

# Je hersenen zijn behoorlijk dom

► Mensen reageren dom bij branden en ander gevaar ► Brein is ingesteld op slangen, niet op terrorisme of razende auto's

## Roekeloos

Jonge mannen tussen de 15 en 25 jaar vertonen het vaakst risicovol gedrag. De oorzaak volgens wetenschappers: een verhoogd testosteron gehalte.

André Bruinen deed toen hij 19 was 'iets ongelooflijks stoms'. Hij sloot zichzelf buiten toen hij een tafeltje aan het verven was. 'Ik had geen geld bij me, alle huisgenoten waren het weekeinde ergens anders. Ik ben naar de bovenbuurvrouw gegaan, op de vierde verdieping. Vanaf haar balkon heb ik me naar beneden laten zakken. Met mijn voeten kwam ik net op ons balkon, en zo ben ik het huis weer binnengeklauterd. Als ik was uitgedleden, had ik een flinke smak gemaakt en waarschijnlijk mijn nek gebroken. Maar eigenlijk gaf dat gevaar me alleen maar een ontzettende kick.' Nu is André 30 en een stuk wijzer. 'Ik zou het nu nooit meer doen. Mijn leven wagen om een huis binnen te komen.'

DOOR MENSJE MELCHIOR  
AMSTERDAM

Dat de mensheid nog bestaat, mag best een klein wonder heten. Onze hersenen zijn gespitst op het herkennen van prehistorisch gevaar. Maar de moderne risico's herkennen en daar verstandig op reageren, daar zijn we een stuk slechter in.

Vorige week berichtte het Nederlands Instituut Fysieke Veiligheid dat mensen niet altijd even slim reageren als er ergens brand uitbreekt. Ze willen bijvoorbeeld eerst hun boodschappen afrekenen, voordat ze het brandende gebouw verlaten. En ze gaan niet door de dichtstbijzijnde nooduitgang, maar nemen dezelfde weg als waarmee ze het gebouw binnen zijn gekomen. Ze houden zich nu eenmaal vast aan wat ze van plan zijn en kennen. Kortom; mensen weten zichzelf helemaal niet zo goed te redden in zo'n noodsituatie.

### Ouderswets brein

Volgens het Amerikaanse tijdschrift *Psychology Today* kunnen we niets aan dat onhandige gedrag doen. Onze hersenen zijn simpelweg niet in staat om goed te reageren op bijvoorbeeld

een brand. Ons brein is nu eenmaal ontworpen voor een wereld waarin we bang moeten zijn voor roofdieren en ander natuurlijk gevaar. Bij het zien van een grote, zwarte spin of een giftige slang maken we direct een stoot adrenaline aan. De reactie: vluchten of vechten. Maar modern gevaar herkennen we niet instinctief. Daarom reageren we te langzaam op een voorbij razende auto of een brandalarm.

### Terroristische aanslag

Daar komt nog eens bij dat we vooral alert zijn op grote, spectaculaire rampen. Angst stimuleert ons geheugen. Mensen onthouden daarom beelden van rampen als aardbevingen, tsunami's en terroristische aanslagen. Volgens schatten ze de mogelijkheid dat zo'n ramp hen overkomt veel te groot in.

**'Ik heb nog een hele preek afgestoken, dat hij van andermans spullen moest afblijven'**

Kirsten de Waal stopte een inbreker die haar camera wilde stelen.



**Slang = stoot adrenaline**

Op enge beesten reageren mensen instinctief. Maar de angstreactie blijft uit als we in de auto stappen

(FOTO PETER FRISCHMUTH / NOVUM / HH)

Die ongegronde angst is ook geen goede raadgever. Na de aanslagen van 11 september, veranderden 1,4 miljoen Amerikanen hun vakantieplannen. Ze pakten de auto in plaats van het vliegtuig. Maar autorijden is veel gevaarlijker dan vliegen. Naar schatting

zorgden de veranderde reisplannen voor duizend dodelijke auto-ongelukken meer.

Maar, zo zegt risicoconsultant David Ropeik: 'Uiteindelijk is angst het grootste risico in ons leven.' Constant bang zijn voor wat er eventueel zou

kunnen gebeuren, veroorzaakt chronische stress - niet al te best voor de gezondheid. Daarom doet een teveel aan televisiebeelden over rampen mensen geen goed. Onderzoek heeft bijvoorbeeld aangetoond dat hoe meer mensen naar de aanslagen op de Twin

## Schijncontrole

Voorals mensen het idee krijgen dat ze risico's zelf in de hand hebben, reageren ze roekeloos. Wie vrijwillig een risico neemt en denkt alles onder controle te hebben, ziet weinig gevaar. Daar kan Kirsten de Waal (24) over meepraten. Zij woont met twee andere meisjes in een huis in Amsterdam. Ze betrapte een inbreker. 'Ik zag hem via het trappenhuis weglopen, met een videocamera om zijn nek. Ik werd zo kwaad. Ik ben achter hem aan gerend en heb gezegd dat hij moest blijven staan. Dat deed hij nog ook. Ik heb een hele preek gehouden over dat hij met zijn poten van andermans spullen af moest blijven en heb de camera teruggeëist.' Pas toen de inbreker alweer vertrokken was, sloeg de angst toe. 'Ik stond te trillen op mijn benen. Van woede, maar ook van de schrik. Op dat moment dacht ik dat ik wist wat ik deed, maar het had ook helemaal verkeerd kunnen aflopen. Misschien had hij wel een mes op zak. Toen ik mijn moeder belde, drong het gevaar pas helemaal tot mij door. Ze werd helemaal gek. 'Wat maken die spullen nou uit', schreeuwde ze door de telefoon. Ze liet me beloven dat ik zo iets nooit meer zou doen.'

Towers hadden gekeken, hoe vaker ze angstig en depressief waren. Ook al woonden ze niet in de buurt van de aanslag. Ropeik: 'Mensen die zich niet bewust zijn van risico's, reageren misschien niet handig in noodsituaties. Maar ze zijn wel vaker gezond.'