

TRAINEN VAN HET GEWETEN

Henriëtte Bout

Bij ieder begin van een training, start ik met het voorstellen van mezelf: 'Ik ben Henriëtte Bout en het is mijn werk om het geweten te trainen van ambtenaren, politici en studenten.' Ik hoor ze denken: 'Geweten trainen, hoe dan?' Het is uitdagend maar het kan. In het volgende vertel ik waarom dat belangrijk is en hoe. Wat zijn visies op het geweten? Is het in het lichaam aanwijsbaar? Hoe werkt het? Hoe kun je het beïnvloeden, voor de gek houden of uitzetten? Kun je het stimuleren bij het oordelen over wat het goede is om te doen?

'De ziel weegt 21 gram'

Het geweten wordt door mensen vaak ervaren als een stem die je vertelt of je de goede dingen doet: het engeltje op je schouder, het beeld in de spiegel dat je confronteert met je handelen.

'Een innerlijke rechtbank waarin een rechter een (...) oordeel velt over het (...) oordeel van het subject', zoals hedendaags filosoof Bert Musschenga het verwoordt (Musschenga, 2017).¹

In het verleden is dit nog wel eens letterlijk genomen. Men dacht dat het geweten onderdeel was van de ziel en zocht naar de fysieke plek in het lichaam waar die ziel dan zat. Of hoeveel de ziel dan zou wegen. Een arts meldde in begin vorige eeuw trots dat hij had bewezen dat de ziel 21 gram woog. Maar dat onderzoek werd in de wetenschappelijke wereld compleet onderuitgehaald.

Tegenwoordig denken we het geweten niet langer in termen van een letterlijk fysieke structuur maar 'als een geheel van vermogens dat mensen in staat stelt om niet alleen moreel te denken maar ook te voelen en

te handelen', aldus Musschenga. Een functie waar de hersenen nauw bij betrokken zijn. In de volgende paragrafen zal ik nader in gaan op de drie aspecten die Musschenga hier aanhaalt en zal ik betogen dat die alle drie trainbaar zijn.

Morele intuïties

Morele intuïties zie ik als een reflexmatige werking van het geweten. Het regelt in de eerste plaats dat wij zonder nadenken automatisch onze directe naasten beschermen. Over het algemeen redden mensen eerst hun kind, dan hun moeder, en achtereenvolgend hun partner of vader (die strijden om de derde plaats), huisdier en dan pas mensen waar ze zich minder mee verbonden voelen.

Onze morele intuïtie kan met andere woorden fors gekleurd zijn en gericht zijn op het bevoorrechten van onze binnenkring. Dat is heel handig voor een groepsdier als de mens om je eigen groepsleden te redden en door hen beschermd te worden.

Maar het is niet genoeg voor bijvoorbeeld een ambtenaar die een moreel vraagstuk op zijn werk moet oplossen. Hij mag bekenden niet bevoordelen ten opzichte van andere burgers.

¹ DOI: <https://doi.org/10.5117/ANTW2017.3.MUSS>

Onze morele intuïtie is altijd aan het werk. Maar het bijzondere van mensen is dat ze kritisch kunnen reflecteren op hun intuïtie. En dat het geweten dus meer kan zijn dan een reflexmatige actie.

Moreel voelen, denken en handelen in de hersenen

In onze hersenen blijken er twee verschillende maar samenwerkende neurale paden betrokken te zijn bij moreel voelen, denken en handelen: het affectieve pad en het cognitieve pad.

Bij het affectieve pad is het zoogdierenbrein betrokken (specifiek: de amygdala). Maar ook ons empathisch vermogen dat min of meer te lokaliseren is in een gebied

in de hersenschors waar spiegelneuronen actief zijn, waardoor we letterlijk dezelfde fysieke reactie kunnen krijgen die een ander vertoont.

Die affectieve of gevoelskant laat je merken dat je mogelijk schade gaat veroorzaken en koppelt daar een emotie aan, zoals angst, schuld of schaamte. Met die emotie komt ook een fysieke reactie op gang: je maag trekt samen, je krijgt kippenvel, je handen worden nat, je kin wijkt, je wenkbrauwen fronzen. Emoties en fysieke reacties zijn gekoppeld.

