

Teknologiens usynlige hamsterhjul

”Hurtigere, Mastarn. Hurtigere!” Skriger Alberte af lungernes fulde kraft inde på basen sammen med resten af mit hold, mens jeg løber med sveden pibende ned af min pande. Jeg hopper, og når lige ind på basen, inden dem for det modsatte hold får kastet bolden til griberen. Alle jubler, mens klokken ringer ind til time.

Hvert frikvarter spillede vi rundbold på min første folkeskole, hvor vi havde en ”ingen-mobiler-politik”. Alle skulle aflevere deres mobiler i starten af dagen, hvilket jeg egentligt var lidt irriteret over - for hvad skulle det gøre godt for? Da jeg sammen med min klasse kom til en anden folkeskole i 7. klasse, måtte vi godt beholde vores mobiler hele dagen, og vi følte os så voksne. Nu kunne vi endelig sidde og scrolle gennem Snapchat, Facebook og Instagram på hver vores skærm. I mit hoved spekulerede jeg tit over, hvorfor de voksne på den første folkeskole fik den idé om, at de ville låse vores mobiler inde hele dagen. Var det ikke på en måde at krænke vores personlige frihed, hvor vi måske bare havde brug for at koble hjernen fra, når vi endelig havde frikvarter, under de lange skoledage? Eller var der en pointe med at gemme skærmene væk?

Aldrig har vi mennesker været mere privilegeret, end det vi er nu - takket være teknologien. Denne er nemlig en stor grund til, at vi har den grad af social mobilitet, som foregår i samfundet lige nu - i hvert fald, hvis man snakker om Bourdieus begreber; kulturel- og sågar social kapital. Vi kan finde samme viden, som medicinstuderende kan på Harvard University via YouTube. Derudover kan vi komme i kontakt med mange forskellige mennesker fra forskellige lande via sociale medier. Uddannelse, kultur og sociale netværk er blevet tilgængelig på en helt anden måde, der gør, at de svageste i samfundet har en real mulighed for at kunne klare sig lige så godt, som folk, der i forvejen er født med høje kapitaler. Dette følger meget godt Anthony Giddens teorier om aftraditionalisering og individualisering. Vi som moderne menneske har altså andre forudsætninger for at danne præcis den identitet, som vi vil og har mange flere muligheder, end hvad vores forfædre har haft inden os. Vi er ikke længere bundet op af vores sociale arv, som man engang var ift. hvad ens fars profession og løn var.

Set fra en anden vinkel, så lever vi i et højhastighedssamfund. Ifølge den tyske sociolog, Hartmut Rosa, så er en af grundene til denne hastige udvikling altså den teknologiske acceleration. Kommunikation, transport og produktion foregår i et hurtigere og hurtigere tempo, og dette ser man

efterhånden som værende negativt. Skærme og sociale medier er blevet en fast del af vores hverdag, og et canadisk studie har endda påvist, at vi bruger ca. 2 timer hver dag på sociale medier (TEDx Talks, 2017) - hvilket er mere, end hvad vi bruger på basale behov som at spise. I Artiklen: "Red vores børn fra skærmene" fra fredag 22. oktober 2021 påstår skribenterne David Madsen, psykolog med ekspertise i trivsel og digitale medier, og lægen, Cecilie Aalund Federspiel, at skærme og dermed digitale medier har en negativ indflydelse på unge, som de ikke kan styre. Jeg kan på en måde godt se deres tankegang, da man gang på gang har vist, at skærme og teknologien er blevet designet og installeret til psykologisk at manipulere med vores adfærd. Skribenternes belæg til denne påstand er blandt andet et eksperiment som psykologen Skinner lavede omkring operant betingning, hvor en rotte skulle trykke på en pedal for at få foder. Han fandt ud af, at hvis han varierede belønninger og deres mængde, så vil rotten blive ved med at trykke på pedalen på trods af, at den var blevet mæt. Det er på samme måde denne uforudsigelighed, der konstant driver os, især unge, til at tjekke skærme og sociale medier.

Derfor kan man alligevel også se negative konsekvenser for skærme og teknologien. For måske er det netop dette, der ødelægger fokuset, hvilket bl.a. digitale indfødte, altså den yngre generation, fra et psykologisk perspektiv har svært ved at styre, da de digitale medier tvinger unge til at være i flere sociale arealer på en gang. For selvom denne generation er den bedst udrustet nogensinde, så det alligevel den generation af unge, der har fået stillet flest psykiske lidelser som angst, depression og stress, hvilket man mener, at sociale medier er en af grundene til (TEDx Talks, 2017). Vi kommer nemlig aldrig helt backstage, fordi der er en forventning om, at man hele tiden er på. At man tjekker sine beskeder, at man svarer sine mails og ja sågar accepterer Candy Crush udfordringen fra sin onkel Benny.

Men man kan alligevel stille spørgsmålstejn ved, om det alligevel ikke er lidt en gammeldags tilgang til teknologien, som man har valgt at have på Nyborg Gymnasium og på sågar min første folkeskole, hvilket der fremgår i artiklen? Unge på gymnasiet er sådan set myndige, og dermed burde man også behandle dem som det, hvor de altså selv er ansvarlige for egen læring, da de selv har valgt uddannelsen. Det kan endda virke helt grotesk, at skribenterne i artiklen sammenligner unge med rotter, for der er altså væsentligt forskel på et skadesdyrs tankegang og unge som et reflekterende og moderne menneske. Der så mange ting, som man selv står for i den alder, og de digitale medier er altså redskaber til at få løst dagligdagsting, som nogle gange er nødvendigt at løse under skoletiden - hvilket

sagtens kan lade sig gøre i pauserne. Unge burde dermed have ret til fri færden på nettet, burde de ikke?

