

INSPIRATIE – DE NEUROCOGNITIE VAN VERLIEFDHEID

Sandra Langeslag, universitair docent,
Department of Psychological Sciences,
University of Missouri-St. Louis

was en toen was ik om: dat wilde ik studeren. Want als je gedrag tot op het niveau van het brein hebt verklaard, dan weet je voor mijn gevoel echt iets. Zo begon ik aan mijn psychologiestudie.

LITERATUUR OVER LIEFDE

In het eerste jaar moesten we voor een aantal vakken een paper schrijven. Een daarvan wilde ik over verliefdheid doen. Ik ging op zoek naar literatuur op PubMed, maar kon niet veel vinden. De paar fMRI studies die ik vond, begreep ik in die tijd nog niet. Tot mijn vreugde vond ik uiteindelijk een artikel in een populair wetenschappelijk tijdschrift dat ging over liefde, de hersenen en neurotransmitters. Dat was precies waar ik naar op zoek was! Ik mailde de schrijver om te vragen naar zijn wetenschappelijke bronnen. Hij schreef terug dat hij het niet meer zo goed wist en ontweek verdere vragen. Ik concludeerde dat hij waarschijnlijk helemaal geen bronnen had. Het idee dat er amper onderzoek naar verliefdheid was gedaan, werd verder versterkt en ik bedacht me dat ik het misschien zelf maar moest gaan doen.

Later ontdekte ik het werk van de Amerikaanse biologisch antropologe Helen Fischer. Zij is een autoriteit en



‘Verliefde mensen onthouden triviale dingen over hun geliefde’

FOTO: SANDRA LANGESLAG

Mijn toenmalige vriendje maakte het uit en daar was ik heel verdrietig over. Ik vond niets meer leuk, ook de dansacademie waar ik op zat niet meer. Ik stopte ermee. Een half jaar later kwam ik een jongen tegen op wie ik heel erg verliefd werd. Deze ervaringen fascineerden me en hebben mijn toekomst bepaald. Ik ging erover nadenken: wat is verliefdheid eigenlijk? Wat is liefdesverdriet? Waarom voel ik me zo? Hoe werkt het in mijn hersenen en in mijn lijf? Ik had wel eens gehoord dat verliefdheid een soort van verslaving is waarbij er stoffjes in je hoofd vrijkomen. Dus vroeg ik me af: is liefdesverdriet dan te vergelijken met afkicken?

Aanvankelijk wilde ik na de dansacademie een bètastudie volgen, zoals sterrenkunde. Ik ging daar kijken samen met een vriendin. En daarna ging ik met haar mee naar de informatiedag van psychologie. Daar kreeg ik een tekstboek over biologische psychologie onder ogen. Ik begreep dat dit ook een onderdeel van psychologie

heeft ook veel geschreven over hersenen en de liefde. Ze schreef onder meer over serotonine, dopamine en noradrenaline en legde goed uit hoe het allemaal werkte, maar zij kwam evenmin met data. Eigenlijk waren het vooral hypothesen: ze dacht dat het zo werkte, maar bewijs ervoor ontbrak.

VERLIEFDE DIEREN

Ik was daarnaast ook geïnteresseerd in emoties en stress en aanverwante onderwerpen, maar met verliefdheid had ik een onderwerp te pakken dat me boeide en waar nog niet veel onderzoek naar gedaan was, dus ik wist al vroeg wat ik met mijn studie wilde.

Maar onderzoek doen naar verliefdheid is niet eenvoudig. Zo kun je verliefd-

heid bij dieren niet onderzoeken. Je kunt hooguit seksuele activiteit meten. Bij mensen is onderzoek naar het vrijkomen van stoffjes in de hersenen ook moeilijk. Ik heb een onderzoek gedaan waarin ik de serotonineniveaus in het bloed van mensen heb gemeten, maar dan ga je ervan uit dat het serotonineniveau in het bloed correleert met de hoeveelheid serotonine in de hersenen, waar je het niet kunt meten. Ik heb me om die reden tot nu toe vooral toegelegd op neurocognitie en liefde. Verliefde mensen hebben bijvoorbeeld veel aandacht voor hun geliefde. Tot nu toe heb ik hier drie studies naar gedaan. Ik liet mensen foto's zien van hun geliefde, van een vriend of van een bekende. Daarnaast

liet ik ook woorden lezen die met die verschillende personen te maken hebben, zoals naam en lievelingskleur.

De LPP is de component in de hersengolf die lang aanhoudende aandacht weergeeft; die bleek groter te zijn bij mensen als ze naar hun geliefde keken, of als ze naar informatie keken die met hun geliefde te maken had. De golf was sterker dan wanneer ze naar vrienden keken, die ze toch ook kennen en aardig vinden, maar op wie ze niet verliefd zijn. Zo toonde ik aan dat mensen inderdaad meer aandacht hebben voor hun geliefde. Nu ben ik aan het onderzoeken of dit ten koste gaat van taken waar ze hun aandacht ook aan moeten geven.

Helen Fischer zegt dat verliefde

mensen triviale dingen over hun geliefde onthouden, zoals wat iemand aanhad op de eerste date, welk drankje iemand bestelde. Maar die uitspraken zijn gebaseerd op zelfrapportage, zij heeft niet gecheckt of de proefpersonen het correct onthouden hebben, want misschien is het wel een foute herinnering. Dat heb ik wel gedaan.

Hoe het nu met mijn liefdesleven is? Ik ben inmiddels getrouwd, maar niet met de jongen op wie ik destijds verliefd werd, maar een ander.'