



[www.DirectieveTherapie.nl](http://www.DirectieveTherapie.nl)

## Dank voor uw download

U kunt er natuurlijk uit citeren, graag zelfs, maar dan wel met bronvermelding. U mag dit artikel ook ruimhartig verspreiden mits het niet voor commerciële doeleinden is. In die gevallen pas na onze schriftelijke toestemming.

Opname in bloemlezingen en readers moedigen wij aan, maar wel graag eerst even overleggen.

Alle rechten van de artikelen liggen bij  
**de Stichting Cognitie en Psychose.**

Voor alle vragen:  
[info@gedachtenuitpluizen.nl](mailto:info@gedachtenuitpluizen.nl)

# Schrijven over fictieve gebeurtenissen leidt tot imaginatie-inflatie

Drs. R. Horselenberg, Harald Merckelbach en Victor Spaan\*

---

## Samenvatting

Eerder onderzoek liet zien dat als mensen gevraagd wordt zich een fictieve gebeurtenis uit het verleden voor te stellen, zij de waarschijnlijkheid van deze gebeurtenis ook hoger gaan inschatten (imaginatie-inflatie). De omvang van dit effect is echter niet erg overtuigend als verklaring voor het ontstaan van pseudo-herinneringen in een therapeutische context. Het huidige experiment onderzocht het imaginatie-inflatie effect als personen geïmagineerde fictie moeten uitschrijven. Personen (N = 45) beoordeelden in hoeverre 60 gebeurtenissen in hun vroege jeugd hadden plaatsgevonden. Vervolgens kregen ze in het laboratorium 4 gebeurtenissen voorgelegd waarvan zij eerder hadden aangegeven dat die naar alle waarschijnlijkheid geen deel uitmaakten van hun autobiografie. Personen kregen de opdracht zich zo volledig mogelijk in te leven en de 4 gebeurtenissen geheel naar eigen invulling en zo gedetailleerd mogelijk op te schrijven. Na deze opdracht beoordeelden zij opnieuw de 60 gebeurtenissen op hun waarschijnlijkheid en vulden nog enkele andere vragenlijsten in. Aan gebeurtenissen waarover geschreven werd, werden later hogere waarschijnlijkheden toegekend dan aan controlegebeurtenissen. Dit imaginatie-inflatie effect was robuuster dan het effect dat wij in eerder onderzoek vonden. Al met al luidt de conclusie dat schrijfopdrachten die betrekking hebben op fictieve gebeurtenissen een behoorlijk effect sorteren op subjectieve waarschijnlijkheidsoordelen over die gebeurtenissen.

## Inleiding

Het debat over 'hervonden herinneringen' draait in belangrijke mate om de vraag of en onder welke condities psychotherapie kan aanzetten tot hardnekkige pseudo-herinneringen. Die vraag is inmiddels inzet van menig fraai onderzoek geweest en, ruw samengevat, heeft dat laten zien dat pseudo-herinneringen kunnen ontstaan door sommige, in de praktijk veel gebruikte technieken (zie voor een overzicht: Destun & Kuiper, 1996). Daarbij valt hoofdzakelijk te denken aan hypnose, maar ook imaginatie wordt wel genoemd als een potentieel riskante techniek. Wat dat laatste betreft claimt een recente studie van Garry, Manning, Loftus en Sherman (1996) dat pseudo-herinneringen kunnen optreden onder invloed van een simpele imaginatie-opdracht. Garry en collega's lieten studenten op een vragenlijst aangeven in hoeverre het waarschijnlijk was dat zij bepaalde gebeurtenissen (zie voor voorbeelden de Appendix 1) voor hun tiende levensjaar hadden meegemaakt. Na verloop van tijd werden de studenten uitgenodigd om naar het lab te komen en daar kregen ze de opdracht zich enkele gebeurtenissen met een lage waarschijnlijkheid voor te stellen.

---

\* DRS. R. HORSELENBERG is gezondheidswetenschapper en als docent verbonden aan de vakgroep Psychologie van de Universiteit Maastricht.  
PROF. DR. H. MERCKELBACH is verbonden aan de vakgroep Psychologie van de Universiteit Maastricht.  
DRS. V. SPAAN is gezondheidswetenschapper en studeerde psychologie aan de Universiteit Maastricht.

De onderzoekers vonden dat gebeurtenissen waarvan door de studenten eerder werd aangegeven dat ze niet gebeurd waren, na een imaginatiesessie stegen in subjectieve waarschijnlijkheid. Dit effect noemden de auteurs imaginatie-inflatie en ze beweerden dat het potentieel riskante gevolgen kon hebben in de therapeutische praktijk. Want blijkbaar is het mogelijk om op geleide van een enkele imaginatie-instructie, fictie te converteren in pseudo-herinneringen (Loftus, 1996). De veronderstelling daarbij is dat een toename in subjectieve waarschijnlijkheidsoordelen een indicatie is voor pseudo-herinneringen. Overigens namen in de genoemde studie ook niet-geïmagineerde gebeurtenissen in subjectieve waarschijnlijkheid toe (ook wel repetitie-effect genoemd), zij het niet zo sterk als de geïmagineerde gebeurtenissen.

