ELKE GERAERTS

AUTHENTIEKE INTELLIGENTIE

Waarom mensen altijd winnen van computers

2019 Prometheus Amsterdam

Aan alle Calihero's (to be)

© 2019 Elke Geraerts
Omslagontwerp DPS Design & Prepress Studio
Illustraties omslag en binnenwerk Senne Trip
Foto auteur Koen Broos
Zetwerk Elgraphic
www.uitgeverijprometheus.nl
ISBN 978 90 446 4055 7

I
Herprogrammeren

Kind Nummer 27

De wind van Sierra Leone draagt stof in het rond. Stof en zand. Maar op een ochtend in 1999 droeg de wind ook een blad van een tijdschrift met zich mee, dat met een klap tegen de voordeur van het weeshuis belandde. Daar zat op datzelfde moment de vijfjarige Mabinty te spelen op de stoep. Net als alle kinderen in het weeshuis stond Mabinty in die tijd niet bekend onder haar eigen naam, maar onder haar nummer. Het nummer dat de 'tantes' die het weeshuis runden haar hadden toegekend en dat een indicatie gaf van hoe graag ze Mabinty in huis hadden genomen. Op 36 kinderen was Mabinty Kind Nummer 27, die omwille van een huidziekte het 'duivelskind' werd genoemd, waar de kinderen die een lager nummer hadden niet mee mochten spelen. Dus zat Mabinty ook die ochtend alleen op de stoep, toen de warme wind een stuk papier tegen de voordeur van het weeshuis woei.

Met haar kleine vingertjes pelde ze het vergeelde papier van de deur. Het was de voorpagina van een tijdschrift met daarop een foto van een ballerina. Vol bewondering liet ze haar vingertoppen over de prachtige tutu en de perfect gestrekte benen

van de danseres glijden. Met die foto in de hand nam Kind Nummer 27 een beslissing die haar leven zou veranderen: vanaf dat moment zou ze alles in het werk te stellen om ballerina te worden. Plots voelde ze iets wat ze haar hele leven nog nooit ervaren had: hoop.

Kind Nummer 27 heet vandaag Michaela DePrince. En als je nog nooit van haar gehoord hebt, dan weet je helemaal niets van ballet. Ze is namelijk dé ontdekking van het moment, een briljante danseres, momenteel tweede solist van het Nationaal Ballet van Nederland én de enige zwarte ballerina in dit ballet. Behalve dat ze de sterren van de hemel danst, treedt ze ook op in muziekclips (onder meer van Beyoncé), is ze ambassadrice van War Child en een internationaal gevraagde spreekster. 'Maar het is geen sprookje,' benadrukt Michaela DePrince. 'Het is hard werken.'

Van oorlogskind tot superster in minder dan twee decennia. Er zijn er weinig die het haar nadoen. Toch geeft ze zelf grif toe dat het niet allemaal haar eigen verdienste is. Geluk is een belangrijke factor in haar verhaal. Niet lang nadat ze de foto vond, werd het weeshuis gebombardeerd en werden de kinderen opgevangen in een vluchtelingenkamp, van waaruit Michaela werd geadopteerd door een Amerikaans koppel dat haar ondersteunde in haar droom om ooit ballerina te worden. Zelfs al kreeg ze ook in haar nieuwe thuisland af te rekenen met weerstand omdat Amerika 'niet klaar was voor een zwarte ballerina' en wachtten daar ook weer beproevingen, voor hetzelfde geld had het heel anders kunnen aflopen.

Maar 'puur geluk' is niet de reden waarom Michaela duizenden mensen inspireert. Het verklaart niet waarom de autobio-

grafie van deze vierentwintigjarige een internationale bestseller werd en het is niet de reden waarom Madonna haar leven nu verfilmt. De reden waarom het verhaal van Michaela zo raakt, is juist omdat het geen sprookje is. Pas toen ik haar zelf hoorde spreken op een conferentie in Amsterdam werd het me duidelijk waarom niet alleen haar verhaal, maar vooral Michaela zelf, mij en zo veel anderen inspireert. Omdat ze een oud geloof in ons aanwakkert. Het geloof dat de mens zijn eigen lot in handen kan nemen. Het geloof dat je kunt herbeginnen met een schone lei, dat je jezelf kunt heruitvinden, de instellingen wijzigen. In AI-termen noemen ze het 'herprogrammeren'.

