

Door Henk Jongma, hoofdauteur Op niveau tweede fase eerste editie

Verveling

Inleiding

'Heb je al een verlanglijstje voor je verjaardag?' vroeg ik Neeltje kortgeleden. 'O, daar ga ik morgen wel even over nadenken. Dan verveel ik me toch,' zei ze. Ik reageerde verbaasd: 'Maar je gaat toch de hele dag bollen pellen?' 'Jazeker,' zei ze, 'maar daarom juist.'

Dat kan dus: druk bezig aan de lopende band – en je toch vervelen. Je bent op een feestje – en je verveelt je, enzovoort. Je kunt zelf vast nog meer voorbeelden verzinnen.

Je vervelen – dat vindt niemand leuk, nee, dat is letterlijk heel vervelend. En misschien nog vervelender is het om mensen te zien rondhangen die zich vervelen. Dan is er immers altijd wel iemand die roept dat je iets moet gaan doen.

En toch – in het *NRC Handelsblad* van 29 juni 2013 schreef journalist Yaël Vinckx een artikel, waar de redactie als aanbeveling boven zette: *'Wie zich verveelt, is zielig, zo wil de hedendaagse opvatting. Jammer, vindt Yaël Vinckx. Want verveling leidt tot zelfreflectie, creativiteit en mooie plannen als je het toelaat.'*



Dat hoor je niet vaak: ga je eens lekker vervelen. Zou het toeval zijn dat dat artikel vlak voor de vakantie verscheen?

Dat artikel ga je lezen en daarna ga je een aantal opdrachten uitvoeren. Heb je wat te doen, hoef je je niet te vervelen!

Opzet van deze lesbrieven

- Je leest het artikel van Yaël Vinckx en beantwoordt een aantal vragen daarover (opdracht 1 t/m 6).
- Je beschrijft een paar eigen ervaringen met verveling (opdracht 7 en 8).
- Je schrijft vanuit je eigen ervaring een artikel over verveling, op basis van het artikel van Vinckx (opdracht 9).

Uitgangstekst

Doe niets – tot vervelens toe

1 Tussen mijn achttiende en mijn twintigste had ik de meest saaie baantjes. Zo beantwoordde ik vanuit een souterrain boze telefoontjes van abonnees. Tikte ik op een snikhete zolder offertes uit. Haalde ik in een kamer zonder daglicht op een academisch ziekenhuis alle dossiers met het tabblad F uit een eindeloze rij kasten. Geestdodend werk, al kreeg dat begrip later een nare bijmaak toen ik er achter kwam dat F betekende dat de baby in kwestie was overleden.

2 Nu, twintig jaar later, verveelt niemand zich nog. Tenminste, niet in mijn omgeving. Daar is iedereen druk druk druk. Ach, zeker weten doe ik het niet, maar het lijkt wel zo. In mijn omgeving facebookt, twittert en whatsapppt iedereen zich een gekneusde duim aan foto's en filmpjes van artikelen, presentaties, optredens, reizen en uitjes. Het is geen feest als jij niet bent geweest.



3 Je zou je er bijna nog saai door gaan voelen. En je weet, saaien zijn de nieuwe melaatsen.

4 De angst om er niet bij te horen, niet bij te zijn, om iets te missen, bestond altijd al. Tegenwoordig hebben we daar een officiële naam voor: *FOMO*, Fear Of Missing Out. En in deze socialemediatijden, waar iedereen slechts een duimbreedte van elkaar is verwijderd, wordt die angst al gauw een syndroom.

5 Waarom? Wat is er mis met een ouderwets potje vervelen? En nee, dan bedoel ik niet de chronische verveling, die eindeloze leegte die ontardt in een existentiële crisis waarin vragen als 'waartoe ben ik op aarde?' opdoemen. Het lijkt me ook geen pretje als je daar geen antwoord op weet.

6 Ik doel op die andere verveling, waar het lichaam voor enige tijd nutteloos is, niets meer dan een paar armen en benen die nu eens niet weten wat op te pakken of waar heen te gaan. Waar de geest vrij is, en gedachten elkaar opvolgen zonder direct met elkaar in verband te staan. Waar rust ontstaat, en in de slipstream daarvan mooie plannen, goede ideeën. Waar je je kunt concentreren.

7 Als je het zo bekijkt, is vervelen een heel heilzame emotie. Moet je alleen niet in je paniek over het tijdelijke niets steeds automatisch naar je mobiele telefoon grijpen.

8 Noem het mijmeren, melancholie of, hipper, slow living. Maar besef: in de verveling wacht vooral de confrontatie met jezelf. En waarom zou je daar bang voor zijn?

