



## Synsk?

**Spørsmål:** Jeg har rekke ganger opplevd å snakke med mennesker som jeg ikke har truffet tidligere, men som likevel føler jeg har møtt.

Kan du forklare hvorfor dette skjer? Jeg synes det er forvirrende. Iblant tenker jeg at jeg enten må være synsk eller lide av en psykisk sykdom.

**Svar:** Følelsen av å ha opplevd noe tidligere når man i virkeligheten opplever det for første gang kalles déjà vu. Begrepet er fransk og betyr "Allerede sett". I spørreundersøkelser oppgir 70 prosent av befolkningen at de har erfart dette en eller flere ganger.

Hva fenomenet bunner i vet man ikke, men det har vært utført noen vitenskapelige studier med sikte på å komme nærmere en forklaring. Det er gode holdepunkter at opplevelsen av å for eksempel ha vært et nytt sted eller møtt et nytt menneske tidligere skyldes at stedet eller personen sterkt minner om steder vi har vært eller mennesker vi har møtt. Grunnen til at stedet eller vedkommende utløser opplevelsen av déjà vu er at vi ikke husker stedet eller mennesket som lignet den aktuelle hendelsen. De er imidlertid så like at hjernen tolker det som en uforklarlig gjenopplevelse – altså déjà vu. Spørreundersøkelser av personer som har déjà vu tyder på at en slik mekanisme kan være noe av forklaringen. Det viser seg at sannsynligheten for episoder med déjà vu er størst hvis befinner seg i situasjoner som ligner steder vært i tidligere. For eksempel vil et menneske som liker å gå i kirken kunne hyppigere få en opplevelse av déjà vu hvis de besøker et kirkebygg hvor de tidligere ikke har vært. Resultat av forsøk støtter denne teorien. I forsøkene utsetter man folk for ulike sanseintrykk uten at de er klar over det. Når man dager eller uker senere viser dem objektene på nytt rapporterer mange

opplevelsen av déjà vu. Grunnen er at de ikke bevisst registrerte at de så gjenstandene en tid tilbake.

En annen mulig forklaring på déjà vu kan være at det iblant foreligger en ørliten forsinkelse mellom hjernens registrering av sanseintrykk før inntrykket sendes til bevisstheten. Når bevisstheten synes sanseintrykket virker kjent og derfor sjekker dette med hukommelsen og finner at der er hendelsen allerede registrert kan det gi en følelse av “dette har jeg jo allerede opplevd” selv om man faktisk ikke har opplevd det tidligere.

En annen teori går ut på at de delene av hjernen som arbeider med gjenkjenning iblant stikker om på minner om tidligere hendelser og merker enkelte tidligere som “ikke opplevd”. Når bevisstheten deretter “slår opp” i dette registeret for å sammenligne en nåværende hendelse med , trekker vi feil konklusjon. Kanskje kan slike småfeil i hjernens funksjon hvorfor déjà vu forekommer hyppigst når man er trøtt eller stresset.