

Zet af en toe je computer uit

Zonder computer kan hij niet, maar sinds Nicholas Carr heeft ontdekt dat hij anders is gaan denken, doseert hij het gebruik ervan. ‘Hoe meer taken je tegelijk uitvoert, hoe meer informatie je mist.’

Door Peter Giesen

Nicholas Carr miste zijn oude hersenen. Hij had Engels gestudeerd en was altijd een groot literatuurliehebber geweest. Maar het kostte hem steeds meer moeite een tekst van enige lengte te lezen, laat staan een boek. Carr was ook een computerfreak, die in 1986 een van de eerste pc's van Apple had gekocht en uren op internet doorbracht.

‘Ik worstelde al een tijdje met mijn concentratie, maar ik dacht: ik word ouder, ik ben druk. Tot ik me realiseerde waarom ik niet meer kon lezen. Mijn geest gedroeg zich alsof ik achter de computer zat. Mijn geest wilde niet meer lineair van pagina naar pagina, hij wilde rondspringen, een stukje lezen, dan e-mail checken, dan even naar het nieuws kijken, dan weer een stukje lezen over een heel ander onderwerp. Toen legde ik het verband: internet had mijn hersenen veranderd.’

In 2008 schreef hij er een stuk over in *The Atlantic Monthly* onder de titel *Is Google Making Us Stupid?* Om zijn oude hersenen terug te krijgen, verhuisde hij van het drukke Boston naar het platteland van Colorado. Hij checkte zijn mail nog maar een keer per uur, en later nog maar een keer per dag, en schreef een boek dat onlangs in Nederlandse vertaling verscheen: *Het ondiepe, hoe onze hersenen omgaan met internet*. Deze week was hij in Amsterdam voor een lezing aan het John Adams Institu-

te. In de lobby van zijn hotel toont hij zich een bedachtzame, langzame prater. Zijn boodschap is ook ambivalent. Internet is fantastisch, zegt hij, een onvoorstelbaar reservoir van kennis, een manier om met andere mensen in contact te komen, een democratisch medium waarmee ook niet-professionele schrijvers hun stem kunnen laten horen.

Maar het is ook een medium dat vluchtig en oppervlakkig maakt. Je multitasken, maar voeren geen enkele taak meer echt goed uit. Zo leidt internet tot collectieve ADHD.

Zijn boek is een hartstochtelijk pleidooi voor *slow reading*. Zet af en toe je computer uit en lees een boek, bij voorkeur een moeilijk boek. Tegelijkertijd maakt hij zich geen enkele illusie. Hij beseft dat de meeste mensen het niet zullen doen, of in elk geval niet zullen volhouden. Technologie vormt de samenleving, gelooft hij. We denken misschien dat we vrij kunnen beslissen hoe vaak we onze computers, iPhones en iPads gebruiken, maar dat is heel be-trekkelijk.

‘Zelfs vergeleken met vijf jaar geleden is de druk om constant online te zijn enorm toegenomen. Je kunt moeilijk zeggen: ik check vandaag mijn e-mail niet. Dan kan je carrière schaden. Door de opmars van sociale media, zoals Twitter en Facebook, zie je een zelfde ontwikkeling in het privéleven. Je moet haast wel meedoen. Je voelt je sociaal geïsoleerd als je weet dat je vrienden een conversatie voeren waar je niet aan deelneemt’, zegt Carr.

Natuurlijk kun je altijd de keuze maken om je computer uit te zetten. ‘Je kunt zeggen: ik zonder me af op diep na te denken. Dat zou ik mensen ook aanbevelen. Alleen: de sociale druk gaat juist de andere kant op.’

Aan het einde van het boek schrijft u dat u terugvalt. U zit weer steeds vaker achter de computer. Hoe gaat het nu? ‘Ik vind het nog steeds een worsteling. Ik ben wel weggebleven van Twitter en Facebook. Juist de sociale netwerken leiden je af, omdat ze je voortdurend voeden met kleine stukjes informatie. Ze zijn het meest verleidelijk.’