Een parallel van het imaginatie-inflatie effect is te vinden in allerlei sociaal-psychologische experimenten. Dit soort experimenten betreft doorgaans waarschijnlijkheidsoordelen over toekomstige gebeurtenissen (zie bijv.: Carroll, 1978; Koehler, 1991; Sherman, Cialdini, Schwartzman & Reynolds, 1985). Het zich voorstellen van een toekomstige gebeurtenis (bijvoorbeeld: kandidaat Y wint de verkiezing) leidt dan tot een voorlopige acceptatie van die gebeurtenis (kandidaat Y zal de grootste kans worden toegedicht). En deze acceptatie valt moeilijk terug te draaien, waardoor de subjectieve waarschijnlijkheid dat die gebeurtenis zal optreden toeneemt. Deze verklaring gaat echter niet zonder meer op voor de resultaten van Garry et al. (1996). Zij maakten immers gebruik van gebeurtenissen die zich al dan niet in het verleden hadden afgespeeld. Wat dan meer aanknopingspunten voor een verklaring biedt is 'source monitoring' (ook wel 'reality monitoring' genoemd). Als een persoon zich een fictieve gebeurtenis imagineert, kan dit het geheugen zodanig veranderen dat 'source monitoring' fouten optreden (Johnson, 1988; Koehler, 1991). Zulke fouten zijn aan de orde wanneer de eindproducten van imaginatie wel herinnerd worden, maar de daarbij behorende bron (fantasie) niet of onvolledig. Dat kan ervoor zorgen dat de subjectieve waarschijnlijkheid van een geïmagineerde gebeurtenis toeneemt (Garry et al., 1996). Mensen hebben met name de neiging om aan geïmagineerde fictie een grotere subjectieve waarschijnlijkheid toe te dichten indien dergelijke fictie allerlei karakteristieken gemeen heeft met 'echte' herinneringen (veel details, sterke sensorische lading, enz.). Die omstandigheid geldt als een ideale voedingsbodem voor 'source monitoring' fouten en uiteindelijk pseudo-herinneringen (Merckelbach, 1995).

In een eerdere studie (Merckelbach, Sijsenaar, Horselenberg, Leunissen & Weltevrede, 1998a) ondernamen wij een poging om het door Garry et al. (1996) gerapporteerde imaginatie-inflatie effect te repliceren. In die replicatiestudie werd weliswaar een toename van subjectieve waarschijnlijkheidsoordelen onder invloed van imaginatie gevonden, maar de omvang van dit effect was bescheiden. Aldus relativeerden onze bevindingen de claim dat met een eenmalig imaginatie-oefening overtuigende pseudo-herinneringen zijn uit te lokken. In ons eerdere artikel opperden wij verschillende verklaringen voor de bescheiden omvang van het imaginatie-inflatie effect. Ten eerste zou het zo kunnen zijn dat als een imaginatie-oefening vaker wordt uitgevoerd het effect toeneemt (zie bijvoorbeeld Goff & Roediger III, 1998). Ten tweede werden de personen met de gebruikte methode niet voldoende aangezet tot het actief (re)construeren van een gebeurtenis. Imaginatie geschiedde te veel op geleide van door de proefleider ontworpen scenario's. Beide verklaringen, zo stelden wij, verdienen meer aandacht in toekomstige studies.

De huidige studie concentreert zich op de vraag wat er met subjectieve waarschijnlijkheidsoordelen gebeurt als personen meer worden aangezet tot actieve (re)constructie. Een techniek die hiervoor in aanmerking komt is de vrije schrijfopdracht, ook wel 'journaling' genoemd. Dat is een methode die nogal eens wordt gebruikt om 'weggezakte' herinneringen naar boven te halen. Een studie van Poole, Lindsay, Memon en Bull (1995) toonde aan dat een groot aantal Amerikaanse en Britse psychotherapeuten 'journaling' inderdaad op die wijze aanwenden, dat wil zeggen als techniek om verdrongen herinneringen aan traumatische gebeurtenissen toegankelijk te maken. Lindsay en Read (1994 ; p. 301) merken hier over op dat '[we are] particularly concerned about cases in which the instructions for journaling suggest that writers should strive for a non-critical, stream-of-consciousness flow, writing down whatever comes to mind without stopping to evaluate it.' Merk op dat achter 'journaling' een andere rationale schuilgaat dan achter schrijfopdrachten. Schrijfopdrachten worden bij traumabehandeling nogal eens toegepast en zijn daar effectief gebleken (zie o.a. Destun & Kuiper, 1996; Pennebaker, 1993; Schoutrop & Lange, 1997; Schoutrop, Lange, Duurland, Bermond, Sporry & de Goederen, 1995). Bij dat soort opdrachten wordt aan patiënten gevraagd vrijelijk te schrijven over een door hun ervaren trauma dat om te beginnen toegankelijk is.

In de huidige studie luidde de instructie aan gezonde personen om te schrijven over fictieve voorvallen. Onderzocht werd of zo'n door de personen zelf geredigeerde imaginatie leidt tot een inflatie van subjectieve waarschijnlijkheidsoordelen. Tevens werd gekeken of voorstellingsvermogen, mentale absorptie, fantasierijkheid en dissociatieve ervaringen van invloed zijn op eventuele imaginatie-inflatie effecten.

