

Bram Bakker

Psychiater Bram Bakker (54) buigt zich elke maand over onze geestelijke gezondheid.



WETEN & VERGETEN

Er zijn slachtoffers van seksueel misbruik in deze wereld. Helaas. Het is een probleem dat door de geschiedenis van de mensheid heen loopt, ongeacht tijd, land of geloof. Waar het vandaan komt, weet niemand precies; het heeft ongetwijfeld iets te maken met basale driften die niet beteugeld worden.

Ineens was het weer overal in het nieuws, een paar maanden geleden: een schrijfster die in therapie had ontdekt dat ze was misbruikt door haar vader, een jonge vrouw uit Utrecht die slachtoffer werd van een recidiverende zedendelinquent, een producent in Hollywood die zijn macht misbruikte – zo kan ik nog even doorgaan.

Toch blijkt dat de meeste mensen die ooit ten prooi vielen aan aanranding of verkrachting, er geen of weinig last van hebben, in hun leven in het hier en nu. Er zijn zelfs mensen die seksueel grensoverschrijdend gedrag hebben meegemaakt maar zich daar niets van herinneren. En nog ingewikkelder: er zijn mensen die geloven dat ze in hun jonge jaren zijn aangerand of verkracht maar waarbij ieder bewijs ontbreekt. Over hoeveel mensen het gaat weet niemand.

De oorzaak dat we ons iets niet kunnen herinneren terwijl er toch sprake was van een ingrijpende gebeurtenis, zoeken de wetenschappers in het brein. Het functioneren van onze hersenen wordt beïnvloed door stress, zoveel is algemeen bekend. Iets specifiek lijkten vooral de geheugenfuncties kwetsbaar: iets onthouden kost ons allemaal veel moeite als we gestrest zijn. En feiten uit ons geheugen tevoorschijn halen lukt beter als je ontspannen bent. Uit de verhalen van mensen met een posttraumatisch stresssysteem hebben we in ieder geval kunnen leren dat de feitelijke betrouwbaarheid van

hun herinneringen vaak zeer te wensen overlaat. De claims van jonge vrouwen met ernstige psychische problemen, die met behulp van therapeuten leerden geloven dat deze het gevolg waren van seksueel misbruik, bleken in de rechtszaal vaak niets waard zonder juridisch bewijs.

Bij stress functioneert ons geheugen slechter

Er zijn onterechte beschuldigingen geweest die het leven van de veronderstelde daders hebben geruïneerd; bewijs maar eens dat je onschuldig bent. En dat terwijl de onterechte beschuldiging vaak van iemand kwam die er heilig van overtuigd was dat er misbruik had plaatsgevonden.

De grote boosdoener in dit soort kwesties is het geheugen. Van veel ellendige gebeurtenissen herinneren we ons niet of nauwelijks de details, en daar hebben we baat bij. Het stresshormoon cortisol zorgt dat potentieel traumatische informatie niet bij ons binnenkomt, slecht wordt opgeslagen of niet kan worden teruggevonden. In het licht van de evolutie is dat gewenst.

In rechtszaken gelden heel andere regels: eerst overtuigend bewijs, en dan pas eventueel veroordeling. Dat er een grote psychologische behoefte aan erkenning bestaat bij slachtoffers is volstrekt begrijpelijk. Maar dat ons brein in de loop der tijd herinneringen kan produceren die niet overeenkomen met de kale feiten vinden we lastig te accepteren. Het slachtofferschap is erbij gebaat dat de omgeving alles gelooft van wat wordt beweerd. Ons brein maakt dat ook nog eens mogelijk.

BRAM BAKKER
F

Foto Hadewych Veys

