

## De hardnekkige mythe van 'Valse' herinneringen

Afwijzende reacties op Griet op de Beeck ontrafeld

Toen de Belgische schrijfster Griet op de Beeck in september 2017 in een praatprogramma op televisie vertelde dat zij stukje bij beetje herinneringen terugkreeg over incest door haar (inmiddels overleden) vader, reageerden veel vrouwen met herkenning (dit speelde zich af aan het begin van '#MeToo', waarin wereldwijd vrouwen openlijk vertelden over seksuele intimidatie en geweld door mannen in machtsposities).

Anderen – opvallend veel mannen – trokken haar verhaal in twijfel en refereerden steevast aan een boek dat geschreven was door emeritus hoogleraar Rechtspsychologie Hans Crombag en collega Harald Merckelbach. De strekking van het protest was steeds: 'Dat klopt niet, het is niet waar, het zijn valse herinneringen, het valt niet meer te bewijzen, je bent beïnvloed, gehersenspoeld door je therapeut.' Het boek uit 1996 dat werd (en wordt!) aangehaald is getiteld: *Hervonden herinneringen en andere misverstanden*. Hier wordt meteen al in de titel een frame neergelegd: hervonden herinneringen zijn een misverstand. Omdat dit boek zo vaak als bron wordt aangehaald, ben ik het maar eens grondig gaan bestuderen, van pagina 1 tot en met pagina 247. En mijn conclusie is: het is een eenzijdig boek, omdat het de beperkingen toont van een louter juridische benadering. Het lijkt geschreven zonder enige kennis van psychotrauma.

Er zijn vele redenen waarom ik bezwaren heb tegen dit boek, ik noem er hier slechts enkele.

### ***'Geen bewijs' is niet gelijk aan 'onwaar'***

Ten eerste zijn de schrijvers rechtspsychologen. Ze hielden zich in de jaren negentig van de vorige eeuw bezig met wat wel of niet 'waar' was in een rechtszaal. In die rechtszalen werd men in toenemende mate geconfronteerd met beschuldigingen van vrouwen die jaren geleden waren misbruikt door mannen (vaders of andere familieleden of bekenden). Soms ging het om vrouwen die door hypnose of andere therapeutische interventies hadden herontdekt dat ze vroeger misbruikt waren en die hun daders alsnog voor het gerecht sleepten. Deze vermeende daders ontkenden meestal en daar had je de patstelling: wiens woord moest de rechter geloven? Er waren (uiteraard!) geen bewijzen; er waren verhalen en klinische observaties. Tot mijn grote schrik zeggen Crombag & Merckelbach hierover: 'Wat niet door gecontroleerd onderzoek kan worden vastgesteld, bestaat vooralsnog wetenschappelijk niet' (p. 242). Hiermee halen zij een streep door practice-based evidence en klinische observaties in de professionele begeleidingspraktijk.

In de rechtszaal betekent een zaak waarin er geen bewijzen zijn, dat de rechter een verdachte niet kan veroordelen. Het betekent niet dat de herinneringen 'vals' zijn of dat de gebeurtenissen niet hebben plaatsgevonden!

### ***'Jaren later' is niet gelijk aan 'onwaar'***

Ten tweede stellen zij dat nogal wat 'late onthullingen' van seksueel misbruik – soms tientallen jaren later – per definitie verdacht zijn, omdat 'een begrijpelijk motief voor

het zwijgen en de late onthulling ontbreekt' (Crombag & Merckelbach, 2017, p. 226). Wat dacht je van gevoelens van angst en schaamte? Tegenwoordig weten wij beter. En bovendien worden veel details van de traumatiserende ervaring en de bijbehorende emoties gefragmenteerd 'weggestopt' door het overlevingsmechanisme van de psyche (zie verder).

De verhalen die naar buiten zijn gekomen onder de hashtags #MeToo en #WhyIdidnotReport zijn schrijnend en hebben allemaal te maken met bedreiging, angst en schaamte; en vooral met *victim blaming* (het slachtoffer krijgt de schuld) en de stressvolle ervaring hertraumatisering van niet geloofd worden.

