

Tekst 3 Knoop eens een gesprek aan met iemand met wie u niets deelt

(1) Een tafel in een heel grote hal. Twee mensen en twee koppen koffie. Er is niet veel nodig om een wezenlijk menselijk fenomeen tot stand te laten komen. Woorden en zinnen die worden uitgewisseld. Er dreigt geen gevaar en er hoeft niets te gebeuren. Ze praten, gewoon omdat ze in elkaar geïnteresseerd zijn. Er wordt veel gezegd of weinig. Soms zijn de woorden beladen, soms hebben ze een cynische ondertoon. En soms is de stilte zelfs belangrijker dan de woorden die worden uitgesproken. Het is voor mij een belangrijk onderdeel van mijn werk, in de spreekkamer en daarbuiten. Het gesprek vormt een wezenlijk onderdeel van wie we zijn. Toch wordt ook dat met uitsterven bedreigd. Nog even en het gestotter van het ongemak in onze conversaties is ingeruild voor soepele aanvullingen van apparaten. Dit is een pleidooi voor het behoud van het gesprek.

(2) Wanneer had u voor het laatst een spontaan gesprek met een onbekende? Het was in het tijdperk vóór de apparaten een frequente bezigheid. Wachtend op de bus, bij de groenteboer, in een volle wachtkamer: de gezamenlijke verveling gaf aanleiding tot een uitwisseling van woorden. Lang niet altijd gewenst en ook lang niet altijd onderhoudend, maar al met al toch een erkenning van het feit dat we voortdurend deel uitmaken van een sociale omgeving.

(3) Die toevallige dialoog lijkt in razend tempo uit ons leven te verdwijnen. Elk moment van leegte of stilte wordt ingevuld door apparaten

die een eindeloze stroom aan ongelezen berichten, te checken *feeds*, gemakkelijke filmpjes en ander ogenschijnlijk belangwekkend nieuws tevoorschijn tovert. Wie zijn telefoon ontgrendelt, vergrendelt nagenoeg elk zintuiglijk contact met zijn omgeving. Iedereen herkent de irritante waas waar je doorheen lijkt te moeten praten als je iets wilt zeggen tegen iemand die op z'n telefoon zit. Andersom is de wereld een ver oord als je in de digitale wereld van berichten en 'nieuws' bent gezogen. Het lijkt zo onschuldig, het doden van de verveling.

(4) Niets is minder waar. Het gesprek, functioneel of voor de lol, ongemakkelijk of betekenisvol, confronteert ons met een andere wereld; die van degene met wie je spreekt. Het 'spreek'uur is letterlijk een eindeloze parade van mensen die andere verwachtingen hebben over wat komen gaat, wat belangrijk is voor een goed resultaat en welke rol ik als arts speel in dit proces. Het is een komen en gaan van mensen die ik nog nooit eerder zag, die me voortdurend confronteren met mijn eigen beperkte blik. Want hoe is het leven met een scooter? Of als tomatenplukker zonder verzekering, die eigenlijk zijn arm nog niet mag gebruiken na een operatie? Of voor een vrouw die haar pols geen rust wil geven, omdat anders haar demente man naar een verzorgingstehuis moet?

(5) Gesprekken voeren is moeilijk. En je kan het alleen leren door het te doen. Naarmate onze samenleving

85 digitaler wordt en de gesprekken
schaarser, lijken we te verleren hoe
we confrontaties met elkaar aan
moeten gaan. Als een co-assistent
met me meeloopt, moet ik een digi-
90 taal feedbackformulier invullen (geef
ons alsjeblieft gewoon twee bonnen
voor een kop koffie in het
personeelsrestaurant). Collega's en
vrienden spreken elkaar meer in een
95 whatsappgroep (en dan nog vooral in
emoticons) dan in het echt. We blij-
ven individuen tot we zover tegen-
over elkaar komen te staan dat het
gesprek verwordt tot twee parallelle
100 monologen, waarin elk vermogen tot
luisteren de das om is gedaan. Laat
staan dat we nog in stilte (zonder
afleidende apparaten) in elkaars
aanwezigheid kunnen zijn.
105 **(6)** De afgelopen tijd valt me ook op
dat de afname van confrontaties ook
als een bezuinigingsmaatregel wordt
gezien. Zo zijn er veel ziekenhuizen
waar op de polikliniek geen receptie
110 meer is waar iemand een vraag kan
stellen; grote bedrijven hebben zich
volledig afgeschermd met een
klantenservice als slotgracht; de
supermarkt is een publieke ruimte
115 waar je met je zelfscanner en bij-
behorende kassa geen woord met
een medeburger hoeft te wisselen.
Praten in de publieke ruimte is iets

