

GEVOLGEN VOOR DE PSYCHE

De smartphone maakt ons gejaagd, gestrest, vermoeid en minder empathisch. Al tien jaar geleden riep filosoof en schrijver Joke Hermsen op tot een debat over onze houding ten opzichte van de nieuwe technologie. Toen werd ze, zegt ze, weggezet als technofoob. 'Ik was een roepende in de woestijn. En nu dreigt de technologie ons boven het hoofd te groeien.' Hermsen schrijft essays, romans en boeken over filosofie. In haar veelgeprezen *Stil de tijd. Pleidooi voor een langzame toekomst*, dat in 2009 verscheen, verkent ze het belang van rust, verveling, aandacht en wachten. En dat zijn nu juist ervaringen die onmogelijk worden gemaakt door de voortdurend trillende, piepende of zoevende smartphone.

De smartphone hoeft van Hermsen niet in de ban, maar ze bepleit het begrip *schole* van de oude Grieken in acht nemen. *Schole* – het Nederlandse woord school is ervan afgeleid – betekent, aldus Hermsen: 'Rust nemen, niets doen. Mijmeren, de geest laten waaien, dagdromen.' *Schole* is een voorwaarde om iets nieuws te kunnen leren of om kritisch en creatief te kunnen denken. 'We moeten de juiste balans zien te vinden tussen het behouden van rust en al die beeldschermactiviteiten.'

Maakt de smartphone ons minder

creatief? Hermsen: 'Natuurlijk. Alles wat de aandacht doorbreekt – of opvult met amusement en informatie – is een aanslag op onze creativiteit. Maar ook op onze solidariteit. Het wordt vaak vergeten, maar creativiteit en solidariteit liggen in elkaars verlengde. Om je te kunnen inleven in de ander heb je concentratie en verbeeldingskracht nodig.'

De smartphone steelt niet alleen onze tijd, maar ook onze menselijkheid. Hermsen: 'Nadenken, creatief en empathisch zijn, is tijd nemen. Eigenlijk is elke échte gedachte een vertraagde gedachte, schrijft de Portugees-Amerikaanse neuroloog en filosoof Antonio Damasio. Onze hele beschaving komt voort uit vertraagd denken. Primaire reacties zijn alleen nuttig voor het instandhouden van de soort: je moet voldoende eten en jezelf bij gevaar verdedigen. De cultuur begint als aan die basisvoorwaarden is voldaan.' We moeten, zegt Hermsen, gaan pra-

ten over hoe we willen omgaan met de technologie. Doen we dat niet, dan dreigt de mens te *verdinglijken*. 'In de komende decennia zullen robots en apparaten veel werk en banen gaan overnemen. Daarom moet het onderwijs zich richten op dat wat ons van de apparaten en de beeldschermen onderscheidt. En dat is: het scheppen van het onverwacht, onberekenbaar en dus ook onprogrammeerbaar nieuwe, vanuit intuïtie, creativiteit en een associatief denkende geest. Taal, denken, historisch bewustzijn, kunstzinnige vorming, muziek: dat is wat onze creativiteit en onze menselijkheid kan aanwakkeren.'