### ***'Ongeloofwaardig' is niet 'onwaar'***

Ten derde worden ook de 'hervonden herinneringen' zelf in twijfel getrokken. Deze herinneringen achten zij 'ongeloofwaardig' (Crombag & Merckelbach, 2017, p. 35 e.v., p. 226) en 'dus' niet waar. Zij komen tot deze stelling op basis van wat Freud beschrijft over de seksuele fantasieën en het oedipuscomplex, geheugenonderzoek en hun visie op 'dissociatie'. In hun boek wordt Freud wel aangehaald, maar alleen zijn werk van na 1896, waarin hij de symptomen van het lijden baseert op fantasie, wanen en inbeelding (idem p. 81). Aan het levenswerk van Freud wordt wel gerefereerd maar in de context waarin Freud schrijft dat patiënten 'verontwaardigd zijn als zulke scènes opduiken.' In werkelijkheid had die verontwaardiging te maken met Freuds waarschuwing voorafgaande aan de psychoanalyse. Letterlijk zegt hij: 'Meestal reageren zij met verontwaardiging wanneer men hun alvast vertelt dat er zulke scènes aan het licht zouden kunnen komen' (Freud, 1896, p. 27). Crombag en zijn collega zeggen niets over de werkelijke reden waarom Freud zijn stuk introk (Freuds onderzoek naar het lijden van veel vrouwen ten gevolge van mishandeling en seksueel misbruik werd in 1896 niet serieus genomen; Freud werd verguisd en hij trok zijn levenswerk in om er weer bij te horen. Daarna tuigde hij nieuwe theorieën op over seksuele dromen en fantasieën van vrouwen en zelfs kinderen).

Het zijn meestal externe triggers zoals geluiden, geuren, plekken of mensen, die via onwillekeurige lichamelijke reacties het 'ongeloofwaardige' naar voren brengen.

### ***Cognitief herinneren is niet gelijk aan emotioneel en lichamelijk herinneren***

Ten vierde: veel van hun stelling dat 'hervonden herinneringen' vals en onwaar zijn, vindt zijn oorsprong in geheugenonderzoek. Wat het cognitieve geheugen betreft kloppen hun bevindingen: cognitieve herinneringen die in de neocortex worden opgeslagen zijn beïnvloedbaar en kunnen worden gemanipuleerd. De auteurs deden allerlei geheugentests bij studenten en zelfs bij kinderen. Er werd nagegaan of de proefpersonen zich de dingen konden herinneren van een tijdje geleden en of ze die 'herinneringen' konden beïnvloeden. Ten dele lukte dat.

Ook kleine meisjes van vijf tot zeven jaar die gynaecologisch onderzoek moesten ondergaan, werden in het geheugenonderzoek betrokken, om te kijken of ze zich deze 'traumatische' ervaringen zouden kunnen herinneren (Crombag & Merckelbach,

2017, p. 74-75). Hiermee laten ze zien dat ze niets over psychotrauma weten en hoe gefragmenteerd traumatische ervaringen worden ‘opgeslagen’ (zie paragrafen 2.7 en 3.2). Zo’n inwendig onderzoek wordt door een gynaecoloog meestal zeer zorgvuldig, met uitleg, rustig en met zorg voor het meisje uitgevoerd, zo veel mogelijk zonder pijn. Dit heeft met seksueel trauma niets te maken, hooguit ervaart het meisje ongemak of spanning. Logisch dat de meisjes zich het onderzoek in grote lijnen konden herinneren, ook een jaar later (met 5 jaar functioneert de neocortex al prima. Geheugenonderzoek is in het verband van psychotrauma volkomen ontoereikend. Seksueel en ander (chronisch) trauma zijn ervaringen die in andere delen van het brein worden opgeslagen (via het limbisch systeem); en ook nog eens zeer gefragmenteerd, niet als samenhangend geheel. Deze lichamelijk opgeslagen ervaringen kunnen niet worden beïnvloed of gemanipuleerd. Ze kunnen wel worden getriggerd (het limbische systeem is deel van het autonome zenuwstelsel).

Peter Levine bevestigt wat ik hier schrijf in zijn boek Trauma en geheugen (2018, p. 24):

*‘Het grootste probleem wordt gevormd door het feit dat traumatische herinneringen fundamenteel afwijken van andere typen herinneringen.’*

Fragmenten van vergeten, verdrongen of vervaagde ‘herinneringen’ komen voornamelijk door externe ‘triggers’ en via lijfelijke reacties naar voren. Triggers komen via sensorische zenuwbanen ons lichaam binnen. Denk aan triggers als geuren, geluiden, stemmen, beelden en de daarop volgende lichamelijke reacties zoals trillen, misselijkheid, hartkloppingen, pijn op de borst, verlamming, verstijving, transpireren of rillen.

Ook emoties zoals verliefdheid, angst, woede, schaamte kunnen delen van herinneringen naar boven brengen. Natuurlijk zijn er mensen die cognitief beïnvloedbaar zijn door wat een (slechte!) therapeut hen eventueel ‘aanpraat’, maar dat wil niet zeggen dat teruggekregen herinneringen ‘vals’ zijn. Bij psychotrauma, bijvoorbeeld na seksueel geweld, gaat het meestal om opnieuw gevoelde fragmenten van ervaringen, via de sensaties in het lichaam. Als deze fragmenten zich dus via lichamelijke reacties manifesteren moeten we ze wel degelijk serieus nemen, want deze reacties (ik noem ze ‘hervoelde ervaringen’) komen van het autonome zenuwstelsel en zijn niet cognitief te beïnvloeden.

