Waarom we blijven zoeken naar wind

Albert Zwolsman

Waarom we blijven zoeken naar wind

© 2026 Albert Zwolsman

Auteur: Albert Zwolsman

ISBN: 9789465548166

Omslagontwerp: Albert Zwolsman

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur, behoudens de uitzonderingen bij de wet bepaald.

Eerste uitgave, 2026

Uitgegeven via Brave New Books

Windsurfing is life, the rest is detail.

Hoogkarspel 2026

Inhoudsopgave

Inleiding....8

1 Waarom kijk ik alweer? 14

2 De sessie die nog niet bestaat....22

3 De wind als onzekere belofte....32

4 Nog één keer Windguru 45

5 De beloning vóór de beloning....54

6 Prediction error....64

7 Waarom onverwacht goed zo lang blijft hangen....73

8 Wanneer de wind lichamelijk wordt....85

9 Snelheid, kracht en directe feedback 97

10 Flow op het water 106

11 Waarom natuur ertoe doet....118

Inhoudsopgave (vervolg)

12 Waarom moeilijk leuk kan worden 131

13 Het plezier van progressie 142

14 Expertise verandert wat je ziet 152

15 Open-ended mastery: waarom windsurfen nooit af is 164

16 Vier sporten binnen één sport 173

17 Als de wind uitblijft 180

18 Waarom sommige sessies nooit verdwijnen 191

19 De beste sessie wordt steeds beter 202

20 Het geheugen voorspelt mee 212

21 Passie, gewoonte of verslaving? 225

22 De sociale windsurfwereld 237

23 Waarom een board nooit alleen een board is 249

Inhoudsopgave (vervolg)

24 Wanneer windsurfen onderdeel wordt van wie je bent 259

25 Vijftig jaar windsurfen en nog steeds niet klaar 269

26 Een sport die je nooit volledig kunt controleren 280

27 Waarom we tóch weer gaan 291

28 De Windsurf Uncertainty–Reward Hypothesis 306

29 Kunnen we dit werkelijk onderzoeken? 323

30 Je moet het eigenlijk zelf meemaken 340

Dankwoord 351

Verklarende woordenlijst 356

Literatuurlijst 370

INLEIDING

Waarom we blijven zoeken naar wind

Volgend jaar windsurf ik vijftig jaar. Als iemand mij dat vroeger had verteld, had ik waarschijnlijk vooral gedacht aan vijftig jaar varen. Aan duizenden uren op het water. Aan harde wind, lichte wind, golven, vlak water, kou, zon, mislukkingen, materiaalpech en die zeldzame dagen waarop alles precies klopt.

Maar na bijna vijftig jaar windsurfen realiseer ik me dat windsurfen uit veel meer bestaat dan de uren waarop we daadwerkelijk op een board staan. Misschien begint een windsurfsessie wel veel eerder. Soms dagen eerder. Bij een getal op een scherm. Bij een kleur in Windguru. Bij een voorspelde winddraaiing. Bij een klein windicoontje dat ergens vier of vijf dagen vooruit ineens verschijnt.

Iedere dag kijk ik naar Windguru, naar weerberichten en naar andere windapps. Niet één keer. Meestal meerdere keren. En wanneer de verschillende voorspellingen het niet met elkaar eens zijn, gebeurt er iets merkwaardigs. Dan blijkt mijn voorkeur opvallend voorspelbaar. Ik geloof het liefst de beste voorspelling. Niet noodzakelijk de voorspelling die meteorologisch het meest waarschijnlijk is. Niet noodzakelijk het model dat het gisteren goed had. Maar die ene verwachting waarin nét wat meer wind staat. Tegen beter weten in. Misschien trekt het nog aan. Misschien komt het front iets eerder. Misschien valt de windrichting gunstiger uit. Misschien wordt het tóch goed.

En wanneer er storm wordt voorspeld, wordt dit gedrag alleen maar sterker. Dan worden modellen vergeleken, verwachtingen opnieuw bekeken en tijdstippen, windrichtingen en locaties tegen elkaar afgewogen. De laatste jaren heb ik het geluk gehad dat ik bij iedere serieuze stormverwachting daadwerkelijk heb kunnen varen. Dat maakt zo'n verwachting inmiddels bijna tot een gebeurtenis op zichzelf. Lang voordat de eerste vlaag over het water trekt, is er al iets begonnen. De

mogelijkheid bestaat. En kennelijk doet alleen die mogelijkheid al iets met ons.

Waarom kijk ik eigenlijk alweer?

Ergens in de afgelopen jaren begon ik mezelf een vraag te stellen. Waarom kijk ik eigenlijk zo vaak? Wanneer ik 's morgens Windguru heb bekeken, weet ik wat er staat. Wanneer ik een paar uur later opnieuw kijk, is de kans groot dat er nauwelijks iets veranderd is. Toch kijk ik weer. En later misschien nog een keer. Dat is op zichzelf al interessant.

Maar nog interessanter werd het toen ik om mij heen begon te kijken. Ik bleek bepaald niet de enige te zijn. Vrijwel iedere fanatieke windsurfer die ik ken, herkent iets van dit gedrag. We praten over wind die er nog niet is. We vergelijken voorspellingen. We kennen windrichtingen bij bepaalde spots. We weten welke combinatie van wind, waterstand en richting ergens mogelijkheden kan opleveren.

