

Inhoud

1	Luistervinken bij Moeder Natuur: <i>Waarom hij? Waarom zij?</i>	11
2	Persoonlijkheidstypetest van dr. Helen Fisher	28
3	De kaarten die je zijn toebedeeld: <i>Het kansspel van de natuur</i>	33
4	Met volle teugen het leven drinken: <i>De Verkenner</i>	52
5	Een hoeksteen van de samenleving: <i>De Bouwer</i>	73
6	Altijd streven naar de sterren: <i>De Regelaar</i>	94
7	De filosoof-koning: <i>De Onderhandelaar</i>	115
8	Partners om te spelen, partners om te helpen, partners voor de geest, partners voor de ziel: <i>De chemie van het daten</i>	137
9	Verliefd worden: <i>De trechter</i>	156
10	De ware: <i>Hoe we liefhebben</i>	175

11	De chemie in gang zetten: <i>Advies van de natuur</i>	210
	Dankwoord	242
	Noten	243
	Bibliografie	256
	Appendix	282

Luistervinken bij Moeder Natuur: *Waarom hij? Waarom zij?*

Ik ben groot, ik heb menigten in mij.

WALT WHITMAN

‘**N**u zullen jullie geen regen voelen, want de een zal voor de ander beschutting zijn. Nu zullen jullie geen kou voelen, want de een zal voor de ander warmte zijn. Nu is er voor jullie geen eenzaamheid meer. Maar één leven ligt er vóór jullie. Ga nu naar jullie woonplaats, waar jullie de dagen samen doorbrengen. En mogen jullie dagen op deze aarde heel lang zijn.’

De Apache-indianen in Zuidwest-Amerika declameerden dit huwelijksgedicht ongetwijfeld al eeuwenlang voordat ik het in 2006 hoorde in La Jolla, Californië. Het was een vroege avond in juni, de lucht was nog roze en blauw, de geuren van de zee dreven het zaaltje binnen waar ik op een klapstoel zat, op de tweede verdieping van een trendy Italiaans restaurant. Een oudere heer leidde een korte huwelijksceremonie, waarin rituelen van de christelijke, joodse en Apache-tradities vermengd waren. En voor me zag ik de twee stralende hoofdpersonen van de plechtigheid, Patrick en Suzanne, een van de eerste paren die trouwden nadat ze elkaar hadden ontmoet via Chemistry.com, de datingsite die ik had helpen opzetten.

Patrick was journalist in New Orleans geweest totdat hij zijn baan, zijn huis en al zijn bezittingen kwijtraakte bij de orkaan Katrina in 2005. Hij trok naar het westen, en ging in februari 2006 bij familie in Los Angeles wonen. Enkele dagen nadat hij er zijn intrek had geno-

men, meldde hij zich bij Chemistry.com en werd hem een eerste date voorgesteld: Suzanne, een in La Jolla wonende advocate. De eerste avond praatten ze drie uur lang aan de telefoon. Het weekend erna ontmoetten ze elkaar en werden hartstochtelijk verliefd.

Toen ze samen op vakantie waren in Parijs nam Patrick haar op een zachte avond naar de top van de Eiffeltoren en vroeg haar ten huwelijk. De verblufte jonge vrouw gaf glimlachend haar jawoord. Daar zat ik dus in La Jolla op die feestelijke bruiloft, omringd door een stuk of vijftig van hun vrienden en familieleden.

Ik vind het prettig om in de buurt te zijn van verliefde mensen. Ze hebben een aanstekelijke energie. Die kracht was voelbaar in de bruidegom, die als eerste op de huwelijksceremonie arriveerde. Hij stormde binnen en vulde de ruimte met zijn opgewekte charme. Hoewel we elkaar nooit hadden ontmoet begroette hij me hartelijk. We begonnen onmiddellijk een gesprek over de evolutie van de Engelse taal, zijn ervaringen als journalist op enkele gevaarlijke plekken in Afrika en enige van mijn vroegere werkzaamheden inzake de chemische hersenstoffen van romantische liefde.

Algauw kwamen er anderen, en gingen we zitten op de klapstoelen tegenover een kleine bar die was bestrooid met lelies. Als laatste verscheen de bruid. Ik was stomverbaasd toen ik haar zag: piepklein, perfect gevormd, een soort porseleinen poppetje, met enorme blauwe ogen en lange kastanjebruine lokken waarin vergeet-mij-nietjes waren gevlochten. Net als de mythologische Helena had Suzanne een gezicht dat duizend schepen van stapel kon laten lopen. En haar kracht paste bij die van hem. Ze was verrukt over haar prins, keek hem strak aan en gaf met een natuurlijk sprankelende glimlach haar jawoord.

Iemand speelde fluit. Het Apachegedicht werd gelezen. En toen bruid en bruidegom door het geïmproviseerde middenpad tussen onze stoelen liepen, bliezen we zeepbellen naar hen uit de kleine flesjes die op onze stoelen waren gezet. Daarna kwam het feestmaal: schotels met cavatelli marinara, antipasto rustico, mosselen, worstjes, Fra Diablo-kip: op elke tafel verscheen een massa favoriete Italiaanse gerechten te midden van de ballonnen, confetti en champagne, terwijl de disk-jockey muziek van vroeger afvuurde en we uitgelaten dansen. Patrick en Suzanne wervelden tussen ons in en straalden van blijdschap.

