Hoofdstuk II: De studie van het geheugen (pp. 97-268)
3. De dieptepsychologische benadering (pp. 119-134)

§1. De dieptepsychologen hebben nooit de bedoeling gehad een systematische theorie voor het geheugen op te stellen. Ze stelden enkel een aantal eigenaardige observaties vast uit klinische vaststellingen.

3.1 De verdringingshypothese (p. 119)

§2. Freud probeerde aan te tonen dat bepaalde neurotische gedragsontwikkelingen toe te schrijven zijn aan het optreden van traumatische gebeurtenissen uit de kindertijd, die door de persoon uit het bewust ervarene verdrongen, en bijgevolg vergeten worden. De verdrongen ervaringen blijven echter actief en willen zich uiten in het bewustzijn, hetgeen vaak gebeurt via deze neurotische gedragingen.

§3. Freud beschrijft deze vorm van amnesie als “motivationeel vergeten”: de verdringing wordt gebruikt om pijnlijke emoties niet opnieuw moeten verwekt worden.

§4. Freud beschrijft dus wél het opnemen en verwerken van ervaring, maar geeft de verklaring voor het pseudo-vergeten in een defect wederoproepen van ervaring.

3.2 De droomanalyse (p. 119-120)

§5. Met de droomanalyse wil Freud aantonen dat wat in ons geheugen bewaard blijft, niet zomaar passief blijft. Er bestaat een reeks van steeds variërende verbanden tussen de inhouden. Deze dynamiek geeft vaak aanleiding tot rare samenstellingen.

§6. De taak van de psychoanalyst is nu deze dromen te analyseren, en dus elk verband te ontrafelen, en terug te brengen tot de feiten. Soms worden in de droom verschillende personen samengevoegd tot één (verdichting), soms worden gevoelens en ervaringen naar een ander persoon verplaatst (verschuiving). Uiteraard zit de droom boordevol (rare) associaties.

§7. Belangrijke voorbeelden zijn de botanische monografie, waarin Freud de droom in 5 regels samenvat, maar pagina’s besteedt aan de analyse ervan. Een dagrest wordt verschoven naar een onschuldige gebeurtenis diezelfde dag.

3.3 Het “normaal” vergeten (p. 120-122)

§8. De fascinatie van Freud voor dit thema groeide uit een alledaagse situatie, waarbij Freud niet op de naam van een kunstenaar kon komen, uiteindelijk via allerlei omwegen omdat hij een vorig gesprek niet had beëindigd, en er dus verstoring was vanwege elementen uit dit gesprek die Freud had verstoten (wegens ongepast).

§9. Ook versprekingen en toevallige gedragingen worden met dezelfde denkkaders uitgelegd. Freud geeft bijvoorbeeld aan hoe een heimelijke wens of afkeer ons op een kritiek moment net het tegenovergestelde doet zeggen (de vergadering sluiten als je ze

moet openen). Ware emoties en motieven laten zich volgens Freud niet zomaar wegdrukken. Ze steken soms de kop op en kunnen onze sociale omgeving verstoren.

3.4 Kritische evaluatie (pp. 122-134)

§10. Om verdringing aan te tonen, moest men situaties creëren die door mensen als negatief werden ervaren, en te testen dat zij dit achteraf niet meer zouden herinneren. Daarnaast moet worden aangetoond dat actualisatie mogelijk is, mits het opheffen van de context van verdringing. Dit is zeer moeilijk, vermits emoties zich niet aan/uit laten schakelen.

3.4.1 Polyanna principe (pp. 122-123)

§11. Een eerste onderzoeksrichting ging na of negatieve ervaringen sneller vergeten werden dan positieve, wat volgens de theorie zo moest zijn. Positieve en negatieve emoties werden gecreëerd, en het vergeten werd onderzocht; 39/52 studies toonden aan dat het positieve veel beter werd onthouden.

§12. Dit principe wordt het polyanna principe genoemd, naar Polyanna, de kind-heldin uit een boek van Porter, gekenmerkt door een groot optimisme.

§13. Freud had echter traumatische gebeurtenissen op het oog, en niet zozeer dagelijkse negatieve emoties (maar zijn die traumatische gebeurtenissen mogelijk in laboratoriumcondities?). Daarenboven ontbreekt in deze onderzoeken de fase van "uitschakeling".

§14. Ten slotte werd ook vastgesteld dat een herinnering beter reproduceerbaar is, naarmate de emotie tijdens de reproductie overeenkomt met de emotie bij de ervaring zelf.

3.4.2 Intentioneel vergeten (pp. 123-125)

§15. Een tweede onderzoeksrichting richtte zich op het proces van verdringing zelf, maar dan onder de vorm van intentioneel vergeten. Wanneer een proefpersoon een situatie voorgeschoteld kreeg, en onmiddellijk werd gevraagd dit weer te vergeten, slaagde hij er des te meer in ze net wél te reproduceren.