We denken na over welk board we zouden meenemen, welk zeil erop zou moeten en waar we zouden kunnen varen. En wanneer een voorspelling tegenvalt, sluiten we de zaak niet noodzakelijk af. We kijken naar een ander model. Of naar een andere dag. Of naar een andere spot. Ergens moet toch wind staan. Voor een buitenstaander kan dat behoorlijk vreemd overkomen. Waarom zou iemand zoveel tijd besteden aan iets wat misschien helemaal niet gaat gebeuren?

Een sport die nooit helemaal begint of eindigt

Ik windsurf sinds 1977. In die bijna vijftig jaar heb ik de sport sterk zien veranderen. Boards werden korter en lichter, zeilen efficiënter, vinnen beter en uiteindelijk kwamen er foils bij. Weersverwachtingen die vroeger bestonden uit het weerbericht op radio of televisie zijn veranderd in gedetailleerde modellen die we ieder uur op onze telefoon kunnen bekijken.

Zelf heb ik verschillende kanten van de sport meegemaakt, van harder varen en manoeuvres leren tot de aantrekkingskracht van golven. Vooral wave heeft mij altijd gefascineerd. Maar het merkwaardige is dat naarmate mijn ervaring toenam, windsurfen niet eenvoudiger werd. Ik leerde meer. Maar daardoor ging ik ook meer zien. Een beginner ziet misschien wind en water. Een ervaren windsurfer ziet vlagen, windlijnen,

chop, stroming, golfperioden, ramps, secties en mogelijkheden. Een bepaalde windrichting is niet alleen een meteorologisch gegeven, maar kan onmiddellijk een locatie oproepen. Een voorspelde windsnelheid kan bijna automatisch gekoppeld worden aan een zeilmaat, een board en herinneringen aan eerdere sessies.

Na tientallen jaren windsurfen kijk je daardoor misschien niet meer naar een weersverwachting zoals iemand anders naar het weer kijkt. Je kijkt naar mogelijkheden. Dat bracht mij bij een veel grotere vraag.

Wat gebeurt hier eigenlijk?

Waarom kan een activiteit die afhankelijk is van zoiets onbetrouwbaars als wind mensen tientallen jaren blijven fascineren? Waarom neemt ervaring die fascinatie niet noodzakelijk weg? Waarom kan alleen de verwachting van wind al plezier, spanning en planning oproepen? Waarom blijven we kijken wanneer de voorspelling slecht is? Waarom kunnen we ons jaren later nog één uitzonderlijke sessie herinneren, terwijl tientallen gemiddelde sessies vrijwel verdwenen zijn? En waarom begrijpen andere windsurfers dit onmiddellijk, terwijl het aan iemand die nooit heeft gewindsurft soms bijna niet uit te leggen is?

Misschien is onzekerheid geen probleem aan de rand van de sport

Aanvankelijk dacht ik vooral na over het steeds opnieuw bekijken van weersverwachtingen. Maar hoe langer ik erover nadacht, hoe interessanter het probleem werd. Want windsurfen heeft een bijzondere eigenschap: de beloning is nooit volledig gegarandeerd. Je kunt materiaal inladen. Een uur rijden. Een voorspelling vertrouwen. Op de parkeerplaats aankomen. En vervolgens constateren dat het niet waait. Of nauwelijks. Dat is frustrerend. Maar het tegenovergestelde gebeurt ook. Een twijfelachtige voorspelling. Eigenlijk weinig verwachting. Toch maar gaan. En ineens staat er wind. Het water verandert. Het zeil vult zich. Het board komt los. Een sessie die bijna was afgeschreven wordt onverwacht een van de beste van het jaar.

Juist zulke dagen blijven hangen. Misschien is de onzekerheid rond windsurfen daarom niet alleen een vervelende praktische omstandigheid die we moeten accepteren om onze sport te kunnen beoefenen. Misschien grijpt die onzekerheid veel dieper in op de manier waarop verwachting,

aandacht, leren, beloning en geheugen met elkaar verbonden raken. Dat betekent nadrukkelijk niet dat onzekerheid automatisch prettig of belonend is. Uren wachten op wind kan buitengewoon irritant zijn. Een volledig verkeerde forecast kan een dag verpesten. Te veel onzekerheid kan motivatie juist verminderen.

Maar wanneer er iets waardevols mogelijk is, wanneer we informatie kunnen zoeken, wanneer expertise onze voorspellingen enigszins kan verbeteren en wanneer de uitkomst onzeker maar niet willekeurig is, ontstaat een psychologisch interessante situatie. Er kan iets gebeuren. We weten alleen nog niet precies wat.

Dit boek begon met nieuwsgierigheid

Ik ben fysiotherapeut en heb gedurende mijn professionele leven veel gewerkt met beweging, sport, motoriek en het menselijk lichaam. Tegelijkertijd ben ik vrijwel mijn hele leven windsurfer geweest. Dit boek bevindt zich bewust ergens op het snijvlak van die twee werelden. Het is geen boek waarin ik wil beweren dat iedere windsurfer om precies dezelfde reden surft. Daarvoor is de sport veel te rijk. Een wavesurfer kan andere aspecten zoeken dan een slalom- of speedwindsurfer. Voor de één is progressie belangrijk, voor de ander snelheid, natuur, vrijheid, competitie, flow, reizen of het sociale leven rond een spot.