‘De liefde hoopt alles,’ staat in de Bijbel. Ik hoopte het beste voor Patrick en Suzanne. Maar ik had ook een reden om gerust te zijn over hun huwelijk. Ik wist enkele dingen over hun persoonlijkheden omdat beiden mijn persoonlijkheidstest hadden afgelegd, een reeks vragen die ik had samengesteld om enkele elementaire zaken vast te stellen over iemands biologische temperament. Ze hadden me beiden verteld wat hun testresultaten waren. En met die gegevens vertrouwde ik erop dat Patricks specifieke chemische profiel een aanvulling zou vormen op dat van Suzanne en voor een biologische en psychologische cocktail zou zorgen, die hen een jarenlange fascinatie voor elkaar zou geven.

Temperament en liefde

We hebben veel aangeboren neigingen. Wetenschappers gaan er tegenwoordig zelfs van uit dat zo’n 50 procent van de variaties in de menselijke persoonlijkheid verband houdt met genetische factoren. Veel van onze geestelijke structuur hebben we geërfd.

Maar wat is persoonlijkheid?

Psychologen definiëren persoonlijkheid als die niet gelijksoortige verzameling van gedachten en gevoelens die alle handelingen van een persoon kleuren.

Je persoonlijkheid is uiteraard meer dan alleen je biologische kant. Persoonlijkheid bestaat uit twee fundamenteel verschillende soorten eigenschappen: die van het *karakter* en die van het *temperament*.

Je karaktereigenschappen stammen uit je ervaringen. De spelletjes van je jeugd; de interesses en waarden van je ouders; hoe mensen in jouw leefgemeenschap liefde en haat uitdrukken; wat familie en vrienden beschouwen als beleefd, gevaarlijk of opwindend; hoe ze religie beleven; wat ze zingen; wanneer ze lachen; hoe ze geld verdienen en ontspannen – die en ontelbaar veel andere culturele krachten bouwen samen je unieke verzameling karaktereigenschappen op.

Het evenwicht in je persoonlijkheid is je temperament, alle biologische neigingen die je hebt geërfd, de eigenschappen die tevoorschijn komen in je vroege jeugd en verantwoordelijk zijn voor je consistente gevoels-, denk- en gedragspatronen. Zoals de Spaanse filosoof José Or-

tega y Gasset het formuleerde: 'Ik ben ik en mijn omstandigheden.' Temperament is het 'ik ben ik', de basis van wie je bent. Nieuwsgierigheid, creativiteit, nieuwshonger, medeleven, behoedzaamheid, prestatiedrang en zo meer, zijn tot op zekere hoogte eigenschappen die je erft.

Dat deel van de menselijke geest, het biologische temperament, had ik onderzocht bij Patrick en Suzanne.

Geboren als 'ik'

Niemand weet precies hoeveel temperamentgebonden eigenschappen we als menselijke wezens erven. Maar uit studies van eenenige tweelingen valt af te leiden dat het een behoorlijk aantal is. Neem de 'giecheltweeling', zoals de twee werden genoemd door de stafmedewerkers van de Tweelingenstudie die in de jaren 1970 werd uitgevoerd aan de universiteit van Minnesota, omdat beide vrouwen bij de minste grap of rare zinswending in lachen uitbarstten.

Daphne en Barbara waren de dochters van een ongetrouwde Finse studente die in 1939 in Engeland woonde. Barbara werd geadopteerd door een Engelse tuinman die in een gemeentepark werkte, terwijl Daphne opgroeide bij een rijke metalloloog. Maar toen ze op negenendertigjarige leeftijd voor het eerst weer samenkwamen in het kader van de genoemde Minnesotaanse Tweelingenstudie, die afzonderlijk grootgebrachte eenenige tweelingen onderzocht, hielden ze allebei van goede grappen en hadden ze allebei hun hele leven gegiecheld. Beiden gingen geregeld op hun handen zitten om zenuwachtige gebaren te voorkomen. Beiden hadden hun haar kastanjebruin geverfd. Beiden liepen over van energie. Beiden hadden een hekel aan wiskunde en sport. Beiden meden commerciële televisie. Beiden hadden blauw als lievelingskleur. Beiden waren niet geneigd hun politieke mening te geven. En beiden hadden hun echtgenoot op hun zestiende ontmoet op een bal in het gemeentehuis en waren in de herfst daarna getrouwd. Ze hadden ook bijna hetzelfde IQ, ondanks het dure onderwijs van Daphne en de veel bescheidenere scholing van Barbara.

Toeval?

De psycholoog Thomas Bouchard, leider van de Minnesotaanse

Tweelingenstudie, diepte zo'n grote hoeveelheid van dergelijke verhalen op, dat hij in de jaren 1980 poneerde dat tientallen persoonlijkheidseigenschappen in zekere mate erfelijk zijn. Onder de eigenschappen met de sterkste genetische verbanden, meldde hij, bevonden zich traditionalisme, de bereidheid om zich te schikken naar het gezag, agressie, een leidersmentaliteit en de drang naar aandacht. Zoals hij in 1984 schreef: 'Zowel de studies over tweelingen als die over adoptie leiden tot de verrassende constatering dat algemene familiale omgevingsinvloeden maar een betrekkelijk kleine rol spelen bij de bepaling van de persoonlijkheid.'

