

We handelen volgens **illusies** die onze hersenen produceren

zoek blijkt dat inwoners van alle continenten menen dat de luchtvervuiling, overbevolking, klimaatverandering in hun eigen omgeving wel meevalt. Zelfs inwoners van een door smog en oververhitting behoorlijk onleefbare stad als New Delhi denken dat ze nog redelijk goed af zijn.

Deze vorm van bovenmatig optimisme heeft geleid tot een geschiedenis van indrukwekkende rampen, waarin de onzinkbaar geachte Titanic slechts een voetnoot is.

CONSERVATIEF

Verskillende illusies in dit boek draaien om de manier waarop mensenhersens de toekomst voortdurend voorspellen. Ze vormen ons beeld van de werkelijkheid.

Nu blijken mensen van nature conservatief. Hun weerstand tegen verandering is vaak zo groot, dat ze de voorkeur geven aan feiten die hun beeld van de werkelijkheid bevestigen. Hier speelt de vierde illusie die Klein bespreekt, die van de *confirmation bias*. Ik moet denken aan wat NRC *Handelsblad* optekende uit de mond van voormalig minister Barry Madlener van Infrastructuur: als hij langs een natuurgebied rijdt, ziet het er groen en prima uit.

Klopt! Je kan niet zien dat driekwart van alle insectensoorten in Nederland inmiddels uitgestorven is.

Onder de nogal onkiese tussenkop *Sophies Choice* illustreert Klein de vijfde illusie: het Nash-effect, door naamgever en Nobelprijswinnaar John Nash ook wel de 'balans van verschrikkingen' genoemd. Klein voert hier Sophie op. Zij weet ook wel dat het voor alle levende wezens beter zou zijn als niemand zou vliegen, maar hé: één vliegvakantie minder gaat het klimaat echt niet redden. Dus stapt ze in het vliegtuig. Ze is met velen.

Het Nash-effect ontstaat als mensen in staat zijn om uitsluitend te kiezen voor hun eigen voorkeuren en belangen, met als gevolg dat ze uiteindelijk de hel voor hun groep creëren.

Mensen mogen dan van nature verande-

ring mijden, de geschiedenis staat desondanks bol van grote maatschappelijke revoluties, variërend van de invoering van het homohuwelijk tot het afschaffen van slavernij. Normen veranderen, soms zelfs binnen één generatie.

Dat blijkt ook uit Kleins geschiedenis van de anti-rooklobby. Die begon in Arizona, bij Betty Carnes die haar aan roken verslaafde vriendin jong aan longkanker had zien overlijden. Carnes startte een burgerinitiatief. Ze liet vrijwilligers overal bordjes ophangen, met de vriendelijke tekst *Thank you for not smoking*. Die actie was het begin van een strijd die vooralsnog heeft geleid tot rookverboden in grote delen van de publieke wereld, vertelt Klein.

De tabakslobby blijft natuurlijk wel onverminderd agressief. Klein meldt daarbij kort de toenemende verslaving aan vaperen. Ongenoemd blijft de toename van rokende personages in series en films. De helft van alle topfilms in 2024 tonen rokers, zo rapporteert de Amerikaanse anti-rookorganisatie Truth initiative.

KETTINGREACTIES

Grootscheepse veranderingen beginnen vaak lokaal, met een paar mensen die zich niet willen neerleggen bij onrecht, zo toont Klein ook in zijn geschiedenissen van het gevecht voor vrouwenrechten en tegen slavernij. Deze enkelingen handelden tegen alle stromen in en wisten uiteindelijk het leven van velen te verbeteren.

Ze creëerden kettingreacties die ontstaan doordat mensen elkaar graag na-apen. Dat is een evolutionair ontwikkeld mechanisme dat groepsgevoelens versterkt. Zo kan het gedrag van één persoon vele anderen besmetten, waardoor normen stapje voor stapje veranderen.

Daarom zou Sophie er goed aan doen het vliegtuig te laten staan, aldus Klein. Hierdoor stelt ze een norm die mensen in haar omgeving zal beïnvloeden.

Klein besluit zijn boek met een 'Handleiding voor een betere wereld'. Die valt in vier stappen uiteen:

1. Erken dat langetermijnbelangen ook eigenbelangen zijn.
2. Begrijp hoe je oude gewoontes kunt vervangen door nieuwe, voordelige routines.
3. Organiseer kettingreacties die voor de samenleving voordelig zijn.
4. Vertel goede verhalen over de toekomst, waardoor mensen actief hun toekomst willen vormgeven.

Die vier stappen doen me denken aan cognitieve gedragstherapie, waarin je je gedachten analyseert en vervolgens op basis van feiten je gedrag leert bijstellen. Helaas weet menigeen dat het nogal moeilijk is om in je eentje te stoppen met slechte keuzes, met het temmen van je 'innerlijke Schweinehund' zoals Klein die noemt.

Het afleren van gewoonten kun je het beste gezamenlijk aanpakken, want 'net zoals niemand in zijn eentje een wolken-

krabber bouwt, hebben wij elkaar nodig om in ons leven een nieuwe koers in te slaan'.

De scepticus in mij denkt: jaja, Klein heeft mooie praatjes, alsof die cultuur van verandering totaal apolitiek is! Alsof alle mensen ooit dezelfde prioriteiten zullen hebben. Alsof ze geen wonderlijk gespleten wezens zijn vol tegenstrijdige verlangens. Alsof mensen zich kunnen ontdoen van elke ideologie als ze zich maar trainen in geestelijke flexibiliteit, zoals Klein beweert. Alsof sommige ideologieën niet extreem duister en destructief zijn.

NOG NIET TE LAAT

Verandering houdt in feite het zelfbeeld – Freud sprak van het ego-ideaal – van de westerse middenklasseburgers in stand. Het vertelt een geruststellend verhaal waarin we ons leven ten goede kunnen veranderen, als we de gewoonten van ons brein maar in ons voordeel laten werken. Het is nog niet te laat.

Mijn vraag daarbij is steeds opnieuw: welke verandering? En vooral: welke verandering eerst?

Toch werkt dit boek aanstekelijk. Zo dacht de middenklasse-optimist in mij aan het recente socialemediaverbod in Australië voor kinderen onder de zestien. Dit ene verbod stelt een norm, die hopelijk de opmaat is voor een wereldwijde opstand tegen het gif van big tech.

Wanhoop is een luxe van de bevoorrechten, zo herinnert diezelfde middenklasser in mij zich een uitspraak van de Amerikaanse essayist Rebecca Solnit. Mensen die hun leven echt bedreigd zien, vechten dagelijks, stapje voor stapje voor verbetering. Het kan dus wel. Als zo veel mensen overal ter wereld vechten voor schoon water, zuivere lucht en een veerkrachtige natuur, waarom zou je je dan niet bij hen aansluiten? <<



>> In het eerste deel van *Verandering* noemt Klein zeven illusies die gezamenlijk verklaren waarom we ons zo kortzichtig gedragen. Korte samenvatting: we handelen volgens illusies die onze hersenen produceren. Die illusies weerspiegelen de realiteit vaak niet. Ons brein volgt daarmee regels die zich in miljoenen jaren hebben gevormd, maar die in onze cultuur al lang niet meer doeltreffend zijn.

Zo leefde Klein, totdat hij strandde op zijn groene alpenweide, in illusie drie: 'Het zal wel loslopen'. Dat optimisme is een evolutionaire erfenis, zegt Klein. Het overschatten van je eigen vooruitzichten geeft concurrentievoordeel.

Wereldwijd denkt 80 procent van de mensen dat zij een uitzondering zijn op elke statistiek. Specifieker: uit een recent onder-