

# Waarom deze tijd eng voelt, maar het niet is

Door Lykle de Vries - [@lykle](#) - [lykle@thesisone.com](mailto:lykle@thesisone.com)

*Mario Andretti, de Formule 1 coureur, zegt: 'If everything seems under control, you're not going fast enough.', maar dat is lang niet voor iedereen een prettig idee.*

Deze tijd is voor vele mensen een angstige tijd. Omdat alles zo snel gaat, zonder dat ze dat zelf willen, en zonder dat ze het gevoel hebben dat ze er met hun volledige aandacht bij kunnen. Wat een kleine groep mensen spannend en opwindend vind in deze tijd, is voor een veel grotere groep mensen angstaanjagend.

Angstaanjagend omdat het hun bekende en vertrouwde bestaan lijkt te bedreigen. Omdat het de manier waarop ze leerden hoe dingen gedaan werden bedreigt, overbodig maakt of achterlijk doet lijken.

Angstaanjagend omdat de mensen naar wie ze kijken voor duiding en voorbeeldgedrag ook bijzonder feilbaar blijken te zijn, leugens verkopen of de mond gesnoerd krijgen door oppervlakkige populistten. Dat ze naar die mensen kijken voor duiding en voorbeeldgedrag was hoe zij het namelijk van hun ouders geleerd hebben. Maar die groeiden op in een andere tijd, met andere spelregels en mogelijkheden. Niets in hun opvoeding en ontwikkeling heeft ze leren omgaan met wat er op dit moment in onze samenleving gebeurt.

Vroeger was ik bang voor de grote stoere jongens die me na school uitjouwden en me het gevoel gaven dat ze me makkelijk bont en blauw konden slaan als ze dat wilden. Ik heb ook wel eens een klap gekregen wanneer ik een te grote mond had naar hun zin. Maar de echte angst kwam pas later, toen ik eens een auto van een vriend met een domme zwaai aan het stuur total loss gereden had. De angst van achteraf je realiseren hoeveel erger het mis had kunnen gaan. De angst die oplaait wanneer je je realiseert dat je niet goed genoeg opgelet had en er niet voldoende met je aandacht bij was.

Voor mij is dat iets heel anders dan angst voor, bijvoorbeeld, onderuit gaan tijdens het skiën. Dat voelt voor mij veel meer als opwindend, een uitdaging om het goed te doen. En dan zoek ik ook bewust de grenzen van mijn kunnen op. Wanneer ik dan hard ten val kom, heb ik geen last van achteraf-angst.

Er zijn meerdere zaken te benoemen waarmee aangeduid kan worden hoe deze tijd anders is dan die van onze vorige generaties. Generaties die ons hebben geprobeerd op te voeden en te vormen om mee te kunnen komen in de wereld. Maar die daarbij niet altijd konden aanvoelen hoe onze wereld zou gaan verschillen van hun wereld. Drie aspecten van de oude samenleving spelen daarbij een rol die we ons niet makkelijk realiseren:

## 1. Verzuiling

Om te beginnen (en ik redeneer nu vanuit de geschiedenis van ons eigen land, Nederland) was daar zoiets als de verzuiling. Waar we nu met enige geringschatting kijken naar het fenomeen, was het eind negentiende, begin twintigste eeuw een heel prettig mechanisme om

te weten waar je bij hoorde. Op basis van religie was de indeling van Nederland erg overzichtelijk. En hoewel het natuurlijk met regelmaat leidde tot wij-zij-discussies, hielp de verzuiling mensen enorm om te weten 'waar zij stonden' en waar ze bij hoorden. Scholen, verenigingen, radio, televisie, kranten, alles was herkenbaar op basis van die religieuze grondslagen of afkomst. Een dergelijk eenvoudige en alomvattende ordening van onze samenleving is op dit moment niet meer voorhanden. Dat geeft mensen een onrustig gevoel.

## 2. Informatie via poortwachters

Een tweede aspect dat onze opvoeding en vorming danig heeft beïnvloed was de manier waarop informatie tot ons kwam. De gewone burger had bijzonder weinig toegang tot de bronnen van allerlei informatie, en was aangewezen op autoriteiten, kranten, radio en televisie om te vernemen wat waar was en wat niet. Daarmee werd voor en door onze ouders en hun ouders een wereldbeeld geschapen waarin je erop rekende dat relevante informatie op een geordende manier naar je toe kwam.