## Methode

### Personen

Er namen 45 personen (30 vrouwen en 15 mannen) deel aan het experiment. De gemiddelde leeftijd was 17 jaar ( $SD = 1.1$ ; range: 16-20). Sommige personen waren student Psychologie ( $N = 12$ , gemiddelde leeftijd: 18,5;  $SD = 0.67$ ; range: 18-20), de meerderheid echter leerlingen uit het voortgezet onderwijs ( $N = 33$ , gemiddelde leeftijd: 16.7;  $SD = 0.78$ ; range: 16-18) die gereageerd hadden op een advertentie in een plaatselijke krant. Er golden geen in- en/of exclusiecriteria. Iedereen die reageerde op de advertentie nam deel aan het experiment. Personen kregen een vergoeding voor hun deelname.

### Materiaal

Twee weken voor het eigenlijke experiment vulden de personen de Levenservaringen Vragenlijst (LEV) in. De LEV ( $\alpha = 0.84$ ) is een vertaling van de Life Experience Inventory (LEI), ontwikkeld door Garry et al. (1996), en bestaat uit 60 items die elk een bepaalde gebeurtenis uit het verleden beschrijven (bijv.: 'Snoepjes gestolen uit een winkel' of 'Bij boompje klimmen uit de boom gevallen'). Personen dienden telkens op een zevenpunts-Likertschaal aan te geven in hoeverre de diverse gebeurtenissen hem/haar overkomen waren voor het tiende levensjaar [1 = is mij absoluut niet overkomen; 7 = is mij absoluut overkomen]. Voor aanvang van het eigenlijke experiment, leverden de personen de LEV in. De te imagineren items werden van te voren geselecteerd op basis van scores op de LEV uit onze eerdere studie (Merckelbach et al., 1998a). Dit leverde 12 mogelijke items op met een gemiddelde score van rond de 3. De proefleider

selecteerde vervolgens voor elke persoon afzonderlijk uit deze 12 items de uiteindelijke 4 te imagineren gebeurtenissen, aan de hand van het criterium dat de score van de betrokkene op elk van deze 4 items niet hoger mocht zijn dan 6. De 4 controle-items zijn achteraf geselecteerd en gematched op de gemiddelde score van de experimentele (d.w.z. imaginatie-) items. Naast de LEV vulden de personen de volgende, in het Nederlands vertaalde, vragenlijsten in: de Dissociative Experiences Scale (DES; Bernstein & Putnam, 1986), de Social Desirability Scale (SDS; Crowne & Marlow, 1964), de Questionnaire upon Mental Imagery (QMI; Sheehan, 1967), de Creatieve Ervaringen Vragenlijst (CEV; Merckelbach, Muris, Schmidt, Rassin & Horselenberg, 1998b) en de Tellegen Absorption Scale (TAS; Tellegen & Atkinson, 1974).

De DES ( $\alpha = 0.95$ ) bestaat uit 28 items die dissociatieve ervaringen meten, waarbij geldt dat een hogere totaalscore een sterkere neiging tot dissociatie impliceert. De SDS ( $\alpha = 0.43$ ) bestaat uit 33 ja/nee-items en meet de neiging om sociaal wenselijk gedrag aan de dag te leggen. Ook hier geldt dat een hogere totaal score een sterkere neiging tot sociale wenselijkheid impliceert. De QMI ( $\alpha = 0.87$ ) meet het mentale voorstellingsvermogen en bestaat uit 35 items. Een hoge totaalscore duidt op een slecht voorstellingsvermogen. De CEV ( $\alpha = 0.74$ ) is een recent ontwikkelde vragenlijst bestaande uit 28 items en beoogt een maat te zijn voor 'fantasy proneness'. Hoe hoger de score, des te fantasierijker de persoon. De TAS ( $\alpha = 0.80$ ) meet de mate van mentale absorptie en bestaat uit 34 items. Een hoge score duidt op een sterk absorptievermogen.

### Procedure

Twee weken na het afnemen van de LEV (LEV1) vond het eigenlijke experiment plaats. Elk persoon apart kreeg daarbij de opdracht om achtereenvolgens de 4 voor hem of haar geselecteerde items te imagineren en deze imaginatie uit te schrijven. Die instructie luidde als volgt:

'Door middel van het volgende onderzoek proberen we vast te stellen hoe levendig en compleet jij je gebeurtenissen kan voorstellen. Zo dadelijk krijg je op papier een gebeurtenis beschreven. Het is de bedoeling dat jij je die gebeurtenis probeert voor te stellen alsof die je zelf is overkomen in de periode voor je tiende levensjaar. Deze voorstelling schrijf je dan zo gedetailleerd en overtuigend mogelijk op. Probeer elke gebeurtenis zo helder en zo compleet mogelijk voor te stellen en te beschrijven. Probeer je daarbij ook in te leven in hoe je je zou voelen, wat je zou denken et cetera, en schrijf dat ook op. Om een vollediger beeld te krijgen kan het helpen als je daarbij voor jou bekende plaatsen, personen en dingen probeert te beschrijven. Jouw beschrijving moet zo gedetailleerd zijn, dat er geen onduidelijkheden meer zijn, bijvoorbeeld over hoe laat het was, hoe het gebeurde, waar je was, wat je doet en denkt et cetera. Je mag je ogen dicht doen als dit je helpt een betere voorstelling te maken.'