§16. In een tweede experiment stelde men vast dat vergeten succesvol is indien het hele leergebeuren vergeten kan worden (een ganse reeks woorden), veel beter dan wanneer slechts een deel vergeten mocht worden ("je mag het hiervoorgaande vergeten, en enkel nog de nieuwe woorden onthouden").

§17. Daarenboven werd ook vastgesteld dat een expliciete vergeet-instructie een speciale (perceptuele?) benadrukking van dit leergegeven impliceert, wat vaak een betere retentie inhoudt (cf. §15)

§18. Markant hierin is het "witte beer experiment". Per gedachte aan een witte beer werd een belletje gerinkeld. Eén groep moest eerst de gedachte onderdrukken, en dan gedurende een tijd oproepen; de andere groep net omgekeerd. De conclusies:

gedachte-onderdrukking had initieel een paradoxaal effect – personen die de gedachte aanvankelijk moesten onderdrukken, konden dit absoluut niet. Vervolgens zal "intensiever" gedacht worden in de oproepfase ná de suppressie: dit noemt met het rebound effect of thought suppression (de gedachte gaat zich opdringen aan het bewustzijn).

§19. Hoe werkt dit mechanisme? Wanneer proefpersonen iets moeten vergeten, zullen ze de aandacht verleggen naar iets anders in de omgeving. Dit kan maar korte tijd de aandacht vasthouden, en dan keert het bewustzijn terug naar de vergeet-gedachte. De afleider zal als het ware gecontamineerd worden met het te onderdrukken thema. Naarmate men hardnekkiger onderdrukt, zullen meer gedachten gecontamineerd raken, en de te onderdrukken gedachte makkelijker in het bewustzijn binnendringt.

§20. Een ander bewijs is de proefpersonen met verplichte gedachten de vergeet-gedachte te laten onderdrukken, en daarna de context gelijk laten of veranderen; conclusie: gelijke context = meer gecontamineerde gedachten.

§21. Een verder experiment laat een groep expliciet onderdrukken, en een andere oproepen. De suppressiegroep zal vaker en intensiever de desbetreffende gedachte hebben. Blijkbaar treedt de ongewenste gedachte al tijdens moedwillige pogingen tot onderdrukking in verhevigde mate op.

§22. In een wat meer uitgewerkte theorie stelt Wegner (1994) dat er bij gedachte-onderdrukking 2 processen actief zijn: een bewust en inspanning vergend proces dat voortdurend afleidende stimuli zoekt, en daarnaast een onbewust en moeiteloos controlerend proces dat toegespitst is op het produceren van de ongewenste gedachte. Het controlerend proces zal zorgen voor herkenning indien de ongewenste gedachte opduikt. Op dat punt vertrekt het eerste operatief proces opnieuw…

§23. Personen die een reactietaak moeten uitvoeren onder tijdsdruk zullen een ongewenste gedachte beter onderdrukken. Ook emoties zouden interfereren met het optimaal functioneren van het operatieve proces en dus gedachte-onderdrukking bemoeilijken.

§24. Freud had duidelijk situaties voor ogen waarbij het intentioneel vergeten van emotionele gebeurtenissen betrekking heeft op situaties die rechtstreekse consequenties hebben op de persoon zelf. Een dergelijk vergeten is bijgevolg adaptief, aangezien de persoon zich van de pijnlijke gedachte bevrijdt. De vergeten gedachte is echter verdrongen, en komt terug onder neurotische gedragingen.

3.4.3 Flashbulb memories (pp. 125-127)

§25. Wanneer een persoon getuige wordt van een emotioneel gebeuren, stelt men vast dat dit emotionele gebeuren op een bijzondere wijze onthouden wordt. Wanneer iemand gevraagd wordt wat hij op dag x van maand y in jaar z deed, weet die dat meestal niet; maar wanneer erbij verteld wordt dat op die dag feit x plaatsvond (overlijden van Lady Di, koning Boudewijn,…), weet die persoon meteen hoe hij dit vernam en wat hij toen aan het doen was, hoe de mensen reageerden,… Zo'n herinnering waarbij niet alleen het bericht, maar ook de omgeving is vastgelegd, staat bekend als een flashbulb memory, of lichtflitsherinnering.

§26. In 1977 werd dit fenomeen voor de eerste keer beschreven door Brown en Kulik. Deze auteurs stellen niet dat een lichtflits effectief een foto is, waarvan je de details opnieuw kan bekijken, maar in tegendeel een foto waar details toevallig zijn opgesukkeld. Ze vergelijken dit alsof ergens in de hersenen een 'print now!-mechanisme' werkzaam is, dat zonder veel onderscheidingsvermogen het hele tafereel vastlegt, en eigenlijk een evolutionaire rest is, van voor het begrip tot taal en communicatie algemeen.

§27. Flashbulb memories kunnen gelden voor een ganse bevolking, maar uiteraard ook voor een individu, wanneer het gaat over een persoonlijk emotioneel feit. Niet elke emotionele gebeurtenis wordt evengoed onthouden, vaak zijn er ook interetnische verschillen (vb. Malcolm X).

