

Verbonden met ons allemaal via een 'toverding'

Een oudere vrouw in de bus richting Zaandam komt wat ongemakkelijk naast me zitten. 'Kunt u me helpen?' vraagt ze, en ze wijst op mijn laptop. Die klap ik dicht. Dat blijkt niet de bedoeling. 'Ik hoopte juist dat je op het internet wat voor me kon opzoeken.'

'Wat wilt u weten dan?'

'Nou, het zit zo, ik ga voor het eerst in veertig jaar bij mijn nicht langs. Nu heeft ze wel uitgelegd waar ze woont en ik heb hier het adres, maar ik weet niet bij welke halte ik moet uitstappen.'

Uit mijn zak vis ik mijn telefoon en ik open een app om routes te plannen in het openbaar vervoer. Binnen een halve minuut staat de routebeschrijving op het scherm. 'O, dus over een kwartier moet ik uitstappen bij die halte en dan zo lopen?' Wat ongemakkelijk veegt ze met haar vinger over het scherm. De kaart beweegt mee. Ze schrikt er een beetje van.

Uit haar tas vist ze een pen en ze schrijft de halte en de routebeschrijving op. Voordat ze teruggaat naar haar plek in de bus wijst ze nog een laatste keer naar het scherm van mijn telefoon.

'Wat is het toch een toverding!'

Veel mensen zijn gewend aan al die technolo-

gie in een smartphone die het leven soms makkelijker maakt, maar als je erover nadenkt wat er allemaal voor nodig is dat je een wildvreemde kunt vertellen bij welke halte – op een plek die je zelf niet kent – ze moet uitstappen, dan is dat gigantisch. Een app die contact maakt met een database die weet waar alle adressen en bushaltes in Nederland zijn, een geweldig complexe smartphone die de app kan draaien en die een verbinding onderhoudt met een zendmast ergens verderop – waar precies weet ik niet – en via radiogolven mij informatie toezendt van het internet.

Het is moderne magie, maar omdat het zo normaal en gebruiksvriendelijk is geworden, is de technologie verdwenen. Deze vrouw was het gemak van een smartphone niet gewend en vond het daarom een ‘toverding’. Het is het soort verwondering dat we ooit allemaal hebben gehad toen we voor het eerst een smartphone zagen of gingen gebruiken.

Die tijd ligt voor de meesten van ons ver achter ons. Smartphones en mobiel internet hebben zo’n ingrijpende, maar ook diverse invloed gekregen op onze maatschappij, dat het haast onmogelijk is daarvan een compleet overzicht te geven. Er zijn zoveel grote en kleine plekken waar je die invloed terugziet.

Desondanks zijn er wel ontwikkelingen terug te zien waarbij smartphones een echt grote impact aan het maken zijn. Het is niet allemaal goed nieuws. We zetten als maatschappij in sommige opzichten drie stappen voorwaarts, in andere opzichten zetten we juist weer een stap terug.

Daarom heb ik een paar ontwikkelingen eruit gepikt die niet alleen ingrijpend zijn, maar ook grote aantallen mensen betreffen. Het geheel geeft op deze manier een realistisch beeld van de complexe invloed die smartphones hebben op het dagelijks leven.

Hoe smartphones ons gezamenlijke gedrag beïnvloeden

Waar is de stilte?

Er is geen belangrijker teken dat een bepaalde technologie in de haarvaten van de maatschappij is doorgedrongen dan dat een hoogwaardigheidsbekleder voor het gebruik gaat waarschuwen in toespraken.