Na deze instructie kregen de personen de vier te imagineren items afzonderlijk aangeleverd op een leeg formulier waarop zij net zoveel konden schrijven als ze wilden. Er was een tijdslimiet van tien minuten voor het uitschrijven van elke, afzonderlijke imaginatie, maar deze werd door niemand overschreden. Na de imaginatieprocedure werden de eerder genoemde vragenlijsten (DES, SDS etc.) ingevuld. Ter afsluiting werd de LEV nog een keer afgenomen (LEV2). Aan deze tweede LEV werden 12 nieuwe items toegevoegd. Het betrof items die parafrases waren van de 12 geïmagineerde items (per

imaginatie-item was er een parafrasering; zie Appendix 1). Deze parafraseringen werden aan de LEV2 toegevoegd om zo de consistentieneiging van personen te omzeilen. Dergelijke consistentieneigingen kunnen immers imaginatie-inflatie effecten maskeren. De LEV2 werd afgenomen om verschuivingen in waarschijnlijkheidsoordelen ten opzichte van de LEV1 te meten. Indien personen bij deze gelegenheid opmerkten dat ze de LEV al een keer hadden ingevuld, werd gezegd dat bij de eerste gelegenheid een verkeerde versie was gebruikt.

## Resultaten

De gemiddelde waarschijnlijkheidsoordelen voor imaginatie- en controle-items tijdens LEV1 en LEV2 zijn weergegeven in tabel 1

**Tabel 1 Gemiddelden en standaarddeviaties van imaginatie- en controle-items tijdens voor- en nameting (resp. LEV1 en LEV2; N = 45).**

	Imaginatie-items	Controle-items
LEV1	2.20 (0.78)	2.22 (1.21)
LEV2	2.71 (1.17)	2.20 (1.10)

QMI = Questionnaire upon Mental Imagery; DES = Dissociative Experiences Scale; sds = Social Desirability Scale; Questionnaire upon Mental Imagery; CEV = Creatieve Ervaringen Vragenlijst; TAS = Telegen's Absorption Scale.

. Om na te gaan of dissociatieve ervaringen, sociale wenselijkheid, voorstellingsvermogen, fantasierijkheid en mentale absorptie van invloed zijn op het imaginatie-inflatie effect, werden Pearson-correlaties berekend. Imaginatie-inflatie werd berekend door veranderingen in scores op de controle-items af te trekken van veranderingen in scores op de imaginatie-items. Tabel 2

**Tabel 2 Pearson-correlaties van imaginatie-inflatie met des, sds, qmi, cev en tas (n = 45).**

	DES	SDS	QMI	CEV	TAS
Imaginatie-inflatie effect	-0.18	-0.20	0.20	-0.05	-0.02

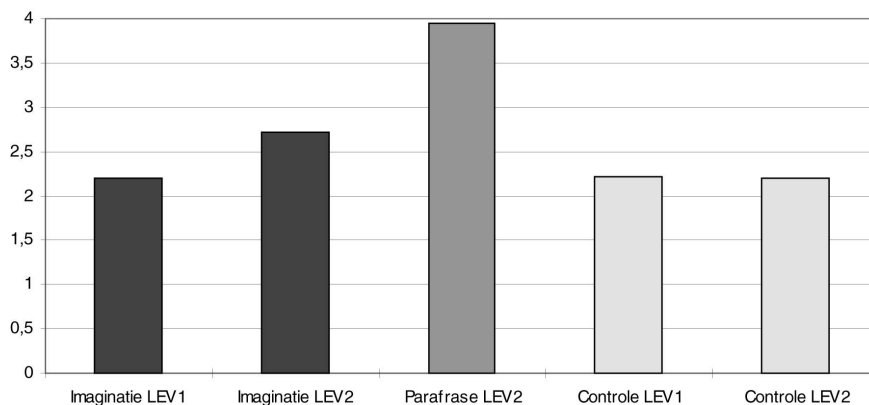
QMI = Questionnaire upon Mental Imagery; DES = Dissociative Experiences Scale; sds = Social Desirability Scale; Questionnaire upon Mental Imagery; CEV = Creatieve Ervaringen Vragenlijst; TAS = Telegen's Absorption Scale.

laat de resultaten zien <sup>1</sup>. De significante relatie die onze vorige studie (Merckelbach et al., 1998a) vond tussen voorstellingsvermogen (QMI) en imaginatie-inflatie ( $r = -0.34$ ,  $p = 0.05$ ) werd nu niet gerepliceerd. Voor de rest werden er, net als in onze vorige studie, geen significante correlaties gevonden tussen dissociatieve ervaringen (DES), de neiging sociaal wenselijke antwoorden te geven (SDS) en absorptievermogen (TAS) enerzijds en imaginatie-inflatie anderzijds.