Besloten in dat wereldbeeld zat de aanname dat de redacties die al die informatie voor jou filterden, dat deden op basis van overtuigingen die aansloten bij die van jouzelf (vanwege de verzuilde indeling van de samenleving). Niet alleen maakte dat het prettig om informatie te consumeren (het sloot makkelijker aan bij jouw eigen wereldbeeld), maar het zorgde er ook voor dat een individuele burger niet per sé erg geoefend raakte in het zelf beoordelen van de kwaliteit van informatie. Het stond in de krant, dus het moest wel waar zijn.

## 3. Beschikbare informatiekkanalen, -middelen en -technieken

Natuurlijk waren onze ouders en hun ouders niet allemaal zo naïef om zonder nadenken alles te geloven wat ze hoorden of lazen, maar tegelijkertijd hinderde het derde aspect van de vroegere samenleving hen om al te makkelijk hoor en wederhoor te plegen.

Dat derde aspect was de beperkte beschikbaarheid van communicatiemiddelen en -media. Voor mijn grootouders was de telefoon nog een nieuw ding, een apparaat dat bij de burgemeester en de dokter in huis aanwezig was. De telegraaf was het enige andere communicatiemiddel waarmee ze grote afstanden in korte tijd konden overbruggen. En waar het ze al veel moeite kostte om te leren omgaan met de telefoon, was de komst van de televisie zo mogelijk nog moeilijker te hanteren. De telefoon was tenminste nog een communicatiemiddel waarmee je gesprekken kon voeren. De televisie daarentegen overspoelde je met indrukken die zo overweldigend waren, dat er geen verweer tegen was. En de onmogelijkheid om terug te praten maakte dat mensen er ook al snel aan wonden dat je het maar over je heen moest laten komen.

Al die tijd waren er natuurlijk wel mensen die ingezonden brieven stuurden naar de redacties van kranten, tijdschriften, radio en televisie. Maar hun vermogen om invloed uit te oefenen op de gedeelde informatie (zowel wat er gedeeld werd, als wat er over gezegd werd) was minimaal.

## De wereld veranderde vroeger even sterk als nu

Het was overigens niet zo dat er in die tijd niets veranderde in de wereld. Denk maar eens terug: mijn grootouders (geboren tussen 1907 en 1911) waren van de eerste generatie die

over de geloofsgrens heen konden trouwen. Ze hebben niet alleen de eerste auto, telefoon etc zien verschijnen, maar ook het vrouwenkiesrecht en het einde van de klassenmaatschappij. Onze ouders (1939) zagen de eerste televisie, de maanlanding en de komst van de multiculturele samenleving. Om maar wat dingetjes te noemen.

Kortom, verandering was er altijd al, en soms nog wel heftiger dan nu. Wat onze ouders en die van hen mogelijk niet doorhadden, was hoe essentieel het bij al deze verandering was dat zij houvast hadden aan de verzuiling. Je wist waar je bij hoorde, en had gelijkgestemden om je heen om al die veranderingen te verwerken. En onbewust hebben ze dat ons ook geleerd. Met volle toewijding en overtuiging hebben zij dat wereldbeeld en de bijbehorende verwachtingen en gedragingen geprobeerd op ons over te dragen, en er zo voor gezorgd dat wij niet door hadden wat voor hén houvast bood en stilzwijgend geaccepteerd werd.

Geen wonder dat wij nu moeite hebben om overeind te blijven terwijl de wereld blijft veranderen.

Wie jarenlang getraind is om bepaalde zaken op een bepaalde manier te doen, heeft meestal moeite om over te stappen op een volledig andere manier van dingen doen. En dat is waar wij nu met zijn allen keihard tegenaan lopen. Shit verandert razendsnel, en nog voordat we ons eigen hebben gemaakt hoe we om moeten gaan met de mobiele telefoon worden we al overspoeld door internet, social media en radicale veranderingen in hoe informatie stroomt.

Wie zou daar eigenlijk niet bang van worden?

## Alleen staan, dat is pas eng

Het antwoord op die vraag is simpeler dan je denkt. Iemand die zichzelf niet definieert op basis van wat hij geleerd heeft, maar op basis van wat hij zelf kan doen, wordt niet snel bang van veranderende omstandigheden. Geen wonder dat er tegenwoordig HBO-opleidingen zijn die hun studenten vooral proberen te 'leren leren', omdat je er volgens hen zeker van kunt zijn dat de wereld in de duur van een mensenleven zoveel zal veranderen dat je niet toe zult kunnen met datgene wat je in je studententijd geleerd hebt. Wie geleerd heeft hoe hij zich iets nieuws eigen kan maken, is altijd in staat om zich aan te passen aan wat de toekomst maar brengen zal.

Slaat dat ergens op? Kun je daar wat mee als je al lang voorbij die leeftijd bent, en nog een specifiek vak hebt geleerd waar je nu geen baan meer in kunt krijgen? Nee, dat is niet zo makkelijk. Want die periode van je leven dat je jezelf het makkelijkste nieuw gedrag kon aanleren, ligt dan al (ver) achter je. Maar dat wil niet zeggen dat je niet alsnog jezelf iets anders aan kunt leren!

Het zou enorm schelen wanneer we er niet alleen voor zouden staan. Iemand die bij verandering kan kijken naar een ander om hem te vertellen hoe je ermee om moet gaan, is ook een stuk rustiger. Maar juist dat is in deze tijd niet meer vanzelfsprekend. Mensen hebben steeds vaker het idee er alleen voor te staan. Er is geen dominee, geen Colijn ("Gaaf u maar rustig slapen"), geen werkgever of vakbond die zich om hen lijkt te bekommeren.

Dus we moeten op zoek naar nieuwe houvast. We kunnen natuurlijk lang blijven klagen over het wegvallen van onze behulpzame autoriteiten, maar we kunnen ook bedenken wat we nodig hebben en daar nieuwe gidsen bij zoeken. Want die zijn er (ook nu) in overvloed.

Het schijnt een grap te zijn die Buddhisten al eeuwen geleden maakte: "Hoe eet je in je eentje een olifant op", het antwoord is natuurlijk: "hapje voor hapje". En zo simpel als dat antwoord lijkt, zo krachtig is het ook. Je moet gewoon beginnen, en je realiseren dat je niet in één keer een totale ommezwaai in je leven kunt bewerkstelligen.

Angst is een krachtige emotie, die mensen alle mogelijkheid om iets te doen uit handen kan slaan. En wanneer je angst eenmaal in de ogen kijkt en je er aan overgeeft, groeit angst nog groter. Deze tijd lijkt mensen vooral daartoe aan te zetten. Daar staat tegenover dat juist het ondernemen van actie ervoor zorgt dat angst niet meer groter groeit, maar kan afnemen. Dus het is zaak om dingen te gaan doen, en al doende een weg te vinden in deze nieuwe tijd. En het goede nieuws is dat diezelfde ontwikkelingen die ons zoveel stress opleveren, ons ook enorm kunnen helpen om die stappen te zetten, dingen gedaan te krijgen en de angst de baas te worden.

## 1. Hoera, we zijn niet meer verzuild!

Laten we eens kijken naar de stress die je kunt hebben omdat je niet meer zo makkelijk kunt bepalen waar je bijhoort, omdat de verzuiling voorbij is. Dankzij internet wordt het heel makkelijk om mensen te vinden die dezelfde interesses en hobbies hebben als jij. Mogelijk blijken ze zelfs vlakbij te wonen en kun je ze fysiek treffen, maar als je een wat exotischer interesse hebt, kun je juist dankzij internet in contact komen met gelijkgestemden over de hele wereld. Makkelijker dan ooit tevoren kun je geestverwanten vinden, dankzij de moderne technologie.

## 2. Hoera, we zijn bevrijd van de poortwachters!

En de stress die je krijgt van al die informatie die op je af komt dan? Hoe weet je nou nog wat waar is, en wat niet? Om te beginnen is het goed om je te realiseren dat er nog steeds kranten, tijdschriften en programma's gemaakt worden door redacties die het een bepaalde signatuur geven. Dat biedt al redelijk wat houvast. Maar wil je meer weten, dan kun je dankzij datzelfde internet uitzoeken of de journalist die dat leuke stuk schreef nog meer schrijft, op een eigen blog, of op twitter interessante informatie deelt. En kijk dan maar eens naar welke bronnen die journalist weer verwijst. Zo kun je met weinig moeite toch ineens je eigen informatiebronnen bij elkaar vegen die je helpen het kaf van het koren te scheiden. En als je dat nou eens deelt met je burens, en de mensen die je bij de sportclub tegenkomt bijvoorbeeld, dan hoor je snel genoeg of je met die informatie en die meningen een beetje op je plek bent in je fysieke omgeving, of niet.

## 3. Hoera, mijn telefoon kan uit! En mijn tablet ook.

En dat derde aspect dat zoveel nu stress oplevert dan? Die oneindige mogelijkheden om je via laptop, tablet en mobiele telefoon te verbinden met de rest van de wereld? Daar kun je weer mee leren omgaan door jezelf te oefenen in discipline en rust. De wereld draait rustig door terwijl jij slaapt, en de wereld draait net zo rustig door terwijl jij niet naar jouw telefoon kijkt.

Focus je aandacht op wat je hier, nu, samen met je collega's kunt doen en maken. Gebruik vervolgens al die mooie communicatiemiddelen om wat je gemaakt hebt onder de aandacht te brengen bij een (wereldwijd) geïnteresseerd publiek, zonder dat je je hoeft in te likken bij een redactie. Deel het onder jouw eigen voorwaarden met gelijkgestemden, deel het met je burens, zodat zij het door kunnen geven. Juist dat kan nu als nooit tevoren. En juist dat maakt dat je nu zelf dingen kunt doen. En zelf dingen doen is de beste manier om van je angst af te komen.

## De sharing=caring-economy

Wonderlijk genoeg helpt alle moderne technologie ons om meer te delen. En doordat we eigendommen en meningen met elkaar delen, raken we weer verbonden. Zo vinden we weer houvast, ontdekken we waar we bij kunnen horen en merken we dat we niet alleen staan. Dat de huidige economische omstandigheden het aantrekkelijker maken om maar niet alles zelf te kopen, speelt natuurlijk ook een rol. Laten we het een prettig toeval noemen dat juist nu noodzaak en oplossingen elkaar weten te vinden.

Ze zijn er in allerlei vormen. Enigzins ludiek, en voor velen erg 'Amerikaans' is de [uitgestelde koffie](#). Je koopt bij een koffiezaak of restaurant niet alleen een koffie voor jezelf, maar ook voor iemand die er geen geld voor heeft. Het idee ontstond in [Napels](#), en wordt ondertussen niet alleen op koffie, maar zelfs op hele maaltijden toegepast.

Sinds jaren is in Nederland de term 'Durf te Vragen' populair. Het staat voor een simpele, maar uitermate effectieve manier van het delen van kennis en contacten. De persoon die [Durf te Vragen](#) wordt door de andere aanwezigen geholpen zijn vraag beantwoord te krijgen. Wie een goede vraag stelt (je wordt erbij geholpen om de vraag zo goed mogelijk te maken) takt aan op de sociale overwaarde van de mensen aan wie de vraag gesteld wordt.

*"Durfte vragen stelt iedereen die het Echt Wil in staat om vragen op te lossen en om ideeën, dromen en ambities waar te maken. Dit doen we door kennis, ideeën en diensten te delen en netwerken met elkaar te verbinden. We ervaren dagelijks dat dit 'sociaal kapitaal' sterk genoeg is om ook jouw droom een impuls te geven, als je vraagt om wat je écht wilt."*

Diezelfde (sociale) overwaarde werd toegepast bij de bouw van het [Huis van Overvloed](#). Zonder één cent uit te geven, ontstond daar uit spullen die over waren. Mensen deelden hun tijd, kennis en netwerk om een volledig gebouw te ontwerpen en in elkaar te zetten. En al doende raakte de personen die meededen beter en dichter met elkaar verbonden. Het leidde tot nieuwe online platformen zoals [Fiksers](#) dat iedereen in staat stelt om met een groep mensen iets moois neer te zetten, ook al is er geen of weinig geld.

In de tientallen vestigingen van [Seats2Meet](#) kun je niet alleen vergaderzalen boeken, maar wordt ook volledig gebruik gemaakt van het zogenaamde 'sociale kapitaal' van de gasten. Iedereen kan er kosteloos (of tegen een zeer lage prijs) een werkplek vinden, op voorwaarde dat je je sociale kapitaal beschikbaar maakt. Al was het maar in de vorm van een enkel gesprek bij de koffie-automaat. De kracht van de toevallige ontmoeting, en de toegang tot de

kennis en netwerken van de mensen die je in een Seats2Meet-vestiging kunt tegenkomen, voeden de vorming van nieuwe contacten, netwerken en ondernemingen.

De voorbeelden beginnen overweldigend in aantal te worden. [Thuisafgehaald.nl](http://Thuisafgehaald.nl), [Peerby.nl](http://Peerby.nl), [Croqger.com](http://Croqger.com), [Snappcar](http://Snappcar), [Konnektid](http://Konnektid), [FLOOW2](http://FLOOW2) en [Toogether](http://Toogether) zijn allemaal (Nederlandse) voorbeelden van diensten die ons helpen om spullen en bezittingen te delen. Wereldwijd kun je kijken naar voorbeelden zoals AirBnB en Couchsurfing om te zien dat er hele nieuwe verbindingen en netwerken tussen mensen ontstaan.

Buiten alle zuilen om, zonder bemoeienis van traditionele poortwachters en juist dankzij de moderne technologie komen we weer samen. Rondom kleine dingen soms, maar alle kleine beetje helpen om ons weer verbonden te weten en te voelen.