Ook wil ik niet achteraf een mooi neurowetenschappelijk verhaal over windsurfen construeren waarin ieder gevoel wordt verklaard door dopamine of één ander mechanisme. Menselijke motivatie werkt niet zo eenvoudig. Dit boek is daarom een voorzichtige poging. Een poging om inzichten uit onder andere motivatiepsychologie, neurowetenschap, predictive processing, reinforcement learning, motorisch leren, perceptuele expertise, flow, geheugenonderzoek, ecological dynamics en onderzoek naar menselijk gedrag bij onzekerheid naast de dagelijkse werkelijkheid van windsurfers te leggen. Niet om windsurfen kapot te analyseren. Maar om te onderzoeken waarom het juist zo moeilijk kapot te krijgen lijkt.

De sessie begint vóór het water

De centrale gedachte die in de komende hoofdstukken langzaam zal ontstaan, is dat de beloning van windsurfen waarschijnlijk niet

uitsluitend in de sessie zelf zit. Een deel ontstaat ervoor. In verwachting. In zoeken. In plannen. In het voorstellen van wat er misschien gaat gebeuren. Daarna komt de werkelijkheid. De wind blijkt beter, slechter of anders dan verwacht. We varen of we varen niet. Het lichaam reageert op wind, water en materiaal. Soms ontstaat snelheid. Soms controle. Soms progressie. Soms flow. Soms frustratie. En vervolgens is de sessie nog steeds niet voorbij. Want we onthouden. Niet alles even sterk.

Een onverwacht fantastische dag kan jarenlang beschikbaar blijven in het geheugen. Een bepaalde windrichting, spot of zeilmaat kan die herinnering later opnieuw activeren. Die herinneringen beïnvloeden vervolgens weer wat we verwachten wanneer enkele dagen later opnieuw een interessant vakje in de forecast verschijnt. Zo ontstaat mogelijk een lus: verwachten, zoeken, beslissen, ervaren, verrast worden, leren, onthouden — en opnieuw verwachten. In dit boek zal ik uiteindelijk proberen die lus te formuleren als de **Windsurf Uncertainty–Reward Hypothesis**. Niet als bewezen waarheid. Maar als een hypothese die voldoende precies moet worden om uiteindelijk ook ongelijk te kunnen krijgen.

Voor de windsurfer — en voor degene die ernaast staat

Dit boek is in de eerste plaats geschreven vanuit verwondering over ons eigen gedrag. Voor de windsurfer die 's avonds nog één keer kijkt. Voor degene die eigenlijk al weet dat de voorspelling slechter is geworden, maar toch nog even een ander model opent. Voor degene die bij 35 knopen in de forecast onmiddellijk begint na te denken over materiaal en locatie. Voor degene die honderden kilometers kan rijden voor omstandigheden waarvan niemand kan garanderen dat ze werkelijk zullen bestaan. Voor degene die na een mislukte dag zegt: *Misschien morgen.* Maar ik schrijf het ook voor mensen die niet windsurfen.

Voor partners, vrienden, familieleden en anderen die zich misschien al jaren afvragen waarom een volwassen mens tijdens een gesprek ineens op zijn telefoon kijkt omdat het windicoontje voor zondagmiddag veranderd is. Waarom een weekendplanning op woensdag nog vaststaat en op donderdagavond ineens onderhandelbaar blijkt. Waarom een stormwaarschuwing voor de meeste mensen reden is om binnen te blijven, terwijl een windsurfer begint uit te rekenen waar hij kan varen. En waarom een garage vol boards, masten, gieken en zeilen voor de

eigenaar daarvan niet noodzakelijk voelt als een verzameling spullen, maar als een verzameling mogelijkheden.

Misschien kan wetenschap daar iets van zichtbaar maken. Maar waarschijnlijk niet alles. Want uiteindelijk blijft er een gedeelte van windsurfen dat zich moeilijk laat vertalen naar woorden, modellen of grafieken. Het moment waarop je het water opstapt. De eerste druk in het zeil. Het board dat versnelt. De wereld die ineens kleiner wordt tot wind, water, materiaal en beweging. Na bijna vijftig jaar weet ik nog steeds niet of dat volledig uit te leggen is. Ik weet wel wat ik morgenochtend waarschijnlijk als een van de eerste dingen doe. Even kijken wat de wind gaat doen.

1

Waarom kijk ik alweer?

Het raadsel begint vóór de wind

Ik heb de voorspelling al gezien. Dat weet ik zeker. Vanmorgen bij het ontbijt heb ik Windguru bekeken. Niet vluchtig, maar zoals een windsurfer kijkt: windrichting, gemiddelde windsnelheid, vlagen, verloop over de dag. Daarna het gewone weerbericht. Vervolgens Buienradar. Later nog een keer Windguru, voor het geval er iets veranderd was. Er was nauwelijks iets veranderd. En toch kijk ik nu opnieuw. Niet omdat ik vergeten ben wat er stond. Niet omdat ik verwacht dat een meteorologisch model zich iedere tien minuten volledig herziet. En waarschijnlijk ook niet omdat ik werkelijk nieuwe informatie nodig heb.

Ik kijk omdat er misschien iets veranderd is. Een knoop meer. Een verschuiving van het windmaximum. Een iets gunstiger richting. Een model dat optimistischer is geworden. Een actuele windmeting die nét boven de verwachting ligt. Iets. Voor iemand die niet windsurft, is dat misschien merkwaardig gedrag. Je hebt de weersverwachting gezien. Je weet ongeveer wat er gaat gebeuren. Waarom zou je opnieuw kijken?