Tientallen jaren later hebben genetici die het menselijk gedrag bestuderen ervoor gezorgd dat deze lijst met eigenschappen die verbonden zijn met ons DNA aanzienlijk langer is geworden. Belangrijker voor dit boek is dat wetenschappers van vandaag weten dat groepen van genen die op elkaar inwerken het gedrag beïnvloeden, en zelfs samenwerken om *gedragssyndromen* te maken. Als je bijvoorbeeld vanuit je biologische aanleg een drang naar het nieuwe hebt, is er een grote kans dat je ook energiek, spontaan, waaghalzig, nieuwsgierig en creatief bent. Als je in plaats daarvan een neiging hebt traditioneel te zijn, ben je waarschijnlijk ook loyaal, behoedzaam, vol respect jegens het gezag en gek op het maken van plannen en het volgen van schema's. We formuleren verzamelingen van verwante biologische eigenschappen¹ en creëren wat in het algemeen 'persoonlijkheidstypen' worden genoemd.²

Na uitgebreid onderzoek over de biologische onderbouwing van de persoonlijkheidstypen ben ik gaan geloven dat ieder van ons een uniek mengsel van de vier ruime elementaire persoonlijkheidstypen toont. Bovendien leidt ons voornaamste persoonlijkheidstype ons naar specifieke liefdespartners. Onze biologische aard fluistert voortdurend in ons om invloed uit te oefenen op de vraag van wie we houden.

Deze en andere gedachten gingen door me heen terwijl ik die bellen blies voor Patrick en Suzanne op de avond van die verrukkelijke bruiloft. Volgens mij hadden ze beiden hun partner voor de ziel gevonden.

En wie ben jij? Waarom voelen we ons van nature aangetrokken tot een bepaalde partner? Mijn onderzoek naar die mysteries begon in de kerstvakantie van 2004.

Match.com

‘Waarom word je verliefd op de ene persoon en niet op de andere?’ Dat is wat de bedrijfsleiders van Match.com wilden weten toen ik hen twee dagen na Kerstmis 2004 ontmoette in New York City. Match.com is de grootste datingsite ter wereld. En ik was uitgenodigd om die dag samen met hen na te denken. Halverwege de ochtend stelden ze mij bovenstaande fundamentele vraag.

‘Dat weet niemand precies,’ antwoordde ik.

Psychologen hebben vastgesteld dat mannen en vrouwen meestal verliefd worden op personen met dezelfde etnische en sociaal economische achtergrond; op mensen met een vergelijkbare intelligentie, opleiding en fysieke aantrekkelijkheid; op personen met gelijksoortige religieuze, politieke en sociale waarden; en op mensen met eenzelfde gevoel voor humor. We worden ook verliefd als de tijd rijp is; en vaak op iemand die in de buurt woont of werkt. Je jeugdjaren spelen een enorme rol bij je romantische keuzen, hoewel er nooit betrouwbare patronen zijn vastgesteld. We worden eerder verliefd op iemand die ons de dingen geeft die we nodig hebben. En mensen worden vaak verliefd op mensen die verliefd op hen zijn.

Maar zoals ik het management van Match.com vertelde, is het vooralsnog onbekend hoe twee individuele *persoonlijkheden* bij elkaar passen. Het hof maken, samenleven en trouwen doe je niet noodzakelijkerwijs met iemand die vergelijkbare of juist verschillende persoonlijkheidseigenschappen heeft. Ongeveer 470 studies hebben onderzocht hoe twee persoonlijkheden met elkaar verstrengelen tot een huwelijk. En de psycholoog Marcel Zentner somde die gegevens op en zei: ‘Voorkeur voor vergelijkbare persoonlijkheidskenmerken varieert wezenlijk per eigenschap en per individu.’ Verder stelde hij: ‘Hoe twee persoonlijkheden het beste gecombineerd kunnen worden in een relatie blijft momenteel een onopgeloste vraag.’

Toch zal je partnerkeuze elk facet van je leven kleuren: je gesprekken ’s ochtends in bed en aan de ontbijttafel; je vriendschappen, familiebijeenkomsten en fuifjes in het weekend; je woonplek, de opvoeding van je kinderen en hoogstwaarschijnlijk zelfs je carrière. En ongetwijfeld zal die keuze je dagen van morgen beïnvloeden. De baby’s die je waarschijnlijk voortbrengt en wegzendt om zich te verme-

nigvuldigen zijn je genetische toekomst. Je vermengt je zaad niet meer dan enkele keren in je leven met dat van iemand anders om zo je DNA de oneindigheid in te schieten.

Dus het maakt wel uit wie je kiest.

Ik kon eigenlijk moeilijk geloven dat de evolutie die beslissing volledig zou overlaten aan onze menselijke grillen. Ik vermoedde dat psychologen simpelweg niet hadden gezocht naar de achterliggende biologische mechanismen die onze romantische keuzen sturen.