Heeft u al een iPad gekocht?

‘Nee, ik voel de verleiding, maar ik heb haar tot dusverre weerstaan. Ik heb ook geen iPhone, maar een heel oude telefoon, waarmee ik alleen kan bellen en sms'en. Uit zelfbescherming.’

Hoe hard is het bewijs dat onze hersenen echt veranderen door internet?

‘Het bewijs is vrij schaars, omdat er nog niet zo heel veel experimenten zijn gedaan met internetgebruikers. Het is ook heel moeilijk om te onderzoeken wat er precies in je brein gebeurt als je leest of op internet zit.

‘Anderzijds is er heel veel bewijs dat de hersenen zich aanpassen. Als je de omgeving verandert, als je andere gereedschappen gaat gebruiken, dan veranderen ook de hersenen. Ze vormen nieuwe verbindingen, terwijl oude, niet meer gebruikte verbindingen afsterven. Als je ziet hoe veel tijd we op internet doorbrengen, hoe intensief we daarmee bezig zijn, dan lijkt het me moeilijk voorstelbaar dat het geen enkel effect op onze hersenen zou hebben.’

Het is logisch dat je vermogen tot concentreren afneemt, als je nooit meer lange teksten leest. Is het wel nodig om daar zo'n ingewikkeld neurobiologisch verhaal bij te vertellen?

CV

Nicholas Carr (1959) groeide op in Connecticut, studeerde Engels aan Dartmouth College en Harvard. Hij werkte als redacteur voor een adviesbureau en voor de Harvard Business Review, tijdens het hoogtepunt van de dotcom-boom, rond 2000. Die ervaringen verwerkte hij in een aantal kritische boeken over computers en hun invloed op onze cultuur, zoals Does IT Matter (2003), The Big Switch (2008) en The Shallows (2010), onlangs in Nederlandse vertaling verschenen bij Maven Publishing als Het ondiepe, wat internet met onze hersenen doet. Carr verhuisde in 2008 van Boston naar Colorado, om rust te vinden. Hij wandelt, skiet en doet aan vliegvissen.

‘Ik denk het wel. De neurobiologische veranderingen hebben grote gevolgen. Als je je computer uitzet, gaan de mentale effecten niet weg. Er zijn veranderingen in je brein aangebracht.’

Maar die verdwijnen ook weer, als je weer vaker een boek leest.

‘Natuurlijk. De veranderingen zijn persistent, maar niet permanent. Maar het is wel moeilijk. De hersenen dragen bij aan het continueren van je gewoonten. Ze volgen ingeslepen patronen. Dat voel je ook: als je iets steeds opnieuw doet, wordt het ook steeds moeilijker om ermee te stopen.’

Is het wel zo erg als onze hersenen veranderen? Misschien worden we wel creatiever, omdat we sneller informatie verzamelen en combineren.

‘Je moet natuurlijk allebei doen: informatie verzamelen en diep nadenken. Door internet kun je heel snel informatie verzamelen die je ook kunt uitwisselen met anderen. Dat is waardevol. Maar als dat het enige is dat je doet, verlies je een manier van denken die ook heel waardevol is. Noem het solitair of contemplatief denken.

‘Ik vrees dat er een nieuwe intellectuele ethiek ontstaat, waarin we onze geest alleen maar gebruiken voor nuttige zaken, om snel antwoord te vinden op scherp gedefinieerde vragen. Het is efficiënt en productief. Maar dat gaat ten koste van het denken dat een open einde heeft, dat niet gericht is op het snel oplossen van concrete problemen. Het is een ideaal dat nog maar honderd jaar geleden werd verbeeld door Rodin in zijn beeld *De Denker*. Maar die vorm van denken wordt steeds meer als een vorm van zelfbevreddiging gezien.

