

Ze zijn er weer: de reclamespotjes van de Hersenstichting. Het is haar (online) collecteweek. De stichting spiegelt ons voor dat een depressie een hersenziekte is en roept op te doneren voor onderzoek. Geen probleem wanneer ze beweren dat hersenonderzoek voor Parkinson en dementie cruciaal is, maar wat ze beweren over depressies is nepnieuws. Het merendeel van de depressies kent een psychologische ondergrond. Deze stemmingsstoornissen – er bestaan veel verschillende typen – wortelen in de ervarings- en belevingswereld van de patiënt. Psychologische en psychiatrische diagnostiek wordt in de regel gevolgd door cognitieve gedragstherapie, psychodynamische psychotherapie en interpersoonlijke therapie. Deze behandelingen zijn bewezen effectief en tonen daarmee ook aan dat het gaat om psychische processen, anders zouden ze niet werken. Bij een kleiner deel van de depressies spelen de fysiologie en de biologie een grotere rol en zijn combinatiebehandelingen zinvol; naast de therapie wordt dan ook korte tijd een antidepressivum gegeven. Hersenonderzoek heeft tot nu toe weinig bijgedragen aan ons begrip en behandeling van psychische aandoeningen. Van de ongeveer 360 stoornissen in handboek DSM is er nog geen een bij waarvan we kunnen zeggen dat de oorzaken ervoor duidelijk in het brein liggen. Het modieuze gekoketteer met het brein levert onder de streep voor de klinische psychologie en psychiatrie niet op wat men er nog steeds van verwacht.

*Jan Derksen*

*emeritus hoogleraar klinische psychologie*

*Een versie van dit artikel verscheen ook in [NRC Handelsblad van 6 februari 2021](#)*