# **Beter/Leven: onthouden vrouwen gezichten beter dan mannen?**

**Antwoord op lezersvragen over gezondheid, voeding, leefstijl en psyche. De vraag van deze week: zijn vrouwen beter in gezichten onthouden dan mannen?**

Een mens kent gemiddeld zo’n 5000 gezichten, beroemdheden meegerekend. Dat concludeerden onderzoekers van de Universiteit van York begin oktober. Het is een eerste ruwe schatting, gebaseerd op 25 proefpersonen, en zegt niets over hoeveel gezichten we maximaal kunnen onthouden. Maar één ding is duidelijk: ons geheugen zit vol gezichten.
Sommige mensen lijken de kunst van gezichten inprenten echter beter onder de knie te hebben dan anderen. Zij herkennen vage bekenden van mijlen afstand, ongeacht hoe lang geleden ze hen voor het laatst zagen. En ze komen nooit in zo’n gênante situatie waarin je halverwege een gesprek pas ontdekt dat je de ander al eerder hebt ontmoet. Vooral vrouwen zouden goed zijn in gezichten onthouden, zweren sommigen. Maar is dat echt zo?
De Britse gezichtenstudie keek niet naar geslachtsverschillen, maar er zijn wel andere aanwijzingen dat die aanname klopt. Uit verschillende experimenten blijkt dat vrouwen een beter zogenaamd episodisch geheugen hebben. Daar valt alles onder wat we meemaken, zoals de dingen die we doen, wat we horen of zien en de mensen die we ontmoeten.
Eén van de methodes die psychologen gebruiken om het episodisch geheugen te testen is een gezichtsgeheugentest. Proefpersonen bekijken afbeeldingen van onbekenden waarop alleen het hoofd zichtbaar is, geen kapsel of kleding. Op een later tijdstip krijgen ze opnieuw afbeeldingen te zien, en moeten ze aangeven wie ze herkennen uit de eerdere sessie. Vrouwen scoren op die taak doorgaans beter dan mannen. Onderzoekers van de Canadese McMaster Universiteit vonden in 2013 een mogelijke verklaring: ze besteden meer aandacht aan het bekijken van gezichten. Uit registratie van de oogbewegingen bleek dat vrouwen gemiddeld meer delen van het gezicht bestudeerden. Vervolgens waren ze ook weer beter in de herkenningstaak.
Dit soort studies zijn echter lastig naar de praktijk te vertalen, stelt hoogleraar neuropsychologie Beatrice de Gelder (Universiteit van Maastricht). Want betekent het feit dat je onbekende gezichten in een experiment gemakkelijk onthoudt dat je ook op straat oude bekenden sneller herkent? Of dat je meer gezichten in je langetermijngeheugen opslaat? Een gezicht herkennen en onthouden is zelfs niet altijd hetzelfde. Denk maar aan die keren dat je iemand tegenkomt waarvan je je uren later nóg afvraagt waar je die ook alweer van kende. De Gelder: ‘Intuïtief zou je inderdaad zeggen dat vrouwen beter gezichten onthouden, maar dat is meer vanuit de aanname dat vrouwen in het algemeen beter zijn in het oppikken van sociale signalen, zoals lichaamstaal. Maar betrouwbaar onderzoek is er niet, omdat in het dagelijks leven allerlei factoren meespelen.’
Zo zijn sommige gezichten memorabeler dan andere, bijvoorbeeld vanwege een opvallend vrolijke of boze uitdrukking. Hetzelfde geldt voor gezichten die je uitzonderlijk mooi of lelijk vindt. Verder speelt motivatie een rol. De Gelder: ‘Bij personen waar we meer interesse hebben, zal het brein meer moeite doen om het gezicht in detail op te slaan en te herinneren.’
Studies zoals het eyetrackingexperiment uit Canada lijken wel aan te tonen dat vrouwen in de basis al meer moeite daarvoor doen dan mannen. ‘Maar dan is de vervolgvraag: waarom?’ zegt De Gelder. Die vraag is volgens haar lastig te beantwoorden, maar het zal eerder sociaal dan biologisch zijn. ‘Misschien vinden vrouwen sociale interactie belangrijker, of denken ze het harder nodig te hebben om vooruit te komen in het leven? Daardoor letten ze misschien onbewust meer op wie hen kan helpen, wiens gezicht ze moeten onthouden. Terecht of niet, dat soort gedachtepatronen kunnen meespelen.’ Van mannen wordt het ook makkelijker geaccepteerd als ze slecht zijn in mensen herkennen, denkt De Gelder. Bij een vrouw wordt het sneller gezien als een teken van slechte sociale vaardigheden. Het is dus misschien aangeleerd gedrag, om aan sociale normen te voldoen.
Dat is goed nieuws voor iedereen – man of vrouw – die graag wat bedrevener zou raken in het onthouden van gezichten: het valt met een beetje harder werken misschien wel te verbeteren. Gewoon íets geconcentreerder kijken en íets meer details in je opnemen, de volgende keer dat je met een nieuw persoon in gesprek raakt.