Een vragenlijst die aan de huidige studie is toegevoegd is de Creatieve Ervaringen Vragenlijst (CEV; Merckelbach et al., 1998b), een maat voor 'fantasy proneness'. Van deze eigenschap wordt gedacht dat zij een rol speelt bij het ontstaan van pseudo-herinneringen (zie bijv.: Destun & Kuiper, 1996). Er bleek in deze studie echter geen relatie te bestaan tussen de CEV en imaginatie-inflatie. Overigens was er wel een robuuste correlatie van 0.58 ( $p < 0.01$ ) tussen de CEV en de LEV (zie ook Merckelbach et al., 1998b), wat wil zeggen dat mensen met een rijke fantasie ook meer melding maken van bijzondere gebeurtenissen die voor hun tiende levensjaar zouden hebben plaatsgevonden. Een soortgelijke relatie werd gevonden tussen scores op de DES en

op de CEV ( $r = 0.56, p < 0.01$ ). Ook dissociatieve ervaringen lijken dus gerelateerd te zijn aan het rapporteren van een rijke variëteit aan bijzondere gebeurtenissen. Om na te gaan of er sprake was van een imaginatie-inflatie dan wel repetitie-effect werden de gemiddelde waarschijnlijkheidsoordelen door middel van een  $2$  (controle versus imaginatie items)  $\times$   $2$  (LEV1 versus LEV2) ANOVA, met beide factoren als herhaalde meting, geëvalueerd. Deze analyse leverde een significant hoofdeffect van controle versus imaginatie items op [ $F(1,44) = 6.94, p < 0.05$ ]. Verder bleek er een significant interactie-effect te bestaan tussen imaginatie en LEV [ $F(1,44) = 7.84, p < 0.01$ ]. Deze interactie duidt op een imaginatie-inflatie effect: na het uitschrijven van een imaginatie neemt het subjectieve waarschijnlijkheidsoordeel toe. Een hoofdeffect van LEV ontbrak, hetgeen betekent dat er geen overtuigend repetitie-effect optrad [ $F(1,44) = 2.01, p = 0.16$ ].

Bij wijze van samenvatting toont figuur 1



*Figuur 1 Gemiddelden van imaginatie- en controle-items tijdens voor- en nameting (resp. LEV1 en LEV2) en parafrase-items tijdens LEV2 (N = 45).*

nog eens de gemiddelde subjectieve waarschijnlijkheidsoordelen voor imaginatie- en controle-items tijdens LEV1 en LEV2. Ook weergegeven zijn beoordelingen van de geparafraseerde imaginatie-items tijdens LEV2. De relatief hoge waardering (3.95) die deze parafrases kregen onderstreept de opvatting dat consistentie-neigingen de omvang van imaginatie-inflatie kunnen dempen. Het een en ander werd ook terug gevonden in gepaarde  $t$ -tests: subjectieve waarschijnlijkheidsbeoordelingen die gegeven werden aan geparafraseerde imaginatie-items waren niet alleen hoger dan die gegeven aan controle-items tijdens LEV2 [ $t(44) = -9.11, p < 0.001$ ], maar ook hoger dan die van imaginatie-items tijdens LEV2 [ $t(44) = -5.66, p < 0.001$ ]. Indien imaginatie-inflatie werd gedefinieerd als verschuivingen in waarschijnlijkheid van imaginatie-items tijdens LEV1 naar parafrase-items tijdens LEV2 gecorrigeerd voor verschuivingen op controle-items, dan leverden Pearson-correlaties met de vragenlijsten opnieuw geen significante relaties op. Merk op dat de gemiddelde subjectieve waarschijnlijkheid die werd toegekend aan de parafrases relatief hoog is. Met een gemiddelde verschuiving na een schrijfopdracht van 1.7 schaalpunten is er sprake van een behoorlijke toename.

## Beschouwing

In deze studie stelden wij ons de vraag of schrijven over autobiografische fictie kan aanzetten tot een hogere subjectieve waarschijnlijkheidsbeoordeling van die fictie. Het antwoord hierop is evident 'ja': de waarschijnlijkheid neemt onder invloed van 'journaling' significant toe. Een tweede vraag was of er bepaalde persoonsvariabelen aan te wijzen zijn die verband houden met deze toename. Het antwoord op deze vraag is over de hele linie negatief: er is geen invloed van dissociatieve ervaringen, sociale wenselijkheid, voorstellingsvermogen, 'fantasy proneness' en mentale absorptie op imaginatie-inflatie.

