

Aleman – Hersenspingsels

"Waarom we dingen zien, horen en denken die er niet zijn". Dit is de subtitel van een nieuw boek van de hoogleraar cognitieve neuropsychiatrie André Aleman, die zijn sporen verdiende met onderzoek naar wanen en hallucinaties. Het boek verscheen begin dit jaar en werd al een aantal keren herdrukt, maar bleef bij ons ergens op een stapel liggen. Ten onrechte!

Het thema van dit boek is het brein, dat ons regelmatig foft waardoor er vaak een dunne grens is tussen normaal en abnormaal. Of zoals de schrijver het zelf zegt in zijn voorwoord: "Een kenmerkende eigenschap van onze hersenen is, dat we niet alleen de werkelijkheid om ons heen ervaren, maar ook een denkbeeldige wereld in ons hoofd kunnen oproepen. Die denkbeeldige wereld creëren we in een samenspel van informatie uit ons geheugen en actieve bewerkingen daarop... De keerzijde van de medaille is dat niet alles wat in ons geheugen is opgeslagen ook echt gebeurd is. Sommige dingen hebben we alleen maar bedacht, of in een roman gelezen. Onder bepaalde omstandigheden, waarbij stress en genetische factoren een belangrijke rol spelen, kan het erg moeilijk worden om werkelijkheid en verbeelding uit elkaar te houden."

In een achttal hoofdstukken legt de schrijver ons duidelijk uit waarom ons brein ons regelmatig op het verkeerde been zet en hij heeft daar een minimum aan eenvoudige woorden voor nodig. Beschrijvingen van beroemde psychologische experimenten dienen als illustratie, zijn eigen realistische patiëntenbeschrijvingen en de auteur laat ons vaak in zijn laboratorium kijken naar de opzet en uitvoering van psychologische experimenten. Om alles beter te kunnen begrijpen geeft hij ook wat extra's, over bijvoorbeeld neurotransmitters, scantechieken, transcraniële magnetische stimulatie (TMS). Maar vooral lezen we toch over het verschil tussen illusies en hallucinaties, over beelden die opgebouwd worden door specifieke hersengebieden vanuit de informatie die via de ogen binnenkomt. We zien dat de logica bij het denken vaak ondergeschikt is aan de beperkte eigen ervaringen. We zien ook, dat als er alleen maar hallucinaties of wanen zijn, dat niet wil zeggen dat iemand een psychische stoornis heeft. Aan de ene kant van de schaal blijkt, dat één op de zes mensen wel eens iets hoort of ziet wat er in werkelijkheid niet is, aan de andere kant blijkt dat (slechts) 1% schizofrenie heeft.

Het begrip 'kwetsbaarheid voor psychosen' wordt besproken en er wordt uitgelegd, dat overhaaste conclusies, moeite hebben met het je verplaatsen in een ander en verkeerde eigen verklaringen een belangrijke rol kunnen spelen bij de vorming van een waan. De verschillende omstandigheden die het ontstaan van hallucinaties kunnen bevorderen komen aan bod en ook de invloed van voorkennis, verwachtingen en het door elkaar halen van externe en interne informatiebronnen (bijvoorbeeld innerlijke spraak) bij die persoon met hallucinaties. Met een interessant hoofdstuk over ziekte-inzicht bij psychosen eindigt dit voor een breed publiek geschreven boek.

Een aanrader!

Ruud van Dorth