

Weekend van de Wetenschap

PERSBERICHT

Onderzoek: Nederlanders rond de 35 jaar minst vatbaar voor valse herinneringen

Amsterdam, 25 augustus 2026 - Nederlanders van rond de 35 jaar hebben het minst aantal valse herinneringen. Bij valse herinneringen denken mensen dat ze iets eerder hebben gezien of gehoord, terwijl dat in werkelijkheid niet zo is. Daarnaast worden zowel jongere als oudere mensen vaker door hun geheugen misleid. Dit blijkt uit het publieksonderzoek Herinner je deze nog?, dat is uitgevoerd onder leiding van dr. Angela Mengelers en dr. Jolien Pieters van de faculteit psychologie van de Open Universiteit, in het kader van het jaarlijkse publieksonderzoek van Weekend van de Wetenschap.

Kinderen en ouderen hebben vaker valse herinneringen

Aan het onderzoek deden bijna 1.700 Nederlanders van 6 tot 90 jaar mee. Deelnemers kregen samenhangende woorden en plaatjes te zien, waarbij steeds één item ontbrak. Herkenden zij het niet-getoonde, maar sterk verwante woord of plaatje later toch, dan was sprake van een valse herinnering.

Het onderzoek laat een U-vormig patroon zien. Vanaf de jongste leeftijden neemt het aantal valse herinneringen eerst af, met het laagste aantal rond de leeftijd van 35 jaar. Daarna neemt het weer toe. Zowel jongere deelnemers van 6 tot 12 jaar als oudere deelnemers van 65 jaar en ouder hebben meer valse herinneringen. "Opvallend is dat de gevoeligheid voor valse herinneringen niet gedurende het hele leven gelijk blijft. Zowel kinderen als ouderen zijn er gevoeliger voor. Rond de leeftijd van 35 jaar lijkt er een soort sweet spot te zijn: mensen zijn dan het minst gevoelig voor herinneringen die niet kloppen. Dat laat zien dat leeftijd een belangrijke rol speelt in hoe herinneringen worden gevormd en teruggehaald," aldus dr. Angela Mengelers.

Woorden leiden vaker tot valse herinneringen dan plaatjes

Ook de manier waarop informatie wordt aangeboden, maakt verschil. Deelnemers hadden gemiddeld meer valse herinneringen wanneer zij woorden te zien kregen dan wanneer zij plaatjes zagen. Dit verschil was het grootst bij deelnemers van 45 jaar en ouder.

Ook de manier waarop het geheugen wordt getest, speelt een rol. Bij een ja/nee-keuze kwamen meer valse herinneringen voor dan wanneer deelnemers uit twee woorden of plaatjes moesten kiezen. De combinatie van plaatjes en deze keuzemethode leidde tot het minst aantal valse herinneringen. "De manier waarop informatie wordt aangeboden, blijkt dus uit te maken voor hoe betrouwbaar we ons iets later herinneren. Vooral bij ouderen zien we een duidelijk verschil tussen woorden en plaatjes. Ook de manier waarop we iemand naar een herinnering vragen, heeft invloed," aldus dr. Jolien Pieters.

De onderzoekers keken ook naar verschillen tussen mannen en vrouwen en naar de invloed van stemming. Hoewel het zien van ofwel een positief ofwel negatief filmpje voorafgaand aan het geheugenonderzoek de stemming van deelnemers duidelijk beïnvloedde, hadden zowel stemming als geslacht geen invloed op het aantal valse herinneringen.



“De resultaten laten zien dat herinneringen geen exacte kopieën zijn van gebeurtenissen. Ons brein vult informatie aan en legt verbanden, waardoor soms overtuigende maar onjuiste herinneringen kunnen ontstaan. Inzicht in hoe dit werkt is belangrijk, omdat het invloed kan hebben op hoe we leren, informatie verwerken en gebeurtenissen beoordelen. Denk bijvoorbeeld aan een leerling die zich een uitleg anders herinnert, of aan een getuige die met grote overtuiging vertelt wat hij of zij heeft gezien,” aldus dr. Angela Mengelers.

Weekend van de Wetenschap vindt jaarlijks plaats in het eerste weekend van oktober en wordt georganiseerd door NEMO Science Museum, in opdracht van het ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap. “We vertrouwen elke dag op ons geheugen, maar dit onderzoek laat zien dat herinneringen niet altijd kloppen. Juist door te ontdekken hoe ons brein werkt en waar het ons kan misleiden, wordt wetenschap herkenbaar en relevant voor iedereen. Dat is precies waar Weekend van de Wetenschap om draait,” aldus Géke Roelink, directeur van NEMO Science Museum.

Voor meer informatie: www.weekendvandewetenschap.nl

EINDE PERSBERICHT

Noot voor de redactie (niet voor publicatie)

Persinformatie en beeldmateriaal van Weekend van de Wetenschap is terug te vinden via weekendvandewetenschap.nl/pers/

Voor meer informatie, vragen of (pers)verzoeken met betrekking tot Weekend van de Wetenschap kunt u contact opnemen met:

Weekend van de Wetenschap | PR & Communicatie | Birgitte van Boven
pers@weekendvandewetenschap.nl | Birgitte: 06-33972220