voor psychiatrische patiënten,
120 verwarde ouderen of spelende
kleuters.
(7) Het is aan ons om dit verschijnsel
een halt toe te roepen. Gaat u de
komende weken met vakantie? Doe
125 dan een dagje vliegtuigmodus en laat
de toevalligheid van de nabijheid van
andere sociale wezens haar gang
gaan. Zet de radio een keer uit in de
auto en zit een tijdje zwijgend naast
130 elkaar. Doe op de camping samen de
afwas en leer uw jonge puber wat het
leven is zonder een digitale dimen-
sie. Knoop een gesprek aan met
iemand van wie u zeker weet dat u
135 helemaal niets met hem of haar
gemeen hebt. Geef de ongemak-
kelijkheid een kans.
(8) Terug naar de tafel met de
koppen koffie. Wat een verademing
140 is dan de grote hal waarin Theo
Maassen in *Zomergasten*¹⁾ deze
weken een ode brengt aan het
gesprek. Leunend met zijn kin op een
hand lijkt hij met de gast in een kroeg
145 te zitten waar de dialoog in al haar
ongemak op gang mag komen. Het
mag stil zijn, er mogen dingen ver-
geten worden en er zijn eigenlijk
geen regels. Er is een kans dat er
150 werkelijk een gesprek ontstaat. En
dat is iets wat we moeten koesteren,
meer dan we denken.

Emma Bruns, NRC, 11 augustus 2023

Emma Bruns is arts-onderzoeker en chirurg in opleiding en schrijft geregeld voor NRC.

noot 1 Zomergasten: televisieprogramma waarin een bekende gast diepgaand geïnterviewd wordt, met in 2023 Theo Maassen als interviewer

Tekstfragment 3

Nee, app-contact is niet oppervlakkig

(1) Appen is van wezenlijk sociaal belang. Niet alleen omdat we even snel kunnen afspreken wanneer we elkaar in het echt zullen zien, maar vooral ook omdat velen van ons zo nu en dan gewoon echte gesprekken voeren over de app. Gesprekken die soms, waag ik te stellen, niet eens gevoerd hadden kunnen worden in het ouderwetse, zogenaamd echte leven. Persoonlijk kan ik soms opener zijn via de app dan ik in het echt durf te zijn.

(2) Als ik hier zou willen generaliseren, zou ik zeggen dat vluchtige, luchtige appgesprekken – ondersteund door moderne technologie – veel familiecontacten, vriendschappen en relaties heeft verdiept. Bovendien moet ook niet onderschat worden dat voor veel mensen (vooral voor degenen die het genoeg en misnoegen hebben om in familieapps te zitten) appen zeer welkome, zo niet noodzakelijke, sociale lijm biedt. Wanneer spanning en emoties rijzen, zoals ze doen in families, willen echte gesprekken soms direct stranden, waar digitale communicatie juist nog nét wel kan.

(3) Van koetjes en kalfjes moeten we er niet te veel hebben, maar soms zijn ze nodig om het daarna over lastigere onderwerpen te kunnen hebben. Juist daarbij kunnen onbedoelde intonaties en koude lichaamshoudingen ook het probleem zijn. Ik ben soms blij dat iemand niet kan zien dat ik mijn kaken op elkaar heb geklemd. In het echt was iemand al lang van

mijn steigerende lichaam geschrokken. *Real-life*-communicatie is niet altijd de oplossing, maar soms juist het probleem.

(4) Laten we tot slot niet vergeten dat appen letterlijk grenzeloos is, hoe waardevol het is – in coronatijden al helemaal – om gesprekken te kunnen hebben met mensen verder weg, zonder dat je in je vervuilende auto hoeft te stappen, of om te video-voorlezen met neefjes, nichtjes of kleinkinderen wanneer je nog niet volledig gevaccineerd bent. En dan heb ik het nog niet eens gehad over eindeloze verliefde gesprekken op Tinder of appen met schoolvrienden van lang geleden. Laat staan over de waarde van appen voor personen met mentale of fysieke beperkingen of uitdagingen, voor wie digitale communicatie een verademing is, om niet te zeggen een van de weinige mogelijkheden tot zinnig sociaal contact.

(5) Schiet appen soms tekort? Kun je sommige dingen beter niet over de app bespreken? Is appen soms niet te oppervlakkig? Zijn appjes en al die notificaties niet vaak ontregelend? Leidt appen soms niet tot eenzaamheid? Zeker. Maar daaruit concluderen dat we het voeren van echte gesprekken zijn verleerd, dat alleen mensen achter geraniums nog echt met elkaar praten, inclusief de suggestie dat er geen echte gesprekken of vriendschappen kunnen bestaan in het digitale domein, is de nodige bruggen te ver.

Fleur Jongepier, NRC, 27 augustus 2021