Voor een windsurfer voelt de vraag bijna omgekeerd: Waarom zou je níét nog even kijken? Daar begint dit boek. Niet bij dopamine. Niet bij flow. Niet bij verslaving. Niet bij adrenaline. Niet bij snelheid. Maar bij een buitengewoon eenvoudig, observeerbaar gedrag: iemand die de voorspelling al kent en toch opnieuw kijkt. Dat gedrag vormt het vertrekpunt. Eerst kijken we naar wat windsurfers daadwerkelijk doen. Pas daarna onderzoeken we stap voor stap welke psychologische, motivationele en sensorimotorische processen daar mogelijk achter liggen.

Een gewoonte van bijna iedere windsurfer

Wie lang genoeg windsurft, kent het patroon. Er verschijnt een interessante voorspelling voor over drie dagen. Eerst is het nauwelijks meer dan een

mogelijkheid. Woensdag: misschien wind. Je kijkt. Een paar uur later kijk je opnieuw. Donderdagochtend nog een keer. Dan verschijnen de eerste gesprekken. Zaterdag? Zuidwest? Waar ga jij heen? Denk je dat het genoeg wordt? Langzaam verandert iets abstracts — een paar gekleurde vakjes, pijltjes en getallen op een scherm — in iets dat psychologisch steeds echter begint te worden. Er ontstaat een mogelijke sessie. Misschien zie je jezelf al varen.

Misschien denk je aan Schellinkhout, Wijk aan Zee, de Brouwersdam of een andere spot waarvan je weet wat een bepaalde windrichting daar kan betekenen. Misschien begint zelfs de materiaalkeuze al. 4.7? 5.3? Waveboard? Freewave? Nog steeds is er niets gebeurd. Er is geen zeil opgetuigd. Geen board raakt het water. Er is nog geen windvlaag in je handen geweest. En toch heeft die toekomstige sessie blijkbaar al voldoende betekenis gekregen om gedrag in het heden te beïnvloeden. Dat is vreemd genoeg om serieus te nemen. De centrale vraag van dit hoofdstuk is daarom eenvoudig:

Waarom kijken windsurfers opnieuw naar een voorspelling die zij al hebben gezien?

Het lijkt een kleine vraag. Maar achter die vraag ligt vrijwel het hele boek verscholen.

Het gaat niet alleen om informatie

De meest voor de hand liggende verklaring is eenvoudig: we kijken omdat we willen weten hoeveel wind er komt. Dat is ongetwijfeld een belangrijk deel van het antwoord. Een windsurfer heeft informatie nodig. Windkracht bepaalt mede welk materiaal bruikbaar is. Windrichting beïnvloedt de spotkeuze. Vlagen, temperatuur, neerslag, getij, golfhoogte en timing kunnen allemaal relevant zijn. Maar daarmee is het herhaald kijken nog niet volledig verklaard. Want waarom kijken we soms opnieuw wanneer de kans op werkelijk nieuwe informatie klein is?

Waarom openen we een tweede forecastmodel wanneer het eerste tegenvalt? Waarom kijken we naar actuele windmetingen terwijl de voorspelde wind pas uren later zou moeten binnenkomen? Waarom wordt een webcam ineens interessant? Waarom sturen we een bericht naar iemand die dichter bij de spot woont? Waait het daar al? En misschien nog herkenbaarder: waarom zoeken we soms verder wanneer verschillende bronnen ongeveer hetzelfde slechte nieuws geven? Het antwoord kan niet simpelweg zijn dat windsurfers graag

meteorologische gegevens verzamelen. De informatie betekent iets omdat zij gekoppeld is aan iets wat we mogelijk kunnen doen. Dat onderscheid is belangrijk. Een verandering van 14 naar 18 knopen is meteorologisch gezien slechts een verandering in windsnelheid.

Voor een windsurfer kan dezelfde verandering betekenen: misschien kan ik varen. Daarmee verandert weersinformatie in handelingsrelevante informatie. En precies daar begint het gedrag interessanter te worden.

Information seeking

In de psychologie en neurowetenschappen bestaat een breed onderzoeksgebied rond *information seeking*: gedrag waarmee mensen actief informatie verzamelen. Mensen wachten niet uitsluitend passief tot informatie hen bereikt. We zoeken. We controleren. We vergelijken. We stellen vragen. We openen opnieuw een app. Onderzoek naar information seeking laat zien dat mensen selectief informatie zoeken en dat de waarde van informatie mede samenhangt met wat die informatie mogelijk verandert aan verwachtingen, beslissingen en toekomstige uitkomsten (Gottlieb et al., 2013; Sharot & Sunstein, 2020).

Daarom is niet iedere onzekerheid even interessant. Ik kan op dit moment niet weten hoeveel millimeter regen er over negen dagen ergens midden op de Noordzee zal vallen. Dat is onzeker. Maar waarschijnlijk controleer ik het niet iedere twee uur. Waarom niet? Omdat het voor mij nauwelijks handelingswaarde heeft. Een windvoorspelling voor zaterdag kan die waarde wel hebben. Nieuwe informatie kan immers iets veranderen: gaan of niet gaan; vroeg of laat; de ene spot of de andere; een groter of kleiner zeil; wel of geen materiaal in de auto; een andere afspraak verplaatsen; iemand bellen; wachten; of besluiten dat het niets wordt.