Paus Franciscus I deed dat begin 2015, toen hij sprak over technologie op Wereld Communicatie Dag. Hij zei: ‘De moderne media, die een essentieel deel uitmaken van de levens van in het bijzonder jongere mensen, kunnen zowel een hulp zijn als een obstakel bij communicatie in en tussen families. Die media kunnen een obstakel zijn als zij een manier worden om het luisteren naar anderen te voorkomen, om fysiek contact te vermijden, om elk moment van stilte te vullen, zodat we vergeten dat stilte een integraal element is van communicatie. In afwezigheid van stilte kunnen woorden die rijk zijn van inhoud niet bestaan.’¹

De paus is kortom bang dat smartphones en andere moderne communicatiemiddelen zoveel van de stiltes in het dagelijks leven vullen, dat

communicatie oppervlakkiger wordt. Maar hij had nog meer te zeggen over het dit fenomeen. Hij ziet namelijk ook de positieve kanten: 'Die media kunnen helpen met communiceren wanneer zij mensen in staat stellen om hun verhalen te delen, om in contact te blijven met vrienden die ver weg wonen, om anderen te bedanken of om vergeving te zoeken, en om de deur te openen naar nieuwe ontmoetingen. Door dagelijks te groeien in ons bewustzijn van het vitaal belang om anderen te ontmoeten, zullen we de technologie wijs gebruiken, in plaats van ons erdoor te laten domineren.'

Hoezeer een paus in het Vaticaan ook afgesneden lijkt van de rest van de wereld, deze woorden klinken in elk geval wijs. Maar is er ook een wetenschappelijke basis voor te vinden? Het lijkt erop van wel. De Amerikaanse breinwetenschapper Daniel Levitin is een van de mensen die zich ongetwijfeld in deze woorden kan vinden. Ook hij ziet grote waarde in de stiltes van het dagelijks leven, die zoveel mensen nu vullen met het swipen door hun Facebook-nieuwsoverzicht of door een lijst met mogelijke Tinder-matches. 'De geschiedenis van wetenschap en cultuur wemelt van verhalen over grote ontdekkingen die zich voordeden toen de uitvinder niet dacht waaraan hij werkte, in elk geval niet bewust. Het dagdromen loste het probleem op, en het antwoord verscheen plotseling als een flits van inzicht.'²

Levitin spreekt zich ook uit over de vraag of het gebruik van smartphones invloed heeft op het dagdromen, dat hij 'mind wandering' (dwalende gedachten) noemt. Volgens hem hebben smart-

phones invloed op de hoeveelheid tijd die we onszelf gunnen om onze gedachten te laten afdwalen. 'Je kunt je gedachten laten afdwalen terwijl je bezig bent met Facebook, Twitter, Instagram of Pinterest, maar het gaat veel lastiger. Je concentreert je op iets en dus is het moeilijker om je gedachten de vrije loop te laten.'

Dit gegeven staat in verband met iets wat niemand kan ontgaan die veel met de trein of bus gaat. Waar mensen tot een paar jaar geleden starend uit het raam keken of een conversatie begonnen met iemand, zitten hele coupés en bussen nu op het scherm van hun telefoon te kijken, eventueel met oortjes in. Die mensen noem ik 'smartphonezombies'.

Het fenomeen kwam ik als eerste tegen op een lokale versie van het Amerikaanse ABC News uit 2009, hoewel die het aanduidt als 'appverslaving'³. De term 'smartphonezombies' komt uit een afbeelding⁴ die enkele jaren geleden populair werd op internet, met daarop ogenschijnlijk een stel studenten die op hun smartphone bezig zijn, met daarbij de tekst: 'Waarom zou je bang zijn voor een "zombie-apocalyps" als je al een zombie bent?', een verwijzing naar de film *Night of the Living Dead* uit 1968, waarin zombies de maatschappij ontwrichten als zij opstaan uit de dood in de 'zombie-apocalyps'.