Indien personen binnen een bepaalde tijdsperiode tweemaal dezelfde items beoordelen op hun waarschijnlijkheid, neemt die waarschijnlijkheid in de regel – geheel los van de invloed van dat soort interventies als imaginatie – toe. Dit zogenaamde repetitie-effect heeft een gemiddelde omvang van .3 schaalpunten en geldt als een robuust fenomeen in sociaal-psychologische experimenten (zie o.a. Brown & Nix, 1996). Ofschoon wij dit effect in ons vorig experiment duidelijk vonden, dook het in de huidige studie niet op. Dat kan twee oorzaken hebben. Ten eerste bestond de nameting uit meer items dan de voormeting waardoor de personen wellicht beter zijn nagegaan wat ze tijdens de voormeting hebben gescoord. Ten tweede zou het kunnen dat personen nu actiever zijn omgegaan met de te imagineren gebeurtenis. Deze actieve (re)constructie resulteert wellicht in een scherpere afbakening tussen hetgeen misschien toch gebeurd is (imaginatie-items) en absoluut niet gebeurd is (controle-items). Voorzover dit bijdraagt aan consistent lage beoordelingen van controle-items, wordt daarmee een repetitie-effect tegengegaan. Die actieve (re)constructie van gebeurtenissen heeft er in deze studie echter ook voor gezorgd dat informatie gegenereerd werd waarvan de bron niet meer goed te achterhalen viel. Dat leidde tot een groter geloof dat de fictieve gebeurtenissen deel uitmaakten van de eigen autobiografie (het imaginatie-inflatie effect; Garry et al., 1996). Merk op dat het imaginatie-effect dat in de huidige studie werd gevonden aanmerkelijk overtuigender is dan dat in onze vorige studie. In de huidige studie was sprake van een gemiddelde verschuiving van .51 schaalpunten (en zelfs 1.7 schaalpunten bij parafrases) onder invloed van imaginatie tegen een gemiddelde verschuiving van .37 in de vorige studie.

Waarom sorteert 'journaling' een sterker effect dan 'stille' imaginatie die plaats vindt op geleide van door de proefleider ontworpen scenario's? Los van het feit dat in het eerste, maar niet in het tweede geval, personen zelf de regie voeren over hun fantasie en die dus ook dichterbij de buurt van een voor hen plausibel verhaal kunnen brengen, spelen sociaal-psychologische mechanismen hier waarschijnlijk een rol van betekenis. Spanos (1996 ; p.100) zegt daarover:

'One factor that probably helps patients to define their memories as real involves encouraging them to take concrete behavioral steps that heighten their commitment to the reality of their "memories". A simple and relatively subtle means for achieving such commitment involves encouraging patients to write their "memories" down. (...) Writing the beliefs and showing the writings to others (e.g., the therapist) make those beliefs public. Once such a permanent public record is created, people experience pressure to behave (and belief) in a manner consistent with the record they created.'



Opmerkelijk is dat ondanks de sterkere imaginatie-inflatie effecten in dit experiment, nog steeds geen samenhang tussen persoonsvariabelen en imaginatie-inflatie gevonden werd. Een verklaring hiervoor kan worden gezocht in de persoonlijkheidsmaten die werden gebruikt. Er bestaan aanwijzingen dat 'reality monitoring' de hand heeft in het wel of niet ontstaan van pseudo-herinneringen (Hyman & Pentland, 1996; Hyman & Billing, 1998). 'Reality monitoring' verwijst naar het vermogen om onderscheid te maken tussen gefantaseerd en authentiek materiaal. Als dat vermogen ontregeld raakt, is een persoon vatbaarder voor pseudo-herinneringen (Johnson & Raye, 1988). De in deze studie gebruikte vragenlijsten (DES, CEV en TAS) zijn indirecte maten voor 'reality monitoring'. Gezien de afwezigheid van betekenisvolle correlaties tussen deze vragenlijsten en imaginatie-inflatie, zou het voor toekomstig onderzoek wel eens productiever kunnen zijn om een meer directe index voor 'reality monitoring' te hanteren. Goede paradigma's voor het in kaart brengen van 'reality monitoring' vaardigheden zijn in de experimentele literatuur ook voorhanden (zie bijvoorbeeld: Merckelbach, 1995).

Een andere verklaring voor het gebrek aan correlaties tussen persoonlijkheidskarakteristieken als 'fantasy proneness' en dissociatie enerzijds en imaginatie-inflatie anderzijds, ligt mogelijk in het paradigma. Wellicht gaan deze persoonsvariabelen pas een rol van betekenis spelen als het gebruikte paradigma van dien aard is dat er een substantiële verwarring ontstaat over gefantaseerde en authentieke gebeurtenissen. In de studies van Hyman en collega's (Hyman & Pentland, 1996; Hyman & Billings, 1998) werd zo een forse samenhang gevonden tussen DES-score en de neiging om pseudo-herinneringen te creëren. De auteurs gebruikten daarbij echter een nog actievere en invasievere context dan het uitschrijven van een imaginatie (zie voor een typering van het paradigma Merckelbach et al., 1998a). Hoe dan ook, duidelijk is dat er individuele verschillen bestaan in de vatbaarheid voor imaginatie-inflatie en überhaupt pseudo-herinneringen. De vraag waar die verschillen vandaan komen en hoe ze het best getypeerd kunnen worden is vooralsnog onopgehelderd.

Is het uitschrijven van een imaginatie dan gevaarlijk? Nee, het is ongevaarlijk: een keer een imaginatie uitschrijven leidt weliswaar tot een significante toename in het subjectieve waarschijnlijkheidsoordeel, maar het levert 'slechts' een toename van .51 schaalpunten op. Na zo'n opdracht treden er dus geen drastische geheugendeformaties op. Wordt er echter gekeken naar parafrases dan blijkt, zoals gezegd, de omvang van het effect groter. Een imaginatie-opdracht levert dan namelijk een toename op van 1.7 schaalpunten en dat is een behoorlijke toename. Dit imaginatie-inflatie effect valt vermoedelijk kleiner uit als gebruik zou worden gemaakt van moeilijk voorstelbare c.q. traumatische gebeurtenissen. Een studie van Sherman, Cialdini, Schwartzman en Reynolds (1985) toonde aan dat hoe moeilijker een gebeurtenis is voor te stellen, des te kleiner de toename van het subjectieve waarschijnlijkheidsoordeel wordt.

Een nuancering is hier echter wel op haar plaats. Stel dat 'journaling' wordt ingezet als exploratieve techniek bij twijfelende cliënten waarvan de therapeut vermoedt dat zij aan verborgen trauma's lijden (zie ook inleiding). En stel voorts dat zulke cliënten geïnstrueerd worden op de manier die therapeute Frederickson (1992 ; p.49) adviseert, namelijk: 'Je kunt erop vertrouwen dat je onderbewuste geest het hele verhaal door, traumatische incidenten uit je eigen verleden zal selecteren aangezien je er gemakkelijk op kunt vertrouwen dat je, als je iets snel doet, te maken hebt met ervaringen in plaats

van met fantasie.' Dan valt een inflatie van subjectieve waarschijnlijkheid, die de allure krijgt van een vage of zelfs levendige pseudoherinnering, niet uit te sluiten. Wij benadrukken dit punt omdat schrijfofdrachten, bibliotherapie en Interapy (schrijven via Internet) duidelijk bezig zijn aan een opmars<sup>2</sup>. Het gaat daarbij om een veelbelovende ontwikkeling aangezien de positieve effecten van schrijfofdrachten nu eenmaal goed gedocumenteerd zijn. Een riskant bij-effect, zoals het ontwikkelen van pseudo-herinneringen, zou echter kunnen optreden indien schrijfofdrachten de vorm aannemen van 'journaling'. Die mogelijkheid moet ook al serieus genomen worden omdat uit onderzoek blijkt dat een niet gering aantal cliënten via schrijfofdrachten 'nieuwe', mogelijk ook ware, herinneringen zegt te ontdekken (Pennebaker & Memon, 1996).

De conclusie van de huidige studie is dat als mensen via schrijven worden aangezet tot actieve (re)constructie van fictieve gebeurtenissen, die gebeurtenissen in subjectieve waarschijnlijkheid toenemen. Wat het effect is van repetitieve imaginatie-oefeningen kan op grond van de huidige studie niet worden gezegd. Ook de vraag of bepaalde persoonsvariabelen samenhangen met imaginatie-inflatie is onvoldoende opgehelderd. Verder onderzoek naar die samenhang lijkt dus nodig en wellicht zou daarbij gebruik moeten worden gemaakt van een betere maat voor 'reality monitoring'.

---

### **Abstract**

*Previous research showed that when subjects imagine fictitious autobiographical events, their confidence ratings of these events increase (imagination-inflation). The size of this effect is, however, too small to offer a convincing model for the development of pseudomemories in a therapeutical context. The present study examined the imagination-inflation effect when subjects write about imagined fiction. Subjects (N = 45) rated to what extent 60 events happened in their childhood. Subsequently, 4 events with a low subjective probability, were given to subjects in the laboratory. They were instructed to imagine these 4 events as if they were true and to write about these imaginations as detailed as possible. After this instruction, new probability ratings were gathered and subjects completed some questionnaires. The written down events increased significantly more in probability, compared to control events, which indicates a reliable imagination-inflation effect. However, this effect was not related to individual differences in dissociation or fantasy proneness. The main conclusion that can be drawn from this study is that writing about fictitious events enhances subjective probability ratings.*

### **Noot**

- 1 Voor de volledigheid zijn er ook partiële correlaties berekend tussen de verandering in scores op imaginatie-items met de verschillende vragenlijsten waarbij er gecorrigeerd is voor de veranderingen in scores op controle-items. Dit leverde geen significante relaties op (alle  $r$ 's < 0.20,  $P$ 's > 0.15).

### **Referenties**

Bernstein, E.M., & Putnam, F.W. (1986). Development, reliability and validity of a dissociation scale. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 174, 727-735.