‘Soms is het ook nuttig om snel informatie bij elkaar te zoeken. Maar voor ingewikkelde kwesties heb je lineair denken nodig, waarbij je een probleem in logische stappen doordent. Dat is ook de enige manier om tot creatieve en verrassende inzichten te komen. Als je snel antwoord zoekt op een heel concrete vraag, dan kom je meestal uit bij het antwoord dat iedereen geeft. Als je alleen bezig bent met het verzamelen en uitwisselen van informatie, bereik je nooit een dieper niveau, waarop informatie wordt omgezet in kennis en wijsheid.’

Oude tv-programma's gaan tergend langzaam, alsof alles drie keer uitgelegd wordt worden. Kennelijk zijn we toch veel slimmer geworden in het verwerken van informatie.

‘We zijn sneller geworden in sommige cognitieve vaardigheden. Zoals het volgen van een heleboel informatie op een beeldscherm, zonder overspoeld te worden. Mensen denken dat ze heel goed kunnen multitasken. Maar uit elk onderzoek blijkt: hoe meer taken je tegelijk uitvoert, hoe meer informatie je mist of verkeerd interpreteert.

‘Er zijn gewoon denkprocessen waar je echt aandacht bij nodig hebt. Een daarvan is het consolideren van herinneringen. Een mens slaat informatie uit zijn kortetermijnwerkgeheugen op in zijn langetermijngeheugen. Hoe scherper de aandacht, hoe beter je je later die informatie kunt herinneren. Het geheugen wordt vaak vergeleken met een harde schijf. Maar het biologisch



Nicholas Carr: ‘Misschien had Socrates tot op zekere hoogte wel gelijk. Het boek is ten koste gegaan van ons geheugen.’ Foto Joost van den Broek / de Volkskrant

geheugen is iets anders dan de database op een computer. Je slaat niet alleen informatie op, je maakt ook een connectie met andere informatie in je brein. Daardoor heeft elk mens een uniek intellect.’

Toch hoor ik al heel lang: feitenkennis is overbodig, je kunt het toch wel opzoeken op internet.

‘Het idee was: het geheugen staat los van het vermogen diep na te denken. Als je je niet meer druk hoeft te maken over allerlei feitjes, heb je meer ruimte om na te denken. Uit onderzoek blijkt echter het tegenovergestelde. Hoe meer je in je geheugen hebt, hoe makkelijker je nieuwe dingen leert. Je moet een geraamte in je hoofd hebben waarin je nieuwe informatie kunt passen. Als je dat niet hebt, zie je alleen maar losse brokjes informatie. Dan verdrink je.’

Ziet u de gevolgen van de ontwikkeling die u beschrijft ook echt om u heen? Is onze cultuur oppervlakkiger geworden door internet?

‘Ik zie internet als een voortzetting van een trend die al langer gaande is. Er is een verlangen naar het versimpelen van complexe vraagstukken. Dat wordt steeds sterker, naarmate de snelheid van informatie toeneemt. Mensen willen zich niet meer vastpinnen op één onderwerp, ze willen zo snel mogelijk zo veel mogelijk koppen lezen.’

Internet biedt ook een enorme verrijking. Vroeger moesten we wachten tot

een handjevol Amerikaanse tijdschriften met de post arriveerde Nu kunnen we ze allemaal meteen online lezen.

‘Maar als je kijkt wat er vroeger werd geschreven, dat was van een hoger niveau. Natuurlijk lees je nog altijd een heleboel doordachte en goede artikelen, maar het algehele peil is naar mijn idee gedaald. Ook omdat schrijvers en denkers aannemen dat mensen er toch geen tijd voor hebben. Ze snijden hun materiaal toe op een kortere aandachtsboog. Zelfs Rolling Stone brengt geen artikelen meer van zeventuizend woorden. Toen we dat deden, was er nog geen internet, zei uitgever Jann Wenner.’