Volgens neuroloog Damásio wordt deze koppeling van emoties aan lichamelijke ervaring als een soort stempel opgeslagen in het voorste gedeelte van onze hersenschors: de prefrontale cortex. Deze lichamelijke stempels worden

Dat het geweten inclusief je morele intuïtie je enerzijds influïstert wat het goede is om te doen en anderzijds te beïnvloeden is, is zowel hoopgevend als onbehaaglijk.



Het doel van trainingen van het geweten is wat mij betreft om deelnemers te helpen om deze functie van hun hersenen (weer) te hanteren.

in de prefrontale cortex omgezet in mentale beelden, patronen of kaarten. Er hoeft vervolgens maar een fysieke respons in je lichaam op te treden of de bijbehorende emotie en wellicht het oordeel over wat te doen, zullen volgen. Op die wijze vindt conditionering plaats. Zo kan volgens hem morele intuïtie ontstaan en zich ontwikkelen: doordat ervaringen in de hersenschors worden opgeslagen, worden zij herkend in een nieuwe situatie waarnaar je automatisch gaat handelen in de nieuwe situatie, zoals je eerder handelde in het verleden.

Bij het rationele, reflecterende of cognitieve pad is met name de hersenschors betrokken. Deze is verantwoordelijk voor cognitieve, emotionele en motivationele processen, zoals plannen, impulsbeheersing en doelgericht handelen.

'Ok, ik wil intuïtief mijn zwager die opdracht van 3 miljoen euro geven zodat hij niet de competitie hoeft aan te gaan met de anderen en lekker geld kan verdienen waar hij mijn zus en hun kinderen goed van kan verzorgen. Maar is dat wel ok eigenlijk? Zijn er ook andere rechten en belangen die hier spelen? Hoe leg ik dit uit aan de grote bouwmaatschappij die altijd keurig volgens de regels meedingt naar opdrachten? Dat kan ik toch niet maken?'

Het samenspel van affectieve en cognitieve processen regelt dat je rekening houdt met de positie van een ander, buiten jouw binnenkring. En dat je argumenten of woorden hebt waarom het inderdaad een heel goed idee is om in een situatie je morele intuïtie te verwerpen of juist te volgen.

Het is een prachtig verschijnsel, dat wij het perspectief van een ander mens kunnen overnemen en kunnen invoelen, letterlijk invoelen en daar gedachten bij kunnen vormen.

Ook als die ander buiten onze *inner circle, tribe, bubble* of gewoon groepje valt. '*It is what the brain does*', zei hedendaags filosoof Dennett al.

Beïnvloeden van het geweten

Het geweten kan beïnvloed worden op alle drie aspecten waar het uit bestaat: denken, voelen, handelen.

Het vermogen om te denken kan bijvoorbeeld geblokkeerd worden door rationalisaties toe te passen. Dan levert het denkende aspect van het geweten argumenten op die sterk lijken maar in wezen zwak zijn: drogredenen of smoesjes. In de praktijk en op werkvloeren kom je ze veel tegen: 'Ik doe gewoon mijn werk', 'Mijn manager wil het zo', 'Zo doen we het altijd', 'Je voorganger was het er mee eens', 'Je collega's doen het ook'. Je denkt dan niet meer na over waarom je iets doet of laat. Een fenomeen dat '*silencing*' wordt genoemd.

Ook kun je het denkende aspect van het geweten bewust een bepaalde kant opsturen. Bijvoorbeeld door tegenargumenten te klein te maken en ondersteunende argumenten te groot. Of door bepaalde argumenten over te slaan, niet te zien. Een fenomeen dat 'onthechting' wordt genoemd. Dan raakt de rationele onderbouwing uit balans. En je houdt jezelf of de ander een beetje voor de gek.

Systematische en kritische reflectie is een manier om het cognitieve aspect van het geweten te beïnvloeden of te stimuleren. Bewust nadenken over je morele oordeel met andere mensen, helpt je om blinde vlekken te voorkómen en je oordeel evenwichtig en goed onderbouwd te laten zijn.

Ook het vermogen om te voelen en te handelen, is te beïnvloeden. Mensen blijken geconditioneerd en die

conditionering is bij te sturen doordat onze somatische stempels zich aanpassen.