Hoe komt het nu dat zoveel mensen op straat zo met hun telefoon bezig zijn? Daarvoor zijn meerdere redenen. Op de een of andere manier doet het me een beetje denken aan de tijd dat ik veertien, vijftien jaar was. In die tijd mocht ik geen al-

cohol drinken. Omdat alcohol iets nieuws was in mijn leven, greep ik elke gelegenheid aan om te drinken: tijdens een tussenuur op school, als er niemand thuis was, als ik bij een vriend was die wel mocht drinken. Het is een combinatie van het overtreden van regels en het spannende van iets nieuws; een nieuwe gadget kan, zo weet ik, hetzelfde gevoel oproepen en zo'n aantrekkingskracht uitoefenen dat je hem de hele tijd erbij pakt, veel sneller dan nodig is. Dan pak je hem voortdurend om hem even vast te houden en te bekijken, het scherm aan te zetten om te checken hoe mooi de software eruitziet en ga zo maar door.

De smartphone is voor veel mensen nog relatief nieuw en wekt dus volgens mij hetzelfde gevoel op: ze willen elk bericht of nieuwtje meteen zien en er meteen op reageren. Het besef dat het je in gezelschap tot zombie maakt, nemen ze voor lief. Daarom denk ik dat het probleem zichzelf zal oplossen: de smartphone zal over een paar jaar lang niet zo nieuw meer zijn en mensen zullen dus als vanzelf andere prioriteiten stellen. Elke technologie is namelijk eerst cool en spannend voor de technologische voorhoede, dan wordt het een coole gadget voor iedereen en vervolgens wordt het gewoon iets wat er altijd is. Het wordt niet alleen normaal, de technologie verdwijnt naar de achtergrond van ons leven, net als ooit spannende innovaties als de trein, elektriciteit en – meer recentelijk – het wereldwijde web op computers.

De situatie van voor de intrede van mobiele telefoons – toen niemand ooit op zijn telefoon keek –

zal niet meer terugkeren: er zijn nu eenmaal gevallen waarin de mobiele communicatie inderdaad belangrijker is dan de fysieke, maar dat zullen alle gesprekspartners dan ook makkelijker accepteren. Gedragsregels lijken misschien een goede oplossing, maar uiteindelijk werkt dat natuurlijk niet: ongeschreven regels ontstaan uit zichzelf, ze kunnen niet zomaar afgedwongen worden.

Zoals de meeste mensen die overmatig alcohol dronken in hun puberteit later hebben geleerd om hun alcoholgebruik binnen de perken te houden, zo zal het de digitale generatie vergaan. Momenteel zitten we met waanzinnig veel 'telefoonpubers' in onze samenleving. Telefoonverboden hebben dan geen zin: voor al die pubers wordt het overtreden van de regels dan een spannend spel. We zullen de komende jaren met onze ogen moeten rollen en moeten wachten tot deze fase overgaat.

Doe eens normaal!

Toch is er een verschil met alcoholgebruik van pubers. Want terwijl talloze volwassenen verantwoord en gematigd om kunnen gaan met alcohol, geldt dat voor smartphones in mindere mate. Er is nog geen goed voorbeeld van een set regels waar we ons allemaal aan zouden moeten houden.

Er is iemand die ik vaag ken en zo nu en dan tegen het lijf loop in het openbaar vervoer. We praten af en toe wat, maar close zijn we niet. En altijd als ik hem zie, twijfel ik even wat ik moet doen.

Doe ik mijn oortjes uit en zet ik mijn muziek af, blijf ik af en toe mijn telefoon checken of niet? Als je elkaar nauwelijks kent, heb je daar geen onderlinge regels voor. Gaat de vage kennis in de fysieke omgeving vóór het digitale contact of omgekeerd?

In dit geval zou je graag willen terugvallen op een soort algemene etiquette rondom het gebruik van smartphones, maar die is er niet. Omdat het fenomeen nog nieuw is, zijn de regels over wanneer en hoe het gebruik van smartphones geoorloofd is nog aan het verschuiven, lijkt het. Omdat die etiquette nog niet lijkt te bestaan, zijn er veel initiatieven om die te beïnvloeden. En zelfs kleine initiatieven kunnen dan een grote impact hebben.