Forecastchecken is daarmee meer dan het verzamelen van meteorologische gegevens. De windsurfer zoekt informatie omdat nieuwe informatie de verwachte mogelijkheden tot handelen kan veranderen. Dat is een belangrijk uitgangspunt. Maar we moeten oppassen dat we niet te snel gaan verklaren. Dit hoofdstuk gaat nog niet over waarom onzekerheid aantrekkelijk zou kunnen zijn. Nog niet over anticipatoire beloning. Nog niet over dopamine. Nog niet over prediction error. En zeker nog niet over een windsurfverslaving. Voorlopig constateren we alleen iets:

de mogelijkheid van wind organiseert zoekgedrag.

Aandacht verraadt betekenis

Aandacht is beperkt. Op ieder moment zijn er ontelbaar veel dingen waar we naar zouden kunnen kijken. Toch kijken we niet willekeurig. Sommige signalen worden belangrijker dan andere (Gottlieb et al., 2013). Voor een niet-windsurfer is een voorspelling van 22 knopen zuidwest misschien gewoon weer. Voor een windsurfer kan hetzelfde getal onmiddellijk betekenis krijgen. De aandacht blijft eraan hangen. Niet noodzakelijk omdat 22 knopen op zichzelf bijzonder zijn, maar omdat dat getal verbonden is geraakt met mogelijke actie.

Met materiaal. Met een locatie. Met eerdere ervaringen. Met wat er misschien gaat gebeuren. Dat maakt herhaald forecastchecken interessant als gedragsverschijnsel. Want iedere keer dat we opnieuw kijken, laten we indirect zien dat de uitkomst voor ons nog niet psychologisch afgesloten is. De mogelijkheid staat nog open. Er kan nog iets gebeuren. Misschien wordt de voorspelling beter. Misschien slechter. Misschien schuift het systeem zes uur op. Misschien komt de wind eerder. Misschien blijkt uit de actuele metingen dat het model te voorzichtig was. Zolang nieuwe informatie de mogelijkheid kan veranderen, blijft er reden om opnieuw te kijken.

Tegen beter weten in

Er bestaat nog een herkenbaarder variant. De voorspelling valt tegen. Het model waarop je aanvankelijk hoopte, zakt van twintig naar vijftien knopen. Dat is vervelend. Dus kijk je naar een ander model. Dat is iets optimistischer. Interessant. Nog een model. Nog iets beter. En ongemerkt ontstaat een merkwaardige selectie. Niet noodzakelijk het model dat historisch gezien voor die locatie het betrouwbaarst is, krijgt de meeste psychologische waarde. Maar het model dat de mogelijkheid openhoudt. We hoeven daar nog geen ingewikkelde verklaring aan te verbinden. Het interessante is voorlopig het gedrag zelf. De surfer ontvangt ongunstige informatie en stopt niet noodzakelijk met zoeken. Soms lijkt juist toenemende onzekerheid aanleiding te geven om verder te zoeken.

Windguru. Weerbericht. Buienradar. Windmeter. Webcam. Andere modellen. Berichten van mensen ter plaatse. Eigen kennis van lokale omstandigheden. Het informatieveld wordt groter. Waarom onzekerheid in sommige situaties méér zoeken oproept en in andere juist niet, is geen eenvoudige vraag. Onderzoek naar nieuwsgierigheid en information seeking laat juist zien dat de

waarde van informatie afhangt van de context, de verwachte uitkomst en de betekenis die de informatie voor de persoon heeft (Gottlieb et al., 2013; Sharot & Sunstein, 2020). Voor de windsurfer is de relevante vraag daarom niet alleen hoeveel onzekerheid er bestaat. De vraag is ook:

wat staat er op het spel?

Maar die vraag bewaren we nog even.

Vijftig jaar windsurfen lost het raadsel niet op

Misschien zou je verwachten dat dit gedrag afneemt naarmate iemand langer windsurft. Een beginner moet nog leren. Een ervaren windsurfer kent zijn spots, kent zijn materiaal, begrijpt windrichtingen en weet dat voorspellingen onzeker zijn. Na tientallen jaren zou je dus rationeler kunnen worden. Je kent de beperkingen van de modellen. Je weet dat drie dagen vooruit geen garantie is. Je hebt honderden keren meegemaakt dat een veelbelovende voorspelling instortte. Je hebt aan de waterkant gestaan terwijl de beloofde wind niet kwam. En omgekeerd heb je dagen meegemaakt waarop een matige voorspelling veranderde in een fantastische sessie.

Juist daardoor zou je kunnen denken: ik zie het morgen wel. Maar vaak gebeurt dat niet. De ervaren windsurfer kan juist verfijnder gaan zoeken. Niet alleen: hoeveel wind? Maar: welk model? welke richting? welke timing? wat doet het front? wat meten de stations bovenwinds? hoe snel verandert de luchtdruk? wat doet het water? welke spot werkt bij deze hoek? wat gebeurde er de vorige keer onder vergelijkbare omstandigheden? Ervaring hoeft het zoeken dus niet noodzakelijk te beëindigen. Ze kan het zoeken ook verfijnen. Dat wordt later in dit boek belangrijk wanneer we expertise onderzoeken. Voorlopig is één observatie voldoende: weten dat een voorspelling onzeker is, verhindert ons niet om haar serieus te nemen. Misschien maakt ervaring het zoekproces zelfs rijker. Maar ook dat moeten we nog onderzoeken.

