**Kunst: onmisbaar voor ons brein**

*Prof. dr. Erik Scherder, hoogleraar neuropsychologie en hoofd klinische neuropsychologie VUMC.*

Tien jaar geleden lachte iedereen mij uit als ik bij congressen over dementie met mijn hometrainer kwam aanzetten. ‘Haha, daar heb je Scherder weer met zijn exercises!’ Inmiddels staat een actieve leefstijl bovenaan op de prioriteitenlijst als het gaat om voorkomen van ziekten. Dat is niet mijn verdienste hoor, laat dat helder zijn. Maar die van ons gezamenlijk, van wetenschappers wereldwijd die er destijds net zo over dachten als ik. En dan denk je toch: Ahaaa! Gelukt!

**Creatieve netwerken**

Ik voorspel dat het net zo gaat met de invloed van kunst en cultuur. Als je toch ziet wat kunst doet in je hersenen! Enorme neuronale netwerken doen mee. Ik heb het over kunst maken én over kunst ervaren. Bij kunst ben je ruimtelijk bezig, je moet genereren, fantaseren, creëren, uitvoeren. Het vereist motoriek, je ervaart emoties, je denkt buiten kaders. Wat zou het fantastisch zijn, als kwetsbare mensen gestimuleerd worden om die creatieve netwerken aan te spreken! Jongeren in ziekenhuizen, mensen die een chemokuur ondergaan, ouderen bij wie een vorm van dementie is vastgesteld.

**Feiten**

Intuïtief voelt iedereen aan dat kunst heilzaam is. Maar degene die het geld op tafel moet leggen, wil hard bewijs. Dat is er niet. Daarom is in januari het onderzoek *Kunst en zorg, een kennissynthese van culturele interventies, langdurige zorg en positieve gezondheid* gestart. Deskundigen uit het veld verzamelen literatuur om zicht te krijgen op de studies die zijn gedaan. Heeft het onderzoek zich geconcentreerd op muziek, schilderen, toneel of dans? Is het effect bestudeerd op stemming, cognitie, gedrag, angst of stress? Zodra we een goed beeld hebben, kunnen we bepalen hoe we verder gaan.

**Tij gekeerd**

Iedereen heeft een verantwoordelijkheid, zoals welszijnswetenschappers, neurowetenschappers, en niet in de laatste plaats de kunstenaars zelf. De kennisagenda voor kunst en cultuur helpt daarbij. Want kunstenaars zagen voorheen niet de noodzaak van wetenschappelijk onderzoek. Ze zeiden: ‘Erik, wij hoeven ons niet te bewijzen, kunst bewijst zichzelf.’ Maar tijden veranderen. Bij krap budget bezuinigt de politiek als eerste op kunst. Je ziet meteen het effect. Theater- en concertzalen blijven leeg, want burgers denken: ‘Ach, dat deuntje van Mozart kennen we al.’

**Oma heeft genoten**

De musici hebben al mondjesmaat een begin gemaakt met wetenschappelijk onderzoek naar het effect muziek. Allemaal nog met voorzichtige conclusies, maar toch. Andere kunstsectoren komen veel trager op gang. Het bewijs van het gezondheidseffect komt bij hen daardoor nog te vaak uit de anekdotische hoek. ‘Oma heeft zichtbaar genoten van het museumbezoek!’ Alleen harde studies halen kunst en cultuur uit het vrijblijvend domein. Pas als je effecten vindt, kun je stappen zetten.

**Kunst beklijft**

Ik verwacht dat het belang van kunst en cultuur over vijf jaar meer op waarde wordt geschat. En ik hoop op een goede call van ZonMw, zodat het onderzoek kans krijgt om te groeien. Dat we dankzij de wetenschap gaan inzien dat kunst – net als een actieve levensstijl – essentieel is voor lichaam en geest. Het is niet iets dat binnenstroomt en weer wegspoelt uit ons hoofd. Kunstervaringen beklijven. Ze zijn onmisbaar voor ons welbevinden. Als we dat beseffen, denk ik dat we heel goed bezig zijn.