9 In de literatuur vervelen ze zich te pletter. Oblomov lag de hele dag in bed; Madame Bovary staarde urenlang verveeld uit het raam. Ze zijn de enigen niet. Guy de Maupassants Madame De Burne verveelde zich, Stendhals Julien Sorel en Goethes jonge Werther ook. De ellendige nietsnut van Remco Campert verveelde zich. En ook jongeren weten kennelijk niet wat te doen. Kikker verveelt zich. De meiden van K3 overigens ook.

10 Je leest het ook, dat je je niet hoort te vervelen. Psychotherapeuten wijzen erop dat verveling het vaakst wordt bestreden met drank, drugs, reizen en seks. Ook in de literatuur: Camperts ellendige nietsnut gaat de uitzichtloze leegte te lijf met billenknipperij en drank. Natuurlijk gaat dat mis. Al teken ik daar wel bij aan dat niet de verveling maar de bestrijding ervan tot onheil leidt.

11 Universitair docent fenomenologie A.W. Prins van de Erasmus Universiteit parafraseert in zijn dissertatie *Uit verveling* een treffende dialoog tussen Pyrrhus en diens raadsheer Cineas. 'Wacht er na de val van Rome niet opnieuw de verveling?' vraagt Cineas. 'Dan zullen we heel Italië aan onze voeten brengen,' antwoordt Pyrrhus. En na Italië? 'Sicilië.' En daarna? 'Carthago, Afrika.' Maar wat te doen als de hele wereld is onderworpen? Op die vraag ontsteekt Pyrrhus in woede.

12 Waarom kleeft er zo'n negatief imago aan verveling? Kinderen mogen zich vervelen. Dat neemt niemand hun kwalijk. Maar zijn ze eenmaal achttien, dan moeten ze stoppen met 'hangen' en 'lanterfanteren'. Natuurlijk vervelen ze zich dan nog wel; onderzoek van een online organisatie in 2009 wees uit dat de gemiddelde Brit zich ongeveer zes uur per week verveelt. Bij een gemiddelde leeftijd van 60,5 jaar, rekende de Canadese hoogleraar Peter Toohey, die het boek *Boredom, a lively history* schreef, uit, verveelt de Brit zich dus meer dan twee jaar. Voor Nederlanders zal dat niet veel anders liggen, vermoed ik.

13 Volwassenen vervelen zich dus wel, maar zeggen dat niet. Wie zich verveelt, heeft kennelijk niets om handen, kan zichzelf niet stimuleren, en heeft kennelijk ook geen vrienden waar-ie naar toe kan. Wie zich verveelt is vooral zielig.

14 Sorry, maar wie is er hier nou gek?

15 Die hedendaagse opvatting – wie zich verveelt, is zielig – doet inmiddels ook opgeld onder jongeren. Kinderen mogen zich steeds minder vaak vervelen. Ik ken een negenjarig meisje dat twee dagen in de week naar dansen gaat. De derde dag zit ze op turnen. De vierde dag op zangles. En in het weekend gaat ze naar haar vader. De enkele keer dat ze bij ons komt spelen, is ze niet alleen doodmoe – ze weet zichzelf ook niet te vermaken.

16 Het nationale centrum voor verslaving en drugs- en drankmisbruik van de Columbia University in de Verenigde Staten onderzocht in 2003 waarom tieners uiteindelijk naar te veel drank of drugs grijpen. Het onderscheidde daarbij drie risicofactoren: stress, te veel geld en, ja hoor, frequente verveling.


17 Dat laatste kun je als ouder op twee manieren oplossen. Of je zorgt dat je kinderen zich nooit vervelen door ze van hot naar her te slepen, maar dat lijkt een oplossing voor de korte termijn. Je kunt ze tenslotte niet blijven vermaken. Of je leert hun al vroeg dat vervelen niet erg is, sterker, dat het goed voor ze is, want dat leegte en rust een dankbare voedingsbodem voor creativiteit en focus zijn. Je leert ze bovendien dat ze er niet bang voor hoeven te zijn; het is immers maar tijdelijk – we hebben het nog steeds over alledaagse verveling – en niet chronisch.



18 Toohy haalt in zijn *Boredom* meer onderzoeken aan. Mannen blijken zich sneller te vervelen dan vrouwen. Ze zijn volgens onderzoekers sterker afhankelijk van externe prikkels dan vrouwen. Blijven die prikkels uit, dan gaan ze zich vervelen.

19 Ook mensen die niet veel zelfbesef hebben, of die moeite hebben met het tonen van hun emoties of fantasie en met het beschrijven van hun gevoelens, zouden zich sneller vervelen. Ik garandeer niet dat er zich onder deze onderzoeken geen 'Diederik Stapeltje' bevindt, maar het lijkt me logisch. Verveling leidt tot zelfreflectie, maar die moet je wel toelaten. En tot creativiteit, die je wel moet herkennen. En tot mooie plannen, maar dan moet je wel over een beetje fantasie beschikken.