Is dit verslaving?

Hier ontstaat gemakkelijk een verleidelijk verhaal. Iemand kijkt tien keer per dag naar Windguru. Hij denkt voortdurend aan windsurfen. Hij rijdt honderden kilometers voor wind. Hij koopt materiaal. Hij wordt chagrijnig

wanneer de voorspelling instort. En hij doet dit na tientallen jaren nog steeds. Dus: verslaafd. Het woord ligt snel klaar. Maar wetenschappelijk is dat veel te gemakkelijk. Veelvuldig gedrag is niet automatisch pathologisch gedrag. Sterke motivatie is niet hetzelfde als verlies van controle. Passie is niet hetzelfde als compulsie. En vaak een forecast bekijken bewijst op zichzelf helemaal niets over een gedragsverslaving.

Binnen onderzoek naar passie en gedragsverslaving is juist het onderscheid belangrijk tussen sterke, maar geïntegreerde betrokkenheid enerzijds en patronen die gepaard gaan met verlies van controle, rigiditeit en negatieve gevolgen voor het functioneren anderzijds (Griffiths, 2005; Vallerand, 2015; Vallerand et al., 2003). De relevante vraag is dus niet hoe vaak iemand aan windsurfen denkt. Ook niet hoeveel materiaal hij bezit. En zelfs niet hoeveel moeite hij doet om een goede sessie te vinden.

De belangrijkere vraag is hoe flexibel het gedrag binnen iemands leven functioneert. Die discussie komt later. Voor nu zou het label *verslaving* zelfs onhandig zijn. Het sluit het raadsel voordat we het onderzocht hebben. Interessanter is om te vragen: wat maakt de mogelijke toekomstige sessie zó relevant dat iemand er nu al informatie over wil verzamelen?

De sessie begint vóór de sessie

Daarmee komen we bij de eerste echte these van dit boek. Een windsurfsessie heeft een objectief begin. Je stapt op het board. Je trekt het zeil dicht. Je vaart weg. Maar psychologisch kan de sessie veel eerder zijn begonnen. Misschien op het moment dat je voor het eerst een interessante voorspelling zag. Misschien wanneer iemand een screenshot van zaterdag stuurde. Misschien toen je tijdens je werk dacht: als dit blijft staan… Vanaf dat moment kan de toekomstige sessie invloed krijgen op het heden.

Je kijkt. Je denkt. Je vergelijkt. Je plant. Je wacht. Je hoopt. Je bereidt misschien materiaal voor. Je stelt beslissingen uit omdat je eerst de volgende modelrun wilt zien. Er is nog geen sessie. Maar er is al gedrag. Daarom luidt de eerste kernthese van dit boek:

De windsurfsessie begint psychologisch vaak lang voordat het board het water raakt.

Dat is voorlopig geen uitspraak over één specifiek hersenmechanisme. Het is eerst een gedragsobservatie. En juist daardoor is zij belangrijk. Want zodra

een gebeurtenis die nog niet bestaat ons huidige gedrag begint te organiseren, moeten we begrijpen wat die toekomstige gebeurtenis psychologisch al is geworden.

Nog geen model

Het zou verleidelijk zijn om nu meteen alle onderdelen met elkaar te verbinden. Onzekerheid. Information seeking. Anticipatie. Beloning. Dopamine. Prediction error. Flow. Geheugen. Expertise. Identiteit. Na tientallen jaren windsurfen lijkt het misschien alsof die elementen vanzelf één verklaring vormen. Maar dat zou wetenschappelijk de verkeerde volgorde zijn. Een plausibele verklaring is nog geen bewezen verklaring.

Daarom wordt de centrale zoek-naar-wind-lus niet aan het begin van dit boek als vastgesteld model gepresenteerd. De verschillende onderdelen worden eerst afzonderlijk onderzocht en pas later met elkaar verbonden. Dus doen we dat hier nog niet. We verklaren niets met dopamine. We noemen forecastchecken nog geen reward. We zeggen niet dat onzekerheid verslavend is. We presenteren nog geen Windsurf Uncertainty–Reward Hypothesis. We beginnen kleiner. Met wat we kunnen zien. Een windsurfer pakt zijn telefoon. Opent een voorspelling. Bekijkt informatie die hij grotendeels al kent. Sluit de app. En opent haar later opnieuw. Dat gedrag is het eerste stukje van de puzzel.

De vraag achter de vraag

Misschien is de interessantste vraag uiteindelijk niet: Waarom kijk ik alweer? Misschien is de werkelijke vraag: Waar kijk ik eigenlijk naar? Op het scherm staan getallen. Pijlen. Kleuren. Windrichtingen. Modelberekeningen. Maar dat is waarschijnlijk niet alles wat de windsurfer ziet. Een voorspelling kan langzaam veranderen in een mogelijkheid. Een mogelijkheid om te varen. Een mogelijkheid om snelheid te voelen. Een golf te vinden. Een manoeuvre te landen. Een paar uur volledig ergens anders mee bezig te zijn. Een oude spot opnieuw te varen. Met vrienden het water op te gaan.