Er is marge

Kan een mens zichzelf herprogrammeren? Kan je de instellingen in je brein zodanig wijzigen dat je je lot in eigen handen neemt? Heel lang hebben we dat niet geloofd, vanuit het idee van voorbestemdheid. Daarna was er een korte periode waarin de mens plots wel heel sterk overtuigd was van zijn eigen maakbaarheid. Tot het onderzoek rond erfelijkheid roet in het eten gooide en ons terugbracht op deterministische gedachten. Verhalen zoals die van Michaela doen ons even weer dromen van een wereld waarin we ons lot zelf kunnen bepalen en, ondanks alle tegenslagen, toch onze eigen weg kunnen gaan.

Een illusie natuurlijk. Dat moet zelfs de grootste optimist erkennen. We zijn helemaal geen onbeschreven bladen wanneer de navelstreng wordt doorgeknipt. Dan staan we al volgeschreven met informatie die onze richting voor een groot deel zal bepalen: Waar wordt de navelstreng doorgeknipt en door

wie, welke verrassingen houdt ons DNA in petto en wat zal er met ons gebeuren in ons leven? Al die zaken wegen zwaarder dan wat we zelf ooit kunnen inbrengen. Volgens recent onderzoek naar nature-nurture wordt in de best mogelijke omstandigheden zowat 60 procent door nature bepaald en 40 procent door nurture.

Iedereen van ons is gevormd door onze context, de natuur en de opvoeding die we genoten. Het enige wat we daaruit kunnen afleiden is: we starten niet allemaal gelijk en we zullen niet allemaal gelijk eindigen. Maar wat we in de tussentijd doen met de dingen die ons geboden worden, ligt wel grotendeels bij onszelf. Hoe we met ons mentaal kapitaal omgaan, zal bepalen hoe gelukkig, betekenisvol en autonoom we door het leven gaan. Kinderen die in een superrijk gezin geboren worden, hoeven zich over geld geen zorgen te maken. Maar wat ze doen met het geld waar ze in zwemmen, zal bepalen hoe gelukkig en betekenisvol hun leven is. Sommige miljardairskinderen doen niets anders dan spectaculaire wereldreizen maken, anderen storten zich in een leven van party's en drugs, maar nog anderen investeren het of doneren het aan goede doelen.

Dat geldt ook voor ons mentaal kapitaal: we hebben niet allemaal evenveel, maar als je in staat bent om dit boek te lezen, dan heb je er zeker meer dan genoeg van. De vraag is dan: wat doe je ermee? Hele dagen lezen en filosoferen in een bruine kroeg (het equivalent van lanterfanten), je mentaal kapitaal spenderen aan Twitter en online games (het equivalent van party's en drugs), het meeste eruit proberen te halen door bewuste training en oefening (investeren) of al je branie inzetten om anderen vooruit te helpen (door psycholoog, coach of leidinggevende te zijn bijvoorbeeld).

Die keuze ligt niet vast. Die keuze ligt bij jou. En die keuze kan je nu (opnieuw) maken. Niet alleen voor jezelf, maar ook voor de volgende generaties. Als ouder of leerkracht van een kind, kan je zelf best wat invloed uitoefenen op de manier waarop je kinderen omgaan met hun mentaal kapitaal. Wat in elk geval niet goed werkt, is ze op te sluiten in een *pluchen doos*. En dat is precies wat veel ouders doen. De Deense psycholoog Bent Hougaard noemt het 'curling ouderschap': een opvoeding waarbij ouders constant de baan schoonmaken voor hun kinderen. Van het elimineren van uitdagingen is nooit iemand sterker geworden. Ook kinderen moeten de kans krijgen om te ontdekken dat er meer in hen zit dan ze geloven.