Neem nu Banbye, een actie die in Belgische media een enorm succes was. Bij die actie riepen enkele studenten op om in de horeca de smartphone vooral in de broekzak te laten zitten en je in plaats daarvan te richten op de mensen om je heen. De actie werd geboren uit irritatie. Het was de studenten opgevallen dat veel mensen die met elkaar uit eten zijn of een biertje drinken het toestel op tafel laten liggen.⁵ Het was een kortstondige hype bij onze zuiderburen, maar waarom haalde die nou eigenlijk zoveel media? Niet omdat de initiatiefnemers al bekendheid hadden of om een andere reden een autoriteit waren op dit gebied. Waarschijnlijk kwam het doordat het zo'n gevoelige snaar raakte. Mensen zien het zichzelf of anderen doen en zijn oprecht verontwaardigd over dit gedrag. Ze willen dat er iets gebeurt, maar ze zien geen ander initiatief om er iets aan te doen dan dit kleine idee.

Een ander voorbeeld van een willekeurig persoon die zo'n snaar raakte was de onbekende Amerikaanse danser Brian Perez. Hij had samen met vrienden een spelletje bedacht om het gebruik van de smartphone tijdens etentjes tegen te gaan. Hij zette zijn spelletje, met de weinig verhullende naam Don't Be A D*ck During Meals With Friends op zijn tot dan toe onbekende blog. Het werd opgepikt en dit spelletje werd niet lang daarna ook in Nederland gespeeld. Het spelletje is heel eenvoudig: iedereen legt zijn smartphone op tafel met het scherm naar beneden. De eerste die zijn telefoon pakt tijdens het etentje, betaalt de rekening voor iedereen. Dit lijkt heel simpel, maar is moeilijker dan je denkt. De deelnemers horen hun telefoon wel trillen of geluid maken, maar weten dan niet wat ze missen. De drang om dan even te kijken wie of wat het is, is groot. Dat dit soort initiatieven enige bekendheid vergaren, maakt duidelijk dat de regels nog volop in beweging zijn. Sommige mensen vinden blijkbaar dat het niet kan, anderen zijn van mening dat het wel geoorloofd is.

Is er dan geen smartphone-etiquette? Wie ernaar op zoek gaat, vindt talloze lijstjes en samenvattingen van wat wel en niet kan, maar er is geen lijstje waarvan je kunt zeggen dat er brede overeenstemming over bestaat. Hoewel ze allemaal wat verschillen, duiken er wel een aantal gemeenschappelijke thema's op, zoals 'ga niet tegelijk rijden en berichten beantwoorden' en 'onderbreek geen persoonlijk gesprek om te gaan chatten'.

Smartphone-etiquette

Deze regels komen het meest naar voren in lijstjes van smartphone-etiquette:

1. Voer geen gesprek in het directe bijzijn van anderen. Of het nu gaat om een telefoontje of chatgesprek, als er echt iets is dat je met iemand anders moet bespreken, excuuseer je dan even en trek je ergens terug.
2. Als je met je smartphone in de weer ben, doe dan geen andere dingen. Rijden, fietsen of zelfs wandelen terwijl je dingen aan het typen bent, kan leiden tot onaangename of zelfs gevaarlijke situaties. Ga dus even ergens stilstaan om berichtjes te sturen of te lezen.
3. Zet in gezelschap de smartphone op stil of laat hem alleen trillen in de broekzak. Elk geluid van een bericht of ander zichtbaar element, zoals een oplichtend scherm of een notificatieled, een lampje op de telefoon dat aangeeft dat er een nieuw bericht is, leidt anderen af.

Deze regels zijn een goed begin, maar er zijn nog veel meer kleine en grote regels, die misschien verschillen per groep. Ik merk dat zelf sterk: bij vrienden grijp ik sneller naar mijn telefoon dan bij mijn moeder thuis – die dat zelf ook niet doet.