

# e-Stoornissen

**W**anneer je tot het legioen behoort van mensen die met het OV van A naar B reizen, ken je het beeld. Een gezellig joelend groepje jongeren ploft neer op de bank. Vervolgens duikt iedereen in het scherm van zijn smartphone en begint snel te tikken. Ondertussen gaat het onderlinge gesprek door. *Multitasking*. Wanneer je even om je heen kijkt, blijkt het grootste deel van de medereizigers bezig met het checken van sms'jes en *whatsapps*. Zo leven wij voortdurend in twee werelden – die van onze werkelijke omgeving en die van de virtuele omgeving met ons sociale medianetwerk. Werelden vol nieuwe mogelijkheden, maar ook vol nieuwe angsten. *e-Separatieangst* bijvoorbeeld. Stel je voor dat het jou overkomt. Smartphone in borstzak, even vooroverbuigen en, floep, weg is je gestroomlijnde vriend – met een fraaie boog naar de drie verdiepingen lager gelegen stoep of, minstens zo rampzalig, in de pot van het toilet. Dat moet niet gebeuren, daar kun je van wakker liggen.

Voor sociaal angstig uitgevallen mensen is de smartphone een uitkomst. Bij whatsapp ziet niemand de rode vlekken in je nek en hoort niemand je stem piepend uit de bocht vliegen. Maar dat voordeel verdampst snel wanneer je ook tot piekeren geneigd bent. Dan is er de *e-Gegeneraliseerde angststoornis*: Al drie uur geen appje gekregen. Houden ze nog wel van me? Doe ik nog wel mee?

En vlak de *e-Dwangstoornis* niet uit. Help, dat appje dat ik net verstuurd. Staan daar geen verkeerde dingen in? Kan ik het nog terughalen? Moet ik even bellen dat zij het maar niet moet lezen, maar direct weggooien? Maar dan vestig ik er juist de aandacht op. Piekers, piekers. Of: mijn inbox raakt aardig vol. Maar welke berichten kan ik weggooien? Stel je voor dat ik het straks toch nodig heb. Laat ik nog maar wat geheugen bijkopen. Zo komen er weer nieuwe stapels in huis, al zijn ze virtueel.

Voor je het weet vindt de overheid straks dat er een wildgroei is aan nieuwe stoornissen en krijgen we nog een bezuiniging van de zorg om onze oren. Maar is het niet juist de overheid die ons *e-Stoornissen*

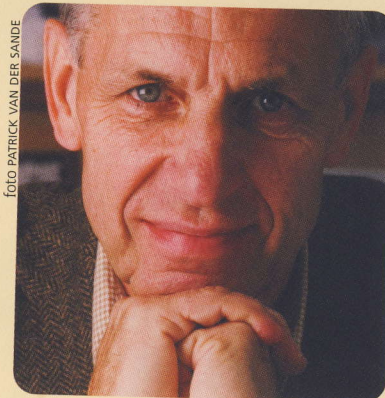


FOTO PATRICK VAN DER SANDE

bezorgt? Gewoon een ambtenaar aan het loket spreken over iets dat je dwars zit, is er niet meer bij. Bellen al evenmin. Je kunt naar de website gaan en een *e-formulier* invullen. Dan komt er een *e-reactie*. En als die je niet bevalt, kun je een *e-beroep* aantekenen. Met onze smartphones volgen we onze erop los twitterende politici. Ook daardoor hebben wij het gevoel dat het echte leven zich afspeelt in het handige apparaatje dat we altijd bij de hand hebben.

KPN, T-Mobile, Vodafone en al die andere providers zitten er niet mee dat wij verslaafd zijn geraakt aan onze smartphones. Zij zijn de dealers, wij de junkies. Met hun glaskabels en satellieten hebben zij het wereldwijde web gespannen, waarin wij gekleefd aan de draden als vliegen wachten op de komst van de spin. Moeten wij dit allemaal maar lijdzaam ondergaan, of kunnen we ons ook laten behandelen voor de *e-Stoornissen*? Ja, natuurlijk, daarvoor hebben we toch *e-Health*!