De eerste stap heb je al gezet: als je dit boek ter hand hebt genomen, was je je al bewust van het feit dat er meer in jou zit dan wat er op dit moment uit komt. Zelfbewustzijn (daar kom ik nog op terug) is altijd de eerste stap naar meer uit je leven en je brein halen. Proficiat, je zit nu in de 'drivers seat', zoals de Amerikanen het zo mooi zeggen. Welk type auto je hebt gekregen, dat heb je niet te kiezen, maar dat het een wonderlijke machine is, daar kunnen we het denk ik wel over eens zijn.

De tweede stap is iets moeilijker en die zul je niet bereiken door boeken ter hand te nemen, zelfs niet door er honderden te lezen. De tweede stap is namelijk de sleutel in het contact steken en starten (of herstarten). Niet op autopiloot, maar echt zelf gaan rijden. Dat is niet iets wat je ergens kan 'lezen' maar wel iets wat je moet 'doen'. En dat kan je. Ook met je brein. Verderop in het boek noem ik dit 'door de jungle hakken' en daar heb je wilskracht voor nodig.

Brein-instellingen

Elke computer heeft instellingen. Ons brein heeft die ook. Er zijn instellingen voor bewustzijn, voor denken, herinneren, voelen en willen. Het unieke samenspel van al deze breinfuncties maakt ons tot wie we zijn: een mens met een eigen wil, met eigen talenten en gevoeligheden, samengebracht in één persoonlijkheid. Allemaal even uniek. In de moderne psychologie wordt persoonlijkheid doorgaans geanalyseerd aan de hand van vijf kenmerken, de Big Five. De grote vijf persoonlijkheidskenmerken zijn openheid, gewetensvolheid, extraversie, vriendelijkheid en neuroticisme.



Big Five

1. Openheid voor nieuwe ervaringen = fantasierijk, open voor verschillende nieuwe ideeën
2. Gewetensvolheid of zorgvuldigheid = geordend, structureel en systematisch te werk gaan
3. Extraversie = sociaal, graag contact met anderen, afwisseling
4. Vriendelijkheid of altruïsme = oog voor de belangen van anderen, mild en sociaal zijn
5. Neuroticisme = emotionele instabiliteit, gevoeligheid, bezorgdheid

De Big Five kan je vergelijken met de instellingen van een computer. Ze bepalen wat je onthoudt, hoe je connecties aangaat,

hoe creatief je bent en hoe hard je werkt. Het is de hardware van je leven, want het bepaalt voor een groot stuk welke richting je zal uitgaan, hoe gelukkig je bent en hoe succesvol je zal zijn. De Big Five zijn ook zichtbaar in de hersenen, niet zo helder als de instellingen op een computer, maar toch duidelijk te onderscheiden van elkaar. Extraverten vertonen bijvoorbeeld extra volume bij het beloningscentrum, terwijl neuroten een grotere activiteit vertonen bij de hersengebieden die geassocieerd zijn met bedreiging en straf. Gewetensvolle mensen kan je op een hersenscan herkennen aan hun hyperactieve laterale prefrontale cortex, de regio waar zelfcontrole zich bevindt. Je persoonlijkheidsinstellingen bepalen wat wij in het algemeen 'ingesteldheid' noemen.

In de tijd voor er zelfs maar sprake was van breinonderzoek gebruikte men een ander woord voor 'ingesteldheid': namelijk 'humeur'. De humeurenleer vormde in de Middeleeuwen zelfs de basis voor de geneeskunde. Iemands algemene ingesteldheid of humeur werd volgens die leer bepaald door welk lichaamsvocht een persoon in overvloed had. De leer zelf hebben we grotendeels achter ons gelaten, maar in ons taalgebruik komen we het nog vaak tegen. Zo had een 'zwartgallig persoon' last van een overvloed aan zwarte gal. Het 'flegmatisch' type had te veel slijm, terwijl een 'koleriek' iemand te veel gele gal bezat en een sanguinisch type te veel bloed. Om van ingesteldheid te veranderen volstond het, althans volgens de middeleeuwse humeurenleer, wat van dat 'sap' kwijt te raken (via een aderlating bijvoorbeeld).

Zelfs als dat ooit gewerkt heeft, kunnen we met zekerheid stellen dat het met het brein niet zo werkt. Uit je brein kan je niet gewoon een stukje weghalen in de hoop dat je dan een an-