§28. Als dit mechanisme juist is, zijn de herinneringen fotografisch correct en immuun aan vergeten. Hierop komt kritiek van Neisser. Is het onthouden as such geen gevolg van het herhalen van het relaas van de gebeurtenis, die ongetwijfeld méér herhaald wordt dan om het even welk ander banaal feit? En gaat de structuur van de herinnering dan niet meer in de richting van een vertelling? Daarenboven blijkt dat in een tijdspanne van 32 maanden grote verschillen ontstaan met het oorspronkelijk verslag. Herhalingen via de media dringen het geheugen binnen en interfereren met de bestaande herinnering. Enkel autobiografische flashbulbs blijven waarheidsgetrouw.

§29. Als conclusie van §28 stelt Conway dat het verschil tussen een flashbulb en een autobiografische herinnering is dat autobiografische gegevens geleidelijk binnenlopen in het bewuste, en een flashbulb direct ter beschikking staat. Vraagteken blijft het hardnekkig aanwezig blijven van banale details. Tenslotte vergeten voornamelijk ouderen de details van de flashbulb.

3.4.4 Psychogene amnesie (pp. 127-134)

§30. In deze onderzoeksrichting gaat men na in welke mate traumatische ervaringen uit de kindertijd "vergeten", en later "teruggevonden" worden. Dit noemt men psychogene amnesie of recovered memories.

§31. In de eerste plaats is er dus de vraag of kinderen geneigd zijn een traumatische ervaring helemaal te verdringen. Onderzoek ter zake stelt dat dit niet het geval is. De neiging om erover te praten is wel zeer klein, maar de herinnering is nog zeer nadrukkelijk. Verder wordt vastgesteld dat personen die in de traumatische gebeurtenis het meest gevaar liepen, vaak dit gevaar in herinnering minimaliseerden.

§32. Probleem bij deze veldstudies blijkt dat de onderzoekers uiteraard niet weten wat er zich reëel bij de traumatische gebeurtenis heeft afgespeeld. Om dit te omzeilen werd een vaccinatiereeks in scene gezet, en bleek dat kinderen met de meeste angst de scherpste herinneringen hadden. Vraag blijft of er natuurlijk geen omslagpunt bestaat, waarbij een traumatische ervaring als echt traumatisch wordt aanzien (de vaccinatie versus een verkrachting), maar dit werd in het bovenstaande onderzoek ontkracht ("er waren hysterische kinderen").

§33. Sommige gevallen bewijzen dat psychogene amnesie hoedanook boven de twijfel verheven is (vb. het geval op pp. 128-129).

§34. De DSM-III-r, een handboek van de APA, ordent deze psychogene amnesie onder dissociatieve stoornissen en stelt dat psychogene amnesie doorgaans een afgebakende vorm aanneemt. Bepaalde elementen kunnen wel vergeten worden, maar de commotie rond het feit, en het feit zelf meestal niet.

§35. Onder clinici heerst de opvatting dat de “tijdelijke” psychogene amnesie te maken heeft met verdringing (zie Freud). Geen enkele onderzoeker is er evenwel in geslaagd verdringing of haar effecten zichtbaar te maken in empirische studies. Uiteraard proberen mensen herinneringen aan het trauma te vermijden, maar dit wordt vaak zelfs als kenmerk van de stoornis betiteld (dit slaat dan wel op bewuste verdringing, en niet op onbewuste zoals bij Freud).

§36. Andere studies hebben uitgewezen dat confrontatie met een traumatische gebeurtenis leidt tot een acute stijging van de opwinding, en dat dit weer repercussies heeft voor de aandacht. Aandachtsvernauwing treedt op, waarbij centrale informatie grondig, en perifere informatie oppervlakkig wordt verwerkt. Deze perifere informatie zal onderworpen zijn aan amnesie.

§37. Psychogene amnesie is niet te verwarren met infantiele amnesie. Geen enkel mens heeft effectieve autobiografische herinneringen aan zijn eerste levensjaren, al bestaan hier sporadische uitzonderingen op (traumatische ervaringen van voor de leeftijd van drie jaar). Er zijn redenen om aan te nemen dat het fenomeen van infantiele amnesie nauw samenhangt met het totstandkomen van een zelfconcept (via taal).

§38. We merken op dat verkrachtingsscènes van rond de leeftijd van 2 jaar vaak verzonnen zijn (80%) in tijden van emotionele problemen, en onderhevig zijn aan suggestibiliteit van therapeuten of proefleiders. Pseudoherinneringen moeten dus zeker onderscheiden worden van echte.

§39. Zulke fenomenen kennen 4 oorzaken: onjuiste stellingen over het geheugen, onderschatten van suggestibiliteit door therapeuten, té hartstochtelijk zoeken naar trauma’s, en ten slotte de gemoedsrust bij patiënten die oorzaken zoeken voor emotionele teleurstellingen.