Teknologien og digitale medier har nemlig en masse fordele, og de er klart med til at hjælpe os på alle parametre. Det, der dog især spænder ben for den positive udvikling, er sociale medier. Hvad der nemlig er tankevækkende er, at et candisk studie har vist, at 7 ud af 10 studerende ville slette sociale medier, hvis det ikke var fordi, at man var bange for at misse ud på noget - altså det såkaldte FOMO (TEDx Talks, 2017). Unge er på sociale medier konstant, fordi de føler sig presset til det rent socialt - hvilket ironisk nok resulterer i, at de bliver asociale. Derudover så er der en grund til, at teknologiens hovedstads, Silicon Valley, mest eftertragtede skole er en med "no screen-politik" - hvor 75% af forældrene til eleverne ironisk nok arbejder i techindustrien. For som Madsen og Federspiel nævner i artiklen, så er det altså ikke; "unges egen fri vilje, der får dem til at sidde og scrolle, like og tjekke. De er indrulleret i et større adfærdsdesign, som det kan være umenneskeligt svært at løsrive sig fra" (Madsen & Federspiel, 2021). Dette kan jeg nikke genkendende til, og jeg har ikke engang tal på, hvor mange gange jeg har tjekket min skærm, mens jeg bare har skrevet denne stil. Jeg kan ikke lade være med at se, om jeg har fået en ny snap fra en af mine venner eller tjekke, hvor mange likes jeg har fået på mit nyt instagram-opslag, hvor end frustrerende og pinlig denne konklusion er.

For på et mere abstrakt plan kan man derfor stille spørgsmålet, om hvem der styrer - er det mennesket eller teknologien? Den tyske filosof Martin Heidegger havde i 1920'erne en teori om, at teknologien vil tvinge os til at se verden på en bestemt måde, så snart den har domineret nok af verden (Det Ethiske Råd, 2007). Denne verdensanskuelse er kort sagt, en opfattelse af, at alting er midler til at opnå et mål, og hvor intet er værdifuldt i sig selv. Den forhindrer dermed os mennesker i at leve et egentligt liv, da vi altså bliver slaver af teknologien i stede for herre over den - og det er præcis det, som rektoren på Nyborg Gymnasium, lærerne på min første folkeskole samt forældrene til eleverne på Silicon Valleys mest eftertragtede skole er klar over. Vi bliver nemlig et mere narcissistisk folkefærd, hvilket vi lærer helt fra barnsben af - hvis man ikke regulerer brugen af skærme og teknologi. Fysisk samvær og nærvær bliver byttet ud med social valuta i form af likes og kommentarer, hvor alt handler om en selv og at danne et perfekt medierede billede af sig selv, selvom dette måske er langt fra virkeligheden. Derudover er den voksende narcissistiske tendens præcis det modsatte af, hvad den amerikanske psykolog Abraham Maslow mener, at der er kilden til lykke. Til hans famøse femlags figur, kom han faktisk med et sjette punkt, som han kalder transcendens, hvilket er det øverste og

vigtigste punkt for at opnå lykke (Tedx Talks, 2019). Det handler om, at man skal lære, at man er en del af noget større - hvilket kan opnås ved at give uden at forvente at få noget tilbage - og dette er det modsatte af, hvad SoMe-kulturen på de sociale medier står for. På den måde kan man sige, at der måske er en forklaring på, hvorfor at den unge generation er så ramt af psykiske lidelser end nogensinde før. Vi bliver simpelthen ulykkeligere af skærmene.

Men hvad nu med min forargelse over at have givet min telefon til de voksne på min første folkeskole? Må jeg ændre mit syn efter mine nye overvejelser om teknologien og skærmenes indflydelse på det moderne mennesker - især ift. unge?

Man kan sige, at det faktisk var direkte omsorgsfuldt, når min første folkeskole valgte at hjælpe os daværende børn med at styre vores digitale liv - på samme måde som Nyborg Gymnasium gør i dag. For det er utroligt svært at navigere i noget, der psykologisk er programmeret til at lede og fastholde vores opmærksomhed - samtidig med, at det er blevet en social norm at være på de sociale medier som ung. Vi som moderne mennesker, står nemlig overfor for et problem, som vi måske har valgt at lukke skyklapperne for - nemlig teknologiens overtagelse af verden, der måske er begyndt at komme lidt ud af kontrol ved at putte os ind i et usynligt hamsterhjul. Spørgsmålet er nemlig, om vi ikke snart burde regulere teknologien noget mere, inden den ender med at regulere os?

Bibliografi

- Det Etske Råd. (1. 9 2007). *Teknologien i menneskets udvikling*. Hentet fra Det Etske Råd:
<https://www.etiskraad.dk/etiske-temaer/optimering-af-mennesket/homo-artefakt/kulturhistorisk-perspektiv/teknologien-i-menneskets-udvikling>
- TEDx Talks. (22. 6 2017). *Is Social Media Hurting Your Mental Health? | Bailey Parnell | TEDxRyersonU*. Hentet fra YouTube:
https://www.youtube.com/watch?v=Czg_9C7gw0o&t=427s