Muziek kan voor hen een passie betekenen. Ze vinden het fantasieus om te ontdekken dat er een manier is om op onpersoonlijke wijze emotie te ervaren. Deze mensen zoeken hun heil vaak in creativiteit, op zoek naar iets wat anderen vooral in menselijke relaties vinden. Ook voor niet-schizoïde mensen, zou dat kunnen gelden.

Sommige mensen lijken in hun gevoel voor kunst een belangrijke manier te vinden om met emotionele problemen om te gaan. Zo kan een sociaal geïsoleerd persoon totaal opgaan in een kunstwerk. Dat muziek daarbij bijzondere eigenschappen heeft, laat muziektherapie bij dementiepatiënten zien. Bij hen is muziek een krachtig middel om lang vervlogen tijden weer eventjes tot leven te roepen.

EDITH DAS