Toen de mensen van Match.com me vroegen of ik wilde overwegen om hen te helpen bij de oprichting van een zustersite voor hun relatiebureau, een site bestemd voor mannen en vrouwen met interesse in een langdurige relatie, zei ik dat ik erover zou nadenken tijdens de rustige momenten van die feestelijke winterperiode. Het vakantieseizoen sprankelde door, maar op nieuwjaarsdag besepte ik dat ik die gelegenheid moest aangrijpen – een kans om de nieuwste gegevens uit de neurologie toe te passen op de essentiële vraag van wie je houdt, misschien zelfs mensen te helpen ‘de ware’ te vinden.

Ik ging aan mijn bureau zitten en haalde een leeg vel papier tevoorschijn. Wat wist ik over persoonlijkheid?

De biologie van de persoonlijkheid

Dopamine. Ik begon met die chemische hersenstof, omdat ik de activiteit van die krachtige, alomtegenwoordige neurotransmitter een aantal jaren had bestudeerd.

Al brainstormend maakte ik een lijstje van de persoonlijkheidskenmerken waarvan ik wist dat ze verbonden waren met specifieke genen in het dopaminesysteem: nieuwshonger, de bereidheid om risico's te nemen, spontaneïteit, verhoogde energie, nieuwsgierigheid, creativiteit, optimisme, enthousiasme, flexibiliteit. Ik besloot de mannen en vrouwen met de kenmerken van die biologie *Verkenners* te noemen. Patrick, zou ik later beseffen, had heel wat van de Verkenner in zich.

Ik haalde nog een blanco vel uit mijn bureaula. Wat wist ik nog meer over persoonlijkheid?

Nou, personen die bepaalde genen in het serotoninesysteem heb-

ben geërfd zijn doorgaans kalm, sociaal, behoedzaam maar niet angstig, volhardend, loyaal, dol op regels en feiten, en ordelijk. Ze zijn conventioneel, bewaken de traditie. En omdat die mannen en vrouwen ook bekwaam zijn in het uitbouwen van sociale netwerken en het onderhouden van familiale, zakelijke en sociale contacten, heb ik de mensen met een dergelijke verzameling genetische kenmerken *Bouwers* genoemd.

Ik had ook testosteron bestudeerd. Hoewel testosteron vaak verbonden wordt met mannen, wist ik dat zowel mannen als vrouwen een bijzonder sterke activiteit kunnen vertonen in dat neurosysteem. Bovendien zijn de mensen die deze chemische stof erven meestal direct, resoluut, geconcentreerd, analytisch, logisch, nuchter, veel-eisend, emotioneel beheerst en goed in strategisch denken. Ze komen ter zake. Velen zijn doortastend en competitiegericht. Ze zijn magistraal in het doorgronden van machines, wiskundeformules en andere systemen die op regels zijn gebaseerd. Velen hebben ook een goed inzicht in de structuur van muziek. Ik heb die mensen *Regelaars* genoemd.

De laatste in mijn voorraad biologische kennis waren enkele kenmerken die verbonden zijn met oestrogeen. Vrouwen én mannen met een hoge oestrogeenactiviteit zien meestal de grote lijnen: ze verbinden losstaande feiten en denken contextueel en holistisch, hetgeen ik *webdenken* noem. Ze hebben fantasie. Ze leggen superieure verbale capaciteiten aan de dag en hebben een magistraal inzicht in houdingen, gebaren, gelaatsuitdrukkingen en het lezen van stembuigingen, de zogenaamde praktische sociale vaardigheden. Ze zijn ook intuïtief, hartelijk, aanhalig, mentaal flexibel, inschikkelijk, idealistisch, altruïstisch en uiten hun gevoelens. Ik heb de mensen van dat brede biologische type *Onderhandelaars* genoemd.

Natuurlijk spelen er ook andere chemische systemen een rol in de persoonlijkheid. We hebben wel honderd verschillende soorten neurotransmitters (kleinere moleculen) en een stuk of vijftig soorten peptiden in onze hersenen. Maar de meeste houden het hart kloppend of integreren andere basisfuncties. Het wordt steeds duidelijker dat deze vier chemische stoffen – dopamine, serotonine, testosteron en oestrogeen – een hoofdrol spelen in het ontstaan van de aspecten van de persoonlijkheid.

Toch moeten er nog twee andere worden genoemd. Noradrenaline, een chemische stof die nauw verwant is aan dopamine, draagt onmiskenbaar bij tot bepaalde eigenschappen van de Verkenner, vooral tot hun energie en impulsiviteit. En oxytocine, een chemische stof die wordt samengesteld, opgeslagen en (grotendeels) geactiveerd door oestrogeen, speelt een rol bij de empathie, de aanhaligheid, het vertrouwen en de intuïtie van de Onderhandelaar. Eigenlijk zijn de Verkenner, Bouwer, Regelaar en Onderhandelaar ontstaan uit *families* van chemische stoffen. De specifieke activiteit van elke chemische stof is niet even significant als de *verhoudingen en interacties* tussen al die stoffen en verschillende andere neurosystemen.^{3,4}

Niettemin hangen alleen dopamine, serotonine, testosteron en oestrogeen rechtstreeks samen met een breed scala van persoonlijkheidskenmerken. Dus vormen de variaties binnen die vier chemische stoffen ongetwijfeld de basis van de vier fundamentele denk- en gedragswijzen.

Maar bepaalt je persoonlijkheidstype van wie je houdt?

Ik besloot om dat uit te zoeken.

De Typenstudie

Ik accepteerde de functie van wetenschappelijk adviseur voor wat de nieuwe datingsite Chemistry.com zou worden. En in januari 2005 begon ik aan de centrale uitspraken voor de vragenlijst die de leden zouden invullen als ze zich aanmeldden, en die diende om hun persoonlijkheidstype vast te stellen. Ik baseerde al mijn vragen op de genetica en de neurochemie.

Ik opperde bijvoorbeeld de uitspraak: 'Ik handel impulsief.' Mijn redenering was dat Verkenners het er hoogstwaarschijnlijk 'zeer me eens' zouden zijn, omdat bepaalde genen in het dopaminesysteem verband houden met impulsiviteit.

'Mijn familie en vrienden vinden dat ik traditionele waarden heb.' Omdat de drang om sociale normen na te leven een kenmerk is van het serotoninesysteem, dacht ik dat Bouwers die uitspraak bijzonder positief zouden beoordelen.

Om vast te stellen in welke mate een lid een Regelaar is, lanceerde

ik de uitspraak: 'Ik ben meer op analyse en logica ingesteld dan de meeste andere mensen.' Sterk door testosteron beïnvloede mannen en vrouwen zouden die uitspraak mijns inziens typerend vinden voor hen.

En omdat Onderhandelaars ten gevolge van de oestrogeenactiviteit meestal erg veel fantasie hebben, nam ik deze uitspraak op in de test: 'Ik kan me levendig voorstellen dat mij niet alleen geweldige, maar ook afschuwelijke dingen overkomen.'

Nadien werkte ik de vragenlijst verder uit met de psychologen Jonathan Rich en Heidi Island, die ik had daartoe had uitgenodigd. De lijst werd in februari 2006 nationaal gelanceerd als onderdeel van Chemistry.com. De opzet van de test: meten in welke mate dopamine, serotonine, testosteron en oestrogeen in het biologische profiel aanwezig zijn – oftewel de mate waarin iemand een Verkenner, Bouwer, Regelaar en Onderhandelaar is.^{5,6}

Op het ogenblik dat ik deze alinea schrijf hebben zo'n 5 miljoen Amerikanen de vragenlijst ingevuld, en een slordige 1,5 miljoen mensen in 34 andere landen, want deze persoonlijkheidstest vormt de basis van de uitgebreidere vragenlijst en van het koppelsysteem dat Chemistry.com hanteert. En bij de bestudering van 39913 soortgelijke Amerikaanse vragenlijsten op basis van een anonieme steekproef zag ik haarscherp hoe verschillend elk van de vier persoonlijkheidstypen denkt en handelt. (Zie aanhangsel A.)

Maar ik wilde meer weten: heeft elk persoonlijkheidstype voor zaterdagavond andere plannen? Wat zijn de respectievelijke religieuze en politieke voorkeuren? Volgen ze andere roepingen? Waar leeft elk type het liefst? Welke soorten vrienden ziet elk type regelmatig – een sociale massa, intellectuelen, avonturiers of activisten? Hoe vaak wordt elk type verliefd? Wat zijn ieders opvattingen over kussen in het openbaar? Is seks in het huwelijk belangrijk voor hen? Hoeveel persoonlijke onafhankelijkheid en gebondenheid heeft elk type nodig binnen een relatie? Ik wilde zelfs weten of hun sokkenla er chaotisch of ordentelijk uitzag.

Ik stelde dus deze en andere vragen en onderzocht de antwoorden van diezelfde steekproef van 39913 anonieme leden van Chemistry.com. De gemiddelde leeftijd binnen de groep was zevenendertig jaar; 56,4 procent was vrouwelijk en 89,6 procent was heteroseksueel.

Verkenners waren goed voor 26 procent van de steekproef, 28,6 procent waren Bouwers, 16,3 procent Regelaars en 29,1 procent Onderhandelaars.

Elk brede persoonlijkheidstype verbreedert uiteraard met een ander publiek, wil op een andere plek leven en koestert andere religieuze waarden. De vier typen maken zelfs verschillende tekeningetjes. De plaats in de geboortेरij in een gezin heeft geen invloed op je persoonlijkheidstype, wat er onder andere op duidde dat ik bezig was met het meten van vier verschillende temperamenttypen, en van denk- en gedragswijzen die teruggaan op onze biologie en die lang voordat we de baarmoeder verlaten in de hersenen zijn geïmplementeerd.

Alle statistische gegevens uit deze steekproef van 39913 anonieme mannen en vrouwen, die ik mijn *Typenstudie* noem, samen met informatie uit de genetica, neurowetenschap, antropologie, psychologie en andere wetenschappelijke disciplines, vormen de basis van mijn bevindingen over Verkenners, Bouwers, Regelaars en Onderhandelaars.

De Studie van de partnerkeuze

Daarna wilde ik uitzoeken of iemands biologische temperament ervoor zorgt dat die persoon voor een liefdespartner aangetrokken wordt tot een bepaald persoonlijkheidstype. Ik had aanwijzingen dat bij elk type een bepaald ander type bijzonder goed paste. Toch maakte ik een tweede studie, de *Studie van de partnerkeuze*, waarbij ik gebruikmaakte van statistische gegevens uit een andere steekproef: 28 128 anonieme heteroseksuele leden van Chemistry.com.

Toen ik naging wie deze mannen en vrouwen wilden ontmoeten zag ik het plan van de natuur: Verkenners voelen zich aangetrokken tot andere Verkenners, mensen die qua temperament veel *dezelfde* eigenschappen hebben. Ook Bouwers voelen zich aangetrokken tot mensen als zichzelf, andere Bouwers. Maar Regelaars neigen naar Onderhandelaars, en Onderhandelaars naar Regelaars. Die twee persoonlijkheidstypen voelen zich aangetrokken tot individuen met een *complementair* temperament.⁷ (Zie aanhangsel B.) Bovendien komen

die patronen net zo goed bij mannen als bij vrouwen voor.

Geen wonder dat zoveel wetenschappers en leken denken dat ‘te-gengestelden elkaar aantrekken’ terwijl zoveel anderen geloven in ‘soort zoekt soort’. Beide patronen komen voor, het hangt er maar vanaf wat je voornaamste persoonlijkheidstype is. Ik had het gevoel of ik een kijkje had genomen in de keuken van Moeder Natuur en daar over haar recepten voor de liefde was gestruikeld.

Maar hoe doorzoekt iemand op een datingsite een serie foto’s en profielen en hoe selecteert of herkent hij of zij zelfs de personen van een bepaald biologisch type?

Het blijkt dat ons gezicht en onze woorden veel zeggen over wie we zijn.

Wat zegt een gezicht?

Neem de iris van het oog. De holtes (of kuiltjes) van de iris en de groefjes (of lijnen die rond de buitenrand van de iris lopen) zijn verbonden met specifieke kenmerken van het temperament. Mensen met meer groefjes zijn impulsiever en eerder bereid toe te geven aan hun verlangens, eigenschappen van de Verkenner. Personen met meer putjes daarentegen hebben meer vertrouwen, zijn hartelijker en tederder, eigenschappen van de Onderhandelaar.

Misschien verklaart dit voor een deel waarom we zo diep in de ogen van een potentiële geliefde kijken, zelfs op een foto. Onbewust vangen we subtiele boodschappen op over het temperament – hoe hij of zij waarschijnlijk zal denken en handelen in de toekomst.

We geven nog meer over ons temperament te kennen door de bouw van ons gezicht. Geprononceerde vierkante kaken, hoge uitstekende jukbeenderen, zware wenkbrauwen en een breed, hoog voorhoofd wijzen allemaal op een behoorlijke testosteronactiviteit, de voornaamste chemische stof van de Regelaar. Zelfs vrouwen met een hoog testosterongehalte hebben heel wat van deze kenmerken. Kijk maar naar de hoge jukbeenderen, de brede kin en het hoge voorhoofd van veel vrouwelijke beroemdheden.

Ook het oestrogeengehalte is bij beide seksen aan het gezicht af te lezen. Een frisse, gladde huid, volle lippen, een kleine neus, een rond,

zacht gezicht, fijne wenkbrauwen en andere babyachtige trekken wijzen allemaal op een hoge oestrogeenactiviteit.

Ik heb geen studies gevonden over de gelaatstrekken die verbonden zijn met dopamine, de chemische stof die overheerst bij de Verkenner, of met serotonine, de voornaamste chemische stof van de Bouwer. Op één uitzondering na: personen met een specifieke dopamineactiviteit hebben meestal expressievere gezichten. Toch vermoed ik dat de Verkenners en de Bouwers beiden verschillende gelaatskenmerken hebben – en ooit zullen de wetenschappers ze ontdekken.

‘Beloven, veel beloven is de ziel van een advertentie,’ zei Samuel Johnson, de achttiende-eeuwse literaire leeuw. We beloven veel met onze gezichten, ook bepaalde fundamentele kenmerken van het temperament die we in een liefdesrelatie meenemen.

Verlokkende woorden

Verkenners, Bouwers, Regelaars en Onderhandelaars maken hun specifieke temperament ook duidelijk met hun woorden.

Die uitspraak heeft een geschiedenis, die bekendstaat als de *lexicale hypothese*. Rond 1930 stelden psychologen dat mensen, als ze een beschrijving geven van zichzelf, woorden en zinnen kiezen waarmee ze de eigenschappen benadrukken die zij beschouwen als de belangrijkste van hun zijn. Mettertijd worden die woorden in hun spreekgewoonten gecodeerd.

Deze keer maakte ik dus gebruik van een andere statistische steekproef, afkomstig van 178 532 anonieme mannen en vrouwen op Chemistry.com, waarmee ik mijn Studie van de woordtypen op touw zette. Ik stelde een lijst samen van 170 woorden en onderzocht hoe vaak elk persoonlijkheidstype die woorden gebruikte bij de beschrijving van zichzelf en van zijn verwachtingen omtrent een partner.

Avontuur is het woord dat het vaakst voorkwam bij de Verkenners. De andere negen waren achtereenvolgens: *risico*, *spontaneïteit/spontaan*, *energie*, *nieuw*, *plezier*, *reizen*, *hartelijk*, *hartstocht* en *actief*.

Familie is het meest gebruikte woord bij de Bouwers. Daarna zijn Bouwers gek op de woorden *eerlijkheid*, *meelevend*, *moraal/moreel*, *respect*, *loyaal*, *vertrouwen*, *waarden*, *liefshebbend* en *betrouwbaar*.

Intelligent en *intelligentie* staan samen boven aan de woordenlijst van de Regelaars. Maar Regelaars staan ook positief tegenover *intellectueel*, *debat*, *sukkel*, *klungel*/*klungelig*, *ambitie*/*ambitieuus*, *gedreven*, *politiek*, *uitdaging*/*uitdagend* en *werkelijk*.

Je kunt wel raden wat de favoriete woorden van de Onderhandelaars zijn. *Hartstocht* en *hartstochtelijk*. Deze mannen en vrouwen gebruiken ook graag *werkelijk*, *hart*, *vriendelijk*/*vriendelijkheid*, *gevoelig*, *lezen*/*lezer*, *lief*, *kennis*/*leren*, *willekeurig*/*toevallig* en *empathisch*/*empathie*.

Woorden, woorden, woorden. Zoals Mark Twain zei: 'Het verschil tussen het juiste woord en het bijna juiste woord is het verschil tussen bliksemvuur en een vuurvliegje.' Woorden zijn verbale elektriciteit. Als de leden van Chemistry.com het profiel van potentiële partners lezen, moeten ze bepaalde woorden zien die hen onmiddellijk naar specifieke persoonlijkheidstypen leiden.⁸

Je primaire en secundaire type

We zijn het uithangbord van onze genetische aard. En hoewel ieder van ons een uniek mengsel is van alle vier de persoonlijkheidstypen, geven we van enkele van deze typen vaker (en natuurlijker) blijk dan andere. Ikzelf bijvoorbeeld ben hoofdzakelijk Verkenner en in de tweede plaats Onderhandelaar. Ik heb maar een paar eigenschappen van de Regelaar en nog minder van de Bouwer; bovendien handel ik soms 'karakterloos'.

Maar ik ben van mening geraakt dat zowel *je primaire als secundaire type de spil van je temperament is*.

Patrick, de kersverse echtgenoot van Suzanne, liet duidelijk merken wat zijn primaire en secundaire type is: hij is in de eerste plaats Onderhandelaar en in de tweede plaats Verkenner. Enkele minuten nadat Patrick enthousiast dat Italiaanse restaurant binnen was gestapt op de avond van zijn huwelijk etaleerde hij veel eigenschappen van die beide typen.

Om te beginnen was hij onmiddellijk charmant; hij was fijngevoelig voor de mensen om hem heen en wist geweldig goed hoe hij met iedereen om moest gaan. Hij straalde warmte en oprechtheid uit. Bovendien was Patrick 'sociaal geëngageerd'. In zijn vrije tijd gaf hij En-

gelse les aan immigranten uit Afrika en Azië en stuurde hulpgoederen naar oorlogsvluchtelingen in buitenlandse kampen. Sterker nog, omwille van zijn verbale vermogens, zijn soepele omgangsvormen, zijn empathie en flexibiliteit kon hij gedijen in landen waar weinigen durven te werken en waar velen die er werken, falen. Patrick was een Onderhandelaar in hart en nieren.

Maar zijn secundaire type, de Verkenner, was ook overduidelijk zichtbaar. Patrick had een aanstekelijke spontaneïteit. Toen ik tijdens de huwelijksceremonie vroeg of ik een slokje wijn mocht, antwoordde hij goedhartig: 'Alle wijn?' Tijdens een van de rocknummers greep hij de microfoon en gaf in zijn deftige witte trouwpak een Elvis Presley-imitatie ten beste: de typische fratsen van iemand die sociaal risico's neemt. En de hele avond zigzagde hij tussen de ballonnen door naar alle tafels en trok zelfvoldane 'singles' tevoorschijn om te dansen op de rock-'n-roll. Patrick was een mooi mengsel van de verbaal begaafde, fantasievolle, meevoelende Onderhandelaar en de energieke, nieuwshongerige Verkenner. Suzanne had hem waarschijnlijk meteen ingeschat toen ze op Chemistry.com zijn foto zag en zijn profiel las.

Ik bracht niet veel tijd door met Suzanne op de avond van haar huwelijk; begrijpelijk, ze had het erg druk. Maar ze had me verteld dat ze in de eerste plaats een Regelaar was en in de tweede plaats een Bouwer. Dus kon ik vanuit mijn ervaring haar temperament wel enigszins thuisbrengen.

Als Regelaar was Suzanne hoogstwaarschijnlijk gerichtter dan haar kersverse echtgenoot; ongetwijfeld ging ze op een resolute maar inventieve manier recht op haar doel af. Naast dat betoverende gezichtje en haar zandloperfiguur was Suzanne bijna zeker openhartiger, analytischer, veeleisender en ook onafhankelijker. En als Bouwer was ze ongetwijfeld plichtsgetrouwer en behoedzamer dan haar nieuwe partner.

De 'juiste' combinatie

Hoogst opmerkelijk aan die prachtige bruiloft is dat Patrick en Suzanne perfect passen in een van de patronen van de natuur. Zoals je weet

zijn hun primaire typen, de Onderhandelaar en de Regelaar, tot elkaar aangetrokken. Bovendien kunnen hun secundaire typen, de Verkenner en de Bouwer, elkaar in evenwicht houden en zorgen voor de kracht die de ander nodig heeft. Dus terwijl ik toekeek hoe Patrick en Suzanne hun beloften uitwisselden en daarna rondzwierden over de dansvloer, vroeg ik me plotseling af hoe het ze in de toekomst zou vergaan.

Zouden ze over vijftig jaar nog verliefd zijn?

Ik dacht van wel – om biologische redenen.

Onderhandelaars en Regelaars hebben een heel ander basistemperament. Maar deze typen waarderen elkaars denkrant. Beide typen stellen zich graag mogelijkheden voor en houden ervan om theorieën te ontvouwen. Patrick en Suzanne zullen dus waarschijnlijk jarenlang met plezier praten over hun opvattingen en persoonlijke filosofieën. Toch zullen ze alle twee elkaar aanvullen in hun gesprekken. Terwijl Patrick de grote lijnen zal zien, zal Suzanne ongetwijfeld meer weten over een kleiner stuk van de sociale, politieke of ethische puzzel. Ze zullen bijna zeker op elkaar indruk maken met hun kennis en ideeën.

Deze twee typen hechten veel belang aan hun onafhankelijkheid, hoewel Suzanne er waarschijnlijk veel beter mee zal omgaan aangezien Regelaars normaliter openhartig en nuchter zijn. Maar Patrick zal Suzannes vrijmoedige, resolute natuur waarderen – want Onderhandelaars zijn piekeraars. Ze leven dikwijls in een innerlijke wereld vol gewetensonderzoek, keuzen en ethische verwickelingen die hen ervan weerhoudt tot een beslissing te komen.

Ze zullen elkaar ook wederzijds bewonderen. Suzanne bewondert, vermoedelijk, Patricks fantasie, inzicht en vermogen om mensen te begrijpen en doeltreffend met hen om te gaan. Ze zal zich ook nestelen in zijn medeleven, enthousiasme en oprechtheid. En haar scepticisme zal het gemakkelijke vertrouwen van Patrick compenseren.

Maar het leven zal niet alleen rooskleurig zijn voor dit dynamische paar. Regelaars respecteren zelfbeheersing. Dus zal Suzanne Patricks impulsieve optreden bij tijd en wijle een beetje overdreven vinden. Ook zal ze wel eens geërgerd raken door zijn intuïtieve kant. Regelaars zijn logisch en kunnen van hun stuk gebracht worden door de ongebreidelde fantasie van Onderhandelaars. Intussen zal Patrick af en toe denken dat hij gek wordt van Suzannes pragmatisme. Ook hun

secundaire typen, de Verkenner en de Bouwer, zullen zich doen gelden in hun relatie: af en toe zal Patrick zich wel geremd voelen door Suzannes behoedzaamheid, terwijl Suzanne tabak kan krijgen van de onpraktische kant van Patrick.

Desondanks heeft de natuur Patrick en Suzanne veel complementaire primaire en secundaire eigenschappen geschonken. Met die grote stimulans van hun biologische aard, samen met een beetje werk en wat geluk, hebben ze een prima kans om voor altijd 'in de pas' te lopen, precies zoals ze dat deden toen ze rondzwierden over de dansvloer op die opgewekte bruiloftsavond: twee heel verschillende personen die volmaakt met elkaar in harmonie waren.

Onze 'wederhelft'

In *Symposium* beschrijft Plato een feestelijk diner in het Atheense huis van Agathon in het jaar 416 voor Christus. Vele wijzen uit het klassieke Griekenland waren aanwezig. En toen ze op hun chaises longues lagen stelde een van de gasten voor om als tijdverdrijf de god van de liefde te beschrijven. Iedereen was het ermee eens en om de beurt hielden ze een lofredde op de Liefde.

Op die bijeenkomst verzong Aristophanes zijn bekende verhaal over de mannen en vrouwen aan het begin der tijden. Elk paar, mijmerde hij, vormde oorspronkelijk één enkel wezen. Twee hoofden, twee rompen, twee stellen genitaliën, vier benen: elke manvrouw was één beest. Maar die reuzen kwamen in opstand. En omdat ze een bedreiging vormden voor de troon van Zeus, nam deze heerser over het universum represailles, splitste elke reus in tweeën en creëerde zo man en vrouw. Sindsdien, verklaarde Aristophanes, is ieder van ons op zoek naar zijn of haar ontbrekende wederhelft.

Wil je weten wat jouw primaire en secundaire persoonlijkheidskenmerken zijn? Doe dan mijn test in het volgende hoofdstuk zodat ik je om te beginnen enige inzichten van de natuur kan bieden over wie je bent, waarom je tot een bepaalde persoon wel wordt aangetrokken en niet tot een andere en hoe je jouw wederhelft kunt vinden en begrijpen.