Door de afleiding van elektronische media wordt het steeds moeilijker helemaal op te gaan in een concert of een boek. Tijdens concerten staan mensen druk te sms'en of te twitteren. ‘De ervaring is geen ervaring meer, maar voer voor communicatie’, zegt Carr. Sommige orkesten spelen hier al op in. Tijdens een uitvoering van Beethoven in Virginia kregen de luisteraars voorgedruceerde tweets van de dirigent, waarin hij uitleg over het muziekstuk verschafte. Bij andere concerten mochten toeschouwers sms'en welke toegift ze wilden horen. ‘Minder passief dan alleen maar luisteren’, vond een bezoeker. Actief en passief worden hier verward, vindt Carr. Opgaan in de muziek vergt veel meer actieve inspanning dan achteroverleunen en afgeleid worden door je mobiele telefoon.

E-readers en de iPad dreigen ook het



Een internetcafé, kinderen achter de laptop en bezitters van de iPad fotograferen elkaar. Foto's AP, Marcel van den Bergh en Reuters

eigen wereld meer, maar wordt simpelweg onderdeel van de gewone wereld, met alle afleidingen van dien. Carr: ‘Op langere termijn zullen schrijvers anders te werk gaan. Je staat minder onder druk om met woorden een rijk en precies beeld te schetsen. Je kunt denken: ik voeg hier wel even een videootje in. Het afgelopen jaar zijn de verkoopcijfers voor e-books in de Verenigde Staten geëxplodeerd, van 1 procent naar 10 procent van het totaal aantal verkochte boeken. Het gedrukte boek zal niet zo snel verdwijnen, maar het e-book wordt het dominante medium. En schrijvers en lezers zullen zich op dat dominante medium gaan richten.’

Hoe zal het de kranten vergaan?

‘In de VS hebben boeken het heel behoorlijk uitgehouden, in vergelijking met kranten. Toch geloof ik ook niet dat kranten zullen verdwijnen. Het zal wel minder worden: minder kranten, minder journalisten, minder lezers. Het tragische is dat de kranten deze crisis ruimschoots hebben zien aankomen. Alleen niemand heeft er een antwoord op gevonden.’

Nu hopen kranten dat ze met de iPad wel geld kunnen verdienen.

‘Tijdschriften zijn heel snel met iPad-versies gekomen. In eerste instantie liep dat heel goed, maar al snel zag je de groei weer verdwijnen, terwijl de verkoop van iPads enorm steeg. Niet groeien in deze markt is een slecht teken. Mensen willen betalen voor apps, voor spelletjes, voor een virtuele pint

bier op je iPhone, maar niet voor journalistiek.’

In uw boek geeft u tal van voorbeelden van mensen die waarschuwen voor nieuwe media. Socrates was tegen het boek, omdat het ten koste zou gaan van ons geheugen. Critici fulmineerden tegen de roman, de krant, de televisie. Tegenvoerdig lachen we daarom. Waarom zou het u anders vergaan?

‘Internet is een andere technologie dan alles wat hiervoor kwam, omdat het alle media integreert. Maar het is niet logisch om te zeggen: omdat zorgen over technologie in het verleden niet waar zijn gebleken, zullen onze hedendaagse zorgen ook niet waar blijken. Dat is een excuus om kritisch denken te vermijden. Misschien had Socrates tot op zekere hoogte wel gelijk. Het boek is ten koste gegaan van ons geheugen. Alleen is dat zo lang geleden gebeurd dat het voor ons niet meer waardevol is.’

Zal met internet niet hetzelfde gebeuren? Een paar generaties verder weten we niet meer beter en vindt iedereen het prima.

‘Ik ben me ervan bewust dat ik schrijf in een lange traditie, die sommige mensen triviaal en reactionair zullen vinden. De kans is groot dat ik uiteindelijk ook word gezien als iemand die ongelijk heeft gekregen, omdat de samenleving ervoor gekozen heeft om contemplatief denken niet meer te waarderen. Voor mij is dat tragisch, maar de samenleving denkt daar misschien heel anders over.’