Wanneer je voor lange tijd ondergedompeld bent in een bepaalde cultuur (of werkomgeving), waarin iedereen bepaald moreel gedrag vertoont en bepaalde morele overtuigingen deelt, dan pas je je morele gedrag hier op aan. Een fenomeen dat socialisatie wordt genoemd. Als in die cultuur systemen of instituties aan het werk zijn die bepaald moreel gedrag belonen en ander gedrag bestraffen, dan stuurt dat onbewust ook jouw beslissingen en je gedrag. Denk aan rechtbanken die oordelen op een bepaalde manier, beloningen die ouders, leraren, bazen koppelen aan bepaald gedrag. Mensen die wel eens een *culture shock* hebben meegemaakt, of die na tien jaar van werkomgeving zijn gewisseld, zullen dit beamen. Het kan aanvoelen alsof je van een rechtsrijdend land ineens in een linksrijdend land terecht bent gekomen. Alles is anders, je moet opnieuw conditioneren: nieuwe intuïties opbouwen.

Dat het geweten inclusief je morele intuïtie je enerzijds influïstert wat het goede is om te doen en anderzijds te beïnvloeden is, is zowel hoopgevend als onbehaaglijk.

Trainen van het geweten

We gaan er vaak vanuit dat het trainen van het geweten een goede zaak is. Maar van al deze inzichten over de werking van het geweten kan ook gebruik gemaakt worden bij *brainwashing*, radicalisering, ideologisch gedreven terrorisme. Het geweten maakt geen onderscheid. Het is niet de scherprechter die het algemeen en universeel goede van het algemeen universeel kwade onderscheidt. Mensen kunnen met dezelfde vermogens verschillende morele visies hebben en het gebruiken om er dood en verderf mee te zaaien. Of om er een rechtvaardige samenleving of oplossingen voor het wereldvoedselprobleem mee te realiseren. Ik maak me sterk voor trainingsprogramma's die dat laatste beogen.

Veel ervaring is er met trainingsprogramma's die zich louter richten op het analyseren van morele dilemma's. Met soms impliciet en soms expliciet de verwachting of de hoop van de opdrachtgever dat daarmee niet alleen individuele medewerkers maar zelfs de hele organisatie 'het goede' gaat doen. Er vanuit gaande dat iedereen na de training hetzelfde verstaat onder 'het goede'.

Een dergelijk ingericht programma, is mijns inziens, om meerdere redenen zinloos. Niet in de laatste plaats omdat het een te beperkt aspect van het geweten traint, namelijk

alleen het rationele cognitieve gedeelte. Om het geweten te trainen zodat het kan bijdragen aan collectief gewenst gedrag is meer nodig, namelijk:

1. Een context die zodanig is ingericht dat die het gewenste morele gedrag makkelijk maakt, stimuleert en beloont. En dat ongewenst moreel gedrag zoveel mogelijk onmogelijk maakt, en bestraft als het wel heeft plaatsgevonden.
2. Aandacht voor alle trainbare aspecten van het geweten, dus niet alleen de cognitieve aspecten, maar ook het vermogen om te voelen en te handelen in morele kwesties.

Op cognitief niveau is het blootleggen van blinde vlekken, rationalisaties, drogredenen en smoesjes trainbaar. Oefeningen in het tonen van morele moed stimuleren het morele voelen en handelen.

Wanneer is het trainen van het geweten effectief?

Er wordt veel onderzoek gedaan naar effectiviteit, impact, opbrengst, *return on investment* van trainingen. Over het algemeen weten we dat mensen met name onthouden of het leuk was, gezellig, vrolijk, zinnig, verhelderend, serieus. Gevoelsaspecten. De cognitieve inhoud onthoudt men nog zo'n week of drie. Dus een opfris of vervolg na drie weken is verstandig als je wilt dat de inhoud echt beklijft. Maar als er niet dagelijks met de inhoud wordt gewerkt, is na een maand of zes ook dat leereffect weg. Ik heb niet de illusie dat dat met moreel leren anders zou zijn.

Het doel van trainingen van het geweten is wat mij betreft om deelnemers te helpen om deze functie van hun hersenen (weer) te hanteren. Als het bijvoorbeeld in de knel is geraakt in rationalisaties van henzelf of van de groep, of als het hen de verkeerde kant op neigde te sturen en tegensturen niet lukte. Zodat de deelnemers weer in staat zijn hun morele denken, voelen en handelen in overeenstemming te hebben met wie ze zijn of willen zijn.

Henriëtte Bout is senior adviseur en trainer bij Bureau Integriteit van de gemeente Amsterdam. Zij werkt op de Universiteit Nyenrode onder leiding van Edgar Karssing en Ronald Jeurissen aan een proefschrift over collectieve morele leerprocessen.