

Ivan Wolffers is arts, wetenschapper en schrijver. Hij heeft prostaatkanker.

## Ivan Wolffers

‘Menselijk gedrag is nooit rationeel’



### De kwantitatieve biokathedraal

‘**W**eet je’, schreef een collega die verbaasd was over hoeveel lifestyledeskundigen er tegenwoordig in nascholingscursussen rondlopen, me. ‘Nog even en dan zullen die artsen gaan zeggen dat ze leefstijl zelf hebben uitgevonden.’

Ik wil hem dit terugschrijven:

‘Beste Frits,

Uit een enquête onder meer dan 24 duizend Amerikaanse artsen blijkt dat maar de helft weer geneeskunde kiest als ze alles over mochten doen. Zelf zou ik beslist weer geneeskunde gaan studeren, maar ik weet niet of ik het opnieuw de dwangbuis van het biomedisch denken overleef. Die consensus over mensen alsof ze een combinatie van wat organen zijn die met elkaar verbonden zijn door zenuwen die via neurotransmitters voorspelbare reacties produceren, ik kan daar niets mee. Het is ontmenste biologie. Gelukkig slaagt het merendeel van degenen die geneeskunde gaan studeren er niet in zich van zijn eigen menselijkheid te bevrijden en te denken als een ambtenaar in biostatistiek. Dat worden meestal goede artsen. Wat zou het echter fijn zijn als in onze opleiding en in de wetenschappelijke structuur van de kwantitatieve biokathedraal meer mogelijkheden werden geboden constant te blijven denken in het evenwicht tussen de door de evolutie gevormde mens met verschillende reactiemogelijkheden en de alledaagse omgeving waarin die mens zich moet handhaven. En wat zou het geweldig zijn als er in de vorming van artsen meer ruimte was voor het begrijpen van hoe die mens tot zijn gedrag komt na de verstoringen van het evenwicht tussen de hiervoor geschetste balans.

Ik ging in 1982 antropologie studeren omdat ik vond dat ik daar te weinig van wist en promoveerde in 1987. Daarvoor had ik zorgkeuzen van mensen bij allerlei klachten, fasen van hun ziektes in

een omgeving van een pluriform aanbod bestudeerd. Ik wil niet beweren dat ik het daarom nu snap, maar wel zie ik wat er niet werkt.

Wat zeker niet werkt is de gemakzucht waarmee de biologische geneeskunde over gedragsverandering denkt. Ik wil het niet moeilijker maken dan het is, maar menselijk gedrag is nooit rationeel. Je zult eerst moeten begrijpen wat het voordeel van het gedrag van andere mensen is voordat je met jouw leefstijladviezen aankomt. Maar als je die mens minacht, hem verdenkt van bijgeloof en jezelf op het schild van de waarheid laat hijsen, dan zul je je nooit in die ander kunnen verplaatsen. *Social marketing*, *incentives* en *nudging* om mensen te verleiden tot ander gedrag getuigen van neerbuigendheid en een slecht begrip van gedragsveranderingen op lange termijn. Dat iemand een jaar lang een dieet volgt is geen succes. Bovendien zorgt zo’n aanpak voor onderschatting van de complexiteit van de omgevingsfactoren en hoe die stuk voor stuk bijdragen aan de complexiteit van gedrag.

Je kunt het leren. Wat is de rol van informatie bij gedragsverandering? Hoe kun je ervoor zorgen dat mensen informatie op zichzelf kunnen betrekken? Wat helpt om mensen zelf aan de knoppen te laten draaien? Wat zorgt voor zelfvertrouwen bij mensen die hun gedrag willen veranderen? Hoe zorg je voor een gezondheid ondersteunende omgeving, waarin mensen die het proberen niet al snel weer terugvallen op gedrag dat vertrouwd is?

Ontmoedigend is dat binnen de biomedische cultuur mensen die niet gehinderd worden door kennis van zaken de kans krijgen zulk belangrijk werk te doen. Waarom hoeven ze geen diploma te tonen en is een gelikte powerpointpresentatie plus wat nieuwe Engelstalige weinig betekenende vaktermen voldoende? Je hebt mijn telefoonnummer: ik popel om, voor ik er niet meer ben, mijn kennis en ervaring te delen.’ ■