DAGBLAD VAN HET NOORDEN

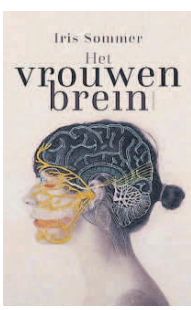
05 december 2020 , pag. 36

Handig: kleiner brein

Iris Sommer, psychiater en hoogleraar psychiatrie bij het UMCG, beschrijft in haar boek *Het vrouwenbrein* hoe ze als een soort medisch detective ontdekte dat mannen veel minder efficiënt met hun hersenen omgaan dan vrouwen.

TEKST LINDA RIKKERT

> Het energieverbruik in het vrouwenbrein is een stuk groter dan bij mannen



Titel *Het vrouwenbrein*
Auteur *Iris Sommer*
Uigeverij Atlas Contact
Prijs 21,99 euro (224 blz.)

Wat was de aanleiding voor dit boek?
Iris Sommer: „Ik heb al mijn hele carrière een oog voor dit onderwerp. Door de biologie heen is de algemene regel: hoe groter het brein, hoe slimmer. Bij vrouwen is er toch iets anders aan de hand. Mijn ervaring is dat vrouwen grof gezegd alles kunnen wat mannen kunnen. Het vrouwenbrein is alleen een fors stuk kleiner en heeft 11 procent minder volume en 17 procent minder zenuwcellen in de grote hersenen. Hoe kan het dat een vrouw met zo veel minder hardware toch tot vergelijkbare prestaties komt als een man? Bovendien is het geen pretje om een groot gewicht in je hoofd mee te torsen. Als een kleiner brein net zo veel kan als een groter brein, is dat veel handiger."

Hoe dachten we eerder over het verschil tussen het vrouwen- en het mannenbrein?
„Er is een duidelijke historische trend. In mijn middelbare schooltijd dachten we dat er een groot verschil was in denkvermogen en cognitie. Daar hoort ook verschil in breinomvang bij. Deze theorie houdt in dat het brein van vrouwen kleiner is en vrouwen meer beide hersenhelften gebruiken. Daardoor zijn ze in bepaalde taken beter en in andere juist niet. De rechterhersenhelft is voor ruimtelijk inzicht. Bij vrouwen zit daar ook al taal en die belemmert dus het ruimtelijk inzicht. Dat is er heel lang als zoete koek in gegaan, maar die theorie houdt geen stand. Rond de eeuwwisseling waren er boeken die zeiden dat het brein van vrouwen en mannen precies hetzelfde is en dus ook precies hetzelfde kan. Ook niet waar."

Wat zijn de verschillen?
„Inmiddels komen we er steeds meer achter dat vrouwen cognitief gelijkwaardig zijn aan de man, maar niet gelijk. Bij persoonlijkheid is dat een ander verhaal. Gemiddeld genomen zie je dat vrouwen wat behoudender zijn, vriendelijker, en wat sneller beren op de weg zien. Mannen hebben meer aanleg voor bravoure en meer vertrouwen in hun eigen kunnen. Ook het immuun- en het stresssysteem laten verschillen zien tussen mannen en vrouwen."

„Wat ik een eyeopener vond, is dat het energieverbruik in het vrouwenbrein een stuk groter is dan bij mannen. Het mannenbrein kan dat hoge verbrandingsniveau waarschijnlijk niet aan. Mitochondria, orgaantjes in de hersencel die verantwoordelijk zijn voor de verbranding, erven mee met de eicel. Vrouwen en mitochondria zijn samen geëvolueerd en zijn een heel goede match. Mannen krijgen ze van hun moeder en daar hebben ze het maar mee te doen. Ik stel me het voor als een man die op een vrouwenfiets moet rijden. De fiets is net te klein en hij zit met z'n knieën tegen het stuur. Hij komt wel vooruit, maar hij moet zich aan de fiets aanpassen."

Maken we te veel onderscheid tussen vrouw en man?
„Ik denk dat we mensen niet zo op hun gender moeten vastpinnen en ook niet zo op hun gender moeten aanspreken. Er is meer tussen man en vrouw en dat geeft een beetje ademruimte. Vergeleken met andere landen zijn wij best traditioneel."

„In Zweden is het beleid meisjes en jongens op school genderneutraal speelgoed of zowel jongens- als meisjesspeelgoed aan te bieden. Meisjes lopen een achterstand in ruimtelijk inzicht op wanneer ze bijvoorbeeld niet met auto's, schietgerei en games spelen. Je moet ze de kans geven hun ruimtelijk inzicht te trainen. Andersom is het goed om jongens meer verzorgend speelgoed aan te bieden. Het zou best kunnen dat een jongen later een geëmancipeerde vrouw trouwt. Dan is het toch handig als hij ook een verzorgende rol heeft meegekregen."

Waarin zijn de verschillen wel belangrijk?
„De andere basis die vrouwen en mannen hebben leidt tot verschillen in kwetsbaarheden. Die verschillen zie je in het risico op bepaalde hersenaandoeningen. Vrouwen hebben bijvoorbeeld dubbel zoveel kans om dementie te ontwikkelen, terwijl mannen dubbel zoveel kans hebben om de ziekte van Parkinson te ontwikkelen. Autisme is iets wat vier keer vaker bij mannen en jongens voorkomt, terwijl meisjes en vrouwen juist twee keer vaker depressie en angststoornissen ontwikkelen."

Zou u dit boek als man hebben geschreven?
„Ik weet niet of ik dit boek had durven schrijven als ik een man was. Je mag andere nieren, andere darmen en sinds kort zelfs een ander hart hebben, maar wie zegt dat mannen en vrouwen verschillende hersenen hebben, schopt toch veel mensen tegen het zere been. Dat komt doordat eerder de grootte van het brein aan het intellect werd gekoppeld. Ik denk dat het goed is dat dit boek niet door een feministe is geschreven, maar door een wetenschapper. Je moet niet de breinverschillen wegpoetsen opdat wij gelijke kansen krijgen."

Iris Sommer (Roermond, 31 augustus 1970) studeerde geneeskunde aan de Vrije Universiteit van Amsterdam. Ze promoveerde in 2004 op onderzoek naar taallateralisatie bij schizofrenie aan de Universiteit van Utrecht. Sommer werkt nu als psychiater en hoogleraar psychiatrie bij het Universitair Medisch Centrum Groningen.