*‘Ik wist gewoon niet meer hoe hij eruitzag. Maar toen ik op het politiebureau een bepaalde foto onder ogen kreeg, begon ik over mijn hele lijf te trillen.*

*Ik werd straalmisselijk en ik moest overgeven. Toen zei de agent: Oké we weten genoeg. Die man werd gearresteerd en het DNA klopte; hij was de dader.’*

Slachtoffer van verkrachting

### ***Selectieve wetenschap is geen ‘waarheid’***

Ten vijfde: ook in 1996 – toen Crombag en Merckelbach hun boek uitbrachten – waren er vele wetenschappelijke internationale onderzoeken over de hele wereld beschikbaar, waarin duidelijk wordt dat een bepaald percentage van in de kindertijd misbruikte mensen het misbruik ‘vergeet’ en zich later weer herinnert (onder anderen Van der Kolk et al., 1995;

Pope & Braun, 1996; Terr, 1994). Crombag en Merckelbach hebben zeer selectief ‘geshopt’ in de wetenschap om hun scepsis te staven.

### ***Ongeïnformeerd is niet gelijk aan onwaar***

Ten zesde: in hun boek twifelen Crombag en Merckelbach eveneens aan het bestaan van dissociatie en andere fenomenen. Die schoffelen ze op dezelfde manier onderuit als bij de hervonden herinneringen. Dissociatie noemen ze ‘een schijnverklaring’ en ‘dus’ niet relevant. Als ze zich ook maar enigszins hadden verdiept in het wezen van trauma, en de psychische en lichamelijke gevolgen van (chronische) traumatisering (Van der Pol, hfst. 3), dan was hun boek nooit geschreven.

### ***Het gebeurt nog steeds***

Ook ik heb als schrijver over psychotrauma in november 2018 deze weerstand tegen ‘hervoelde herinneringen’ (met een vage verwijzing naar het boek van Crombag en Merckelbach) ervaren. Een artikel van mij over heel vroeg trauma van het ongewenste kind, was direct goedgekeurd door de redacteurs van een visieblad voor begeleiders. In dat artikel had ik bekend wetenschappelijk onderzoek over psychotrauma verbonden met professionele klinische observaties en ervaringen uit mijn IoPT-praktijk; het zou in het decembernummer geplaatst worden. Ineens werd het artikel door een nieuwe redacteur van kanttekeningen voorzien. Die kanttekeningen luiden als volgt (letterlijk citaat): ‘Ik heb even snel door het stuk gebladerd. Ik ben niet erg thuis in deze materie, maar op basis van wat ik in het stuk heb gelezen ben ik wel wat sceptisch.’ Hij (zij?) uitte bezwaren tegen mijn verbinding tussen wetenschap en praktijk en ging verder: ‘(..) het komt op mij wat suggestief over; ik moest ook denken aan het onderzoek van collega Merckelbach naar zogenaamde ‘valse herinneringen’. Echter, ik geef eerlijk toe dat ik in deze materie redelijk uninformed ben.’ Daarop vroeg de redactie mij om het werk te herschrijven, wat ik op basis van deze vage, onwetenschappelijke opmerkingen heb geweigerd. Het eerder goedgekeurde artikel werd vervolgens niet geplaatst\*. Zo gaat het dus; wat we niet willen horen wijzen we af.

Daarmee doen we overlevers van mishandeling en seksueel misbruik schromelijk tekort.

### ***Literatuur***

- Crombag, H., Merckelbach, H. (1996/2017). *Hervonden herinneringen en andere misstanden*. Amsterdam: Atlas Contact.
- Freud, S. (1896). *Über die Aetiologie der Hysterie*. Ned. editie (1985): ‘Over de etiologie van de hysterie’. In *Klinische beschouwingen 1*. Meppel: Boom.
- Kolk, B. van der & Fischler, R. (1995) Dissociation and the Fragmentary Nature of Traumatic Memories. *Journal of Traumatic Stress*, 8, 505-525.
- Levine, P.A. (2018). *Trauma en geheugen*. Eeserveen: Mens!
- Masson J. (1984/2003). *Assault on Truth*. New York: Ballantine Books.
- Pope, K. & Brown L. (1996). *Recovered Memories of Abuse: Assessment, Therapy and Forensics*. Washington: APA.
- Pol, G.M. van der (2019). *Coachen waar het pijn doet*. Amsterdam: uitg. Boom.

Pope, K. & Brown L. (1996). *Recovered Memories of Abuse: Assessment, Therapy and Forensics*. Washington: APA.  
Terr L. (1994). *Unchained Memories: True stories of Traumatic Memories, Lost and Found*. New York: Basic Books.

*Voetnoot*

\* Het artikel getiteld 'Ik wil mij niet' werd wel in een ander vaktijdschrift geplaatst en staat ook op mijn website.