Of misschien gewoon die merkwaardige combinatie van wind, water, materiaal en lichaam opnieuw te ervaren die zo moeilijk uit te leggen is aan iemand die haar nooit heeft gevoeld. Maar daarmee lopen we alweer vooruit. Voor nu staat er alleen een voorspelling op het scherm. En toch is er blijkbaar al genoeg gebeurd om opnieuw te kijken. Dat is het eerste raadsel. En het leidt

onvermijdelijk naar het tweede. Als de sessie nog niet bestaat, maar ons gedrag al wel beïnvloedt — wat bestaat er dan precies in onze gedachten? Een voorspelling? Een verwachting? Of misschien al het begin van een toekomstige ervaring? Daar begint hoofdstuk 2.

De sessie die nog niet bestaat.

2

De sessie die nog niet bestaat

Waarom een windsurfsessie al begint voordat je het water raakt

Er is nog niets gebeurd. De plank ligt misschien nog in de schuur. Het zeil zit opgerold in de hoes. De vin is droog. Het wetsuit hangt waar het gisteren ook hing. Buiten beweegt nauwelijks een blad. En toch is de sessie begonnen. Niet op het water. Niet wanneer de mast in het zeil schuift. Niet wanneer de giek wordt vastgezet. Niet wanneer je de eerste meters planeert.

De sessie begint eerder. Soms uren eerder. Soms dagen eerder. Misschien zelfs op het moment dat ergens op een weerkaart een kleur begint te verschijnen die er gisteren nog niet stond. Zeventien knopen. Negentien. Windstoten tot vijfentwintig. Een richting die net goed genoeg lijkt. En vanaf dat moment bestaat er iets merkwaardigs. Een windsurfsessie die nog niet heeft plaatsgevonden. Maar die in het hoofd al wel begonnen is.

Een sessie in de toekomst

Vrijdagmiddag. De voorspelling voor zondag verandert. Waar eerst twaalf knopen stond, verschijnt nu achttien. De wind draait iets. De richting wordt gunstiger. De grafiek krijgt ineens een ander karakter. Je kijkt nog een keer. Niet omdat je vergeten bent wat er stond. Je weet precies wat er stond. Je kijkt omdat er iets veranderd kan zijn. Een uur later opnieuw. Misschien op een andere app. Windguru zegt dit. Een ander model iets anders. Buienradar laat de passage van een front zien. De lokale verwachting suggereert dat de wind in de middag kan aantrekken.

Langzaam begint zich een mogelijkheid te vormen. Zondag zou kunnen. Nog geen zekerheid. Juist geen zekerheid. Maar genoeg om iets in beweging te zetten. Welke plank? 4.7 of 5.3? Waveboard of iets groters? Hoe laat moet je er zijn? Komt de wind eerder binnen dan voorspeld? Zakt hij tegen het einde

van de middag weer weg? En zonder dat er één meter is gevaren, ontstaat in het hoofd al een sessie.

Je ziet jezelf misschien niet letterlijk varen. Maar je brein construeert mogelijkheden. Wind. Water. Materiaal. Timing. Golven. Snelheid. Mensen die er misschien ook zullen zijn. De sessie bestaat nog niet in de werkelijkheid. Maar als mogelijkheid is hij plotseling heel reëel geworden. Dat onderscheid vormt een van de belangrijkste uitgangspunten van dit boek. Want om te begrijpen waarom windsurfers steeds opnieuw naar wind zoeken, moeten we niet alleen onderzoeken wat er tijdens het windsurfen gebeurt. We moeten onderzoeken wat er gebeurt voordat er überhaupt gewindsurft kan worden.

Het brein leeft niet alleen in het heden

We ervaren onszelf gemakkelijk als organismen die reageren op wat er op dit moment gebeurt. Er verschijnt een golf. We sturen. Een windvlaag raakt het zeil. We corrigeren. De plank versnelt. We passen onze houding aan. Maar het zenuwstelsel werkt niet uitsluitend reactief. Een belangrijk deel van menselijk gedrag is gericht op gebeurtenissen die nog moeten plaatsvinden. We voorspellen. We simuleren. We bereiden ons voor. We schatten kansen in. We kiezen tussen mogelijke toekomstige toestanden. Binnen verschillende moderne neurowetenschappelijke theorieën wordt het brein daarom niet uitsluitend gezien als een systeem dat sensorische informatie ontvangt en daarop reageert. Waarneming en handelen worden mede georganiseerd door verwachtingen over wat waarschijnlijk gaat gebeuren (Clark, 2013).

Dat gebeurt op zeer korte tijdschalen. Een ervaren windsurfer kan bijvoorbeeld anticiperen op een windvlaag voordat de volledige mechanische consequentie ervan het lichaam heeft bereikt. Maar anticipatie werkt ook op veel langere tijdschalen. Morgen. Zondag. Volgende week. Wanneer een weersvoorspelling wind laat zien, verschijnt er een mogelijke toekomstige toestand: *ik zou kunnen windsurfen.* Die mogelijkheid heeft nog geen fysieke werkelijkheid. Maar ze kan wel gedrag organiseren. Dat is fascinerend. Een gebeurtenis hoeft kennelijk niet werkelijk plaats te vinden om invloed op ons te hebben. Alleen de mogelijkheid dat zij zal plaatsvinden kan al voldoende zijn.