- Brown, A.S., & Nix, L.A. (1996). Turning lies into truths: Referential validation of falsehoods. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 22, 1088-1100.
- Crowne, D., & Marlow, D. (1964). *The Approval Motive*. New York: Wiley.
- Carroll, J.S. (1978). The effect of imaging an event on expectations for the event: An interpretation in terms of the availability heuristics. *Journal of Personality & Social Psychology*, 36, 1501-1511.
- Destun, L.M., & Kuiper, N.A. (1996). Autobiographical memory and recovered memory therapy: integrating cognitive, clinical, and individual difference perspectives. *Clinical Psychology Review*, 16, 421-450.
- Frederickson, R. (1992). *Repressed memories: A journey to recovery from sexual abuse*. New York: Simon & Schuster.
- Garry, M., Manning, C.G., Loftus, E.F., & Sherman, S.J. (1996). Imagination inflation: imaging a childhood event inflates confidence that it occurred. *Psychonomic Bulletin & Review*, 3, 208-214.
- Goff, L.M., & Roediger III, H.L. (1998). Imagination inflation for action events: Repeated imaginings lead to illusory recollections. *Memory & Cognition*, 26, 20-33.
- Greenberg, M.A., Wortman, C.B., & Stone, A.A. (1996). Emotional expression and physical health: Reviving traumatic memories or fostering self-regulation? *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 588-602.
- Hyman, I.E., & Billings, J.F. (1998). Individual differences and false memories. *Memory*, 6, 1-20.
- Hyman, I.E., & Pentland, J. (1996). The role of mental imagery in the creation of false childhood memories. *Journal of Memory and Language*, 35, 101-117.
- Johnson, M.K. (1988). Reality monitoring: An experimental phenomenological approach. *Journal of Experimental Psychology: General*, 117, 390-394.
- Johnson, M.K., & Raye, C.L. (1988). False memories and confabulation. *Trends in Cognitive Sciences*, 2, 137-145.
- Koehler, D.J. (1991). Explanation, imagination, and confidence in judgement. *Psychological Bulletin*, 110, 499-537.
- Lindsay, D.S., & Read, J.D. (1994). Psychotherapy and memories of child sexual abuse: a cognitive perspective. *Applied Cognitive Psychology*, 8, 281-338.
- Loftus, E.F. (1996). Memory distortion and false memory creation. *Bulletin of the American Academy of Psychiatry and Law*, 24, 281-295.
- Merckelbach, H. (1995). De oorsprong van recovered memories. *Gedragstherapie*, 28, 19-29.
- Merckelbach, H., Muris, P., Schmidt, H., Rassin, E., & Horselenberg, R. (1998b). De Creatieve Ervaringen Vragenlijst als maat voor 'fantasy proneness'. *De Psycholoog*, 5, 204-208.
- Merckelbach, H., Sijtsenaar, M., Horselenberg, R., Leunissen, A., & Weltevrede, M. (1998a). Hoe sterk is imaginatie-inflatie. *Directieve therapie*, 18, 79-92.
- Pennebaker, J.W. (1993). Putting stress into words: Health, linguistic, and therapeutic implications. *Behaviour Research and Therapy*, 31, 539-548.
- Pennebaker, J.W., & Memon, A. (1996). Recovered memories in context: Thoughts and elaborations on Bower and Farudden (1996). *Psychological Bulletin*, 119, 381-385.
- Poole, D.A., Lindsay, D.S., Memon, A., & Bull, R. (1995). Psychotherapy and the recovery of memories of childhood sexual abuse: U.S. And British practitioners beliefs, practices, and experiences. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63, 426-437.
- Schoutrop, M., & Lange, A. (1997). Gestructureerd schrijven over schokkende ervaringen: resultaten en werkzame mechanismen. *Directieve therapie*, 17, 77-96.
- Schoutrop, M., Lange, A., Duurland, C., Bermond, B., Sporry, A., & de Goederen, A. (1995). De resultaten van schrijfofdrachten bij het verwerken van negatieve ervaringen. *Directieve therapie*, 15, 113-124.
- Sheehan, P.W. (1967). A shortened form of Bett's questionnaire upon mental imagery. *Journal of Clinical Psychology*, 23, 386-389.
- Sherman, S.J., Cialdini, R.B., Schwartzman, D.F., & Reynolds, K.D. (1985). Imagining can heighten or lower the perceived likelihood of contracting a disease: The mediating effect of ease of imagery. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 11, 118-127.
- Spanos, N.P. (1996). *Multiple identities & false memories: A sociocognitive perspective*. Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Tellegen, A., & Atkinson, G. (1974). Openness to absorbing and self-altering experiences ("absorption"), a trait related to hypnotic susceptibility. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1031-1039.

*Appendix 1*

**Gebruikte imaginatie- of controle-items en bijbehorende parafrases.**

<b>Imaginatie- of controle-items</b>	<b>Parafrases</b>
Snoepjes gestolen uit de winkel.	Iets gestolen uit een winkel
Een briefje van 25 gulden op straat gevonden.	Geld gevonden op straat.
Bij boompje klimmen uit de boom gevallen.	Ongelukje tijdens halsbrekende toeren in een boom.
Afgekeken bij een repetitie.	Gespiekt tijdens een proefwerk.
Een kras gemaakt op de langspeelplaat van je ouders/ verzorgers.	Iets van mijn ouders beschadigd.
Uit de touwen gevallen met gymnastiek.	Op een pijnlijke manier gevallen tijdens gymnastiek.
Je verstikt in een snoepje en iemand hield je daarop ondersteboven.	Je dreigde te stikken en iemand hielp je.
In het bos met de hele familie de weg zijn kwijtgeraakt.	Met het gezin verdwaald zijn in het bos.
Spinnen uit webbetjes gevangen met dubbelgebogen twijgje.	Insecten gevangen met een takje.
Bijna verdrinken in het zwembad omdat je werd ondergeduwd.	Iemand plaagde je in het zwembad waardoor je haast verdronk.
Een tien gehaald voor een vak waar je erg slecht in was.	Op school goed presteren op een taak waar je normaal erg slecht in was.
Gedaan of je ziek was, om maar niet naar school te hoeven.	Gedaan als er iets niet goed met je was zodat je geen proefwerk hoefde te maken.

E = experimentele groep; C = controlegroep; SD = standaarddeviatie.