20 De zomervakantie dient zich bijna aan – en daarmee een eindeloze leegte voor sommigen. Verveel je eens. En ontkom je bij terugkeer niet aan de sleur, van baan of huwelijk, probeer dan de schoonheid in het alledaagse te zien. Had ik nu, twintig jaar later, alle dossiers met een F uit een eindeloze rij kasten moeten trekken, ik had voor iedere F, voor iedere overleden baby dus, een ster getekend. En ik had al die sterren aan de raamloze muren en gangen van het ziekenhuis opgehangen.

21 Ik zou het een 'hommage' het  genoemd.

Naar: Yaël Vinckx, in: *NRC Handelsblad*, zaterdag 29 juni 2013.

Opdracht 1

Vul de betekenis van de woorden in het schema in.

Alinea	Woord(groep)	Betekenis
1	souterrain	
	offerte	
	academisch ziekenhuis	
	dossier	
	tabblad	
4	syndroom	
5	chronische verveling	
	existentiële crisis	
6	slipstream	
7	heilzaam	
8	melancholie	
	slow living	
	confrontatie	
10	psychotherapeut	
11	fenomenologie	
	parafraseren	
	dissertatie	
	dialog	
12	imago	
16	risicofactor	
	stress	
	frequent	
17	creativiteit	
	focus	
18	externe prikkel	
19	zelfbesef	
	'Diederik Stapeltje'	
	zelfreflectie	
21	hommage	

Opdracht 2

- a De schrijver gebruikt een aantal keren woorden of uitdrukkingen op een net iets andere manier dan we gewend zijn. Vul het schema in.

Alinea	Uitdrukking	Doet denken aan de uitdrukking ...	Betekenis
2	... zich een gekneusde duim ...		
3	... de nieuwe melaatsen.		
4	socialemediatijden		
4	... slechts een duimbreed van elkaar verwijderd ...		

- b Variaties op bestaande uitdrukkingen, zoals Yaël Vinckx die gebruikt, kunnen origineel en leuk zijn, verrassend, maar je kunt ze ook ervaren als gezocht of flauw. Vul het schema in.

Alinea	Uitdrukking	Jouw beoordeling	Argument(en)
2	... zich een gekneusde duim ...		
3	... de nieuwe melaatsen.		
4	socialemediatijden		
4	... slechts een duimbreed van elkaar verwijderd ...		

Opdracht 3

In alinea 9 noemt Vinckx een aantal schrijvers, figuren en titels uit de (wereld)literatuur. Vul het schema verder in.

Schrijver	Hoofdpersoon	Titel van het boek	Taal (of land)	Tijd waarin de schrijver leefde
	Oblomov			
	Madame Bovary			
	Madame De Burne			
	Julien Sorel			
	Werther			
		Een ellendige nietsnut		
	Kikker			

Opdracht 4

Ik doel op die andere verveling ... (alinea 6). De schrijver onderscheidt dus verschillende vormen van verveling. Geef van elke vorm een korte omschrijving en de kenmerken.

Opdracht 5

Volgens Yaël Vinckx kleeft er een negatief imago aan verveling (alinea 12). Bij die bewering levert ze een aantal argumenten.

Noteer die argumenten en geef bij elk argument de soort aan (feitelijk argument, empirisch argument, gezagsargument, vergelijking, moreel argument, emotioneel argument, gevolgen als argument).

Opdracht 6

Vinckx beschrijft vooral de positieve effecten van verveling. Maar ze noemt ook voorwaarden om een positief effect te bereiken.

Noteer de positieve effecten met de eventuele voorwaarden.

Positief effect	Eventuele voorwaarde

Je eigen ervaringen

Iedereen verveelt zich weleens, dus jij ook.

Opdracht 7

Beschrijf, heel kort, twee momenten waarop jij je verveelde. Noteer de omstandigheden, de (mogelijke) oorzaken en de positieve of negatieve effecten.

Opdracht 8

Je hebt vast ook weleens meegemaakt dat anderen zich ergerden aan jouw of jullie 'verveling'. Beschrijf zo'n gebeurtenis. Maak daarbij duidelijk of die reactie terecht was en noteer ook hoe jij (jullie) reageerden op die ergernis van anderen.

Reactie

Yaël Vinckx geeft in haar artikel ervaringen met en meningen over verveling. Misschien ben je het wel helemaal met haar eens, maar jouw ervaringen en meningen kunnen natuurlijk best anders zijn, of gedeeltelijk anders.

Opdracht 9

Schrijf een eigen artikel over verveling, met de tekst van Vinckx als uitgangspunt. Verwerk in dit artikel je eigen ervaringen.

Publiek: leeftijdsgenoten

Vorm: artikel, blog, ingezonden stuk, brief

Omvang: maximaal 600 woorden