Van voorspelling naar mogelijkheid

Een weersvoorspelling is op zichzelf niet bijzonder. Een getal. Een pijl. Een kaart. De uitkomst van een meteorologisch model dat een waarschijnlijk toekomstige toestand van de atmosfeer probeert te beschrijven. Voor iemand die niet windsurft, betekent 22 knopen west misschien weinig. Voor een windsurfer kan dezelfde informatie onmiddellijk een heel netwerk van betekenissen activeren. 22 knopen. West. Middag. Dat is niet langer alleen meteorologische informatie. Dat wordt: *misschien varen.* En vrijwel onmiddellijk daarna: *waar? met welk materiaal? hoe laat? hoe goed zou het kunnen worden?* Hier verandert informatie in een mogelijke basis voor handelen.

In de ecologische psychologie wordt voor mogelijkheden tot handelen vaak het begrip *affordance* gebruikt: een handelingsmogelijkheid die ontstaat uit de relatie tussen een organisme en zijn omgeving (Gibson, 1979). Een trap biedt de mogelijkheid om omhoog te lopen. Een stoel biedt de mogelijkheid om te zitten. Een golf biedt voor een ervaren wave-windsurfer andere mogelijkheden dan voor iemand die nauwelijks kan waterstarten. Een windvoorspelling is strikt genomen nog geen affordance in diezelfde directe betekenis.

De voorspelde wind is immers nog niet aanwezig. Maar een forecast kan wel informatie verschaffen over een **mogelijke toekomstige affordance**. De omgeving lijkt als het ware aan te kondigen: *morgen zou hier iets mogelijk kunnen zijn wat vandaag niet mogelijk is.* En precies daar begint de sessie die nog niet bestaat.

Niet: komt er wind?

Op het eerste gezicht lijkt de vraag eenvoudig: *Komt er wind?* Maar dat is zelden de werkelijke vraag. De echte vraag is veel rijker. Komt er genoeg wind? Op het juiste moment? Uit de juiste richting? Op een geschikte spot? Met het materiaal dat ik heb? Zijn de omstandigheden goed genoeg voor wat ik wil doen? Kan ik wave varen? Freestyle? Slalom? Wordt het een overlevingssessie of een uitzonderlijk goede dag? De meteorologische voorspelling moet dus worden vertaald naar persoonlijke betekenis. Twintig knopen is niet gewoon twintig knopen. Twintig knopen bij Schellinkhout is iets anders dan twintig knopen aan zee.

Twintig knopen met vlak water is iets anders dan twintig knopen met een goede swell. Twintig knopen voor iemand van 95 kilogram betekent iets

anders dan voor iemand van 70 kilogram. En twintig knopen voor een beginner vertegenwoordigt een totaal andere wereld van handelingsmogelijkheden dan voor een ervaren windsurfer. Daarom gaat het niet alleen om een voorspelling van het weer. De windsurfer probeert een mogelijke interactie tussen zichzelf en een toekomstige omgeving te construeren. Dat is veel interessanter.

De voorspelde versie van jezelf

Wanneer we aan een toekomstige activiteit denken, proberen we namelijk niet alleen iets over de wereld te voorspellen. We plaatsen ook onszelf in die mogelijke wereld. Je kunt je voorstellen hoe sterk de wind zal zijn. Maar impliciet schat je ook in: hoe goed je daarin zult varen, welk materiaal waarschijnlijk zal werken, of je een bepaalde manoeuvre kunt proberen, hoe vermoeiend de omstandigheden zullen zijn, en misschien zelfs hoe goed de sessie zou kunnen voelen. De voorspelde sessie bevat daarmee een voorspelde versie van jezelf. Niet alleen: *er komt wind.* Maar: *ik, daar, in die wind.* Dat maakt anticipatie persoonlijk. Een windkaart presenteert meteorologische informatie. De verwachte sessie is iets anders. Zij ontstaat uit de ontmoeting tussen voorspelling, ervaring, herinnering, vaardigheid, materiaal, ambitie en verlangen.

Twee windsurfers kunnen daarom exact dezelfde voorspelling bekijken en twee totaal verschillende toekomstige sessies zien. De één denkt: *te weinig.* De ander: *perfect.* Een derde: *te vlagerig.* Een vierde: *misschien eindelijk 4.7.* De atmosfeer is dezelfde. De verwachte werkelijkheid niet.

Het geheugen helpt mee

Maar waar haalt het brein die toekomstige sessie vandaan? Voor een belangrijk deel uit het verleden. Stel dat een voorspelling sterk lijkt op die van een fantastische sessie drie jaar geleden. Dezelfde windrichting. Dezelfde tijd van het jaar. Vergelijkbare windsterkte. Misschien dezelfde spot. Dan wordt niet simpelweg een meteorologisch patroon herkend. Er kan een complete ervaringswereld worden geactiveerd. Hoe het water eruitzag. Hoe de plank loskwam. Hoe een bepaalde golf liep. Hoe snel alles ineens vanzelf leek te gaan.

Misschien herinner je je nauwelijks meer welke datum het was. Maar je herinnert je het gevoel. Eerdere ervaringen leveren zo bouwmateriaal voor

nieuwe verwachtingen. De toekomst wordt niet uit het niets geconstrueerd. Zij wordt mede samengesteld uit fragmenten van eerdere werkelijkheden. Daarom kan één klein meteorologisch signaal verrassend veel oproepen. Een westnoordwestenwind van vijf Beaufort is niet alleen een voorspelling. Hij kan een deur openen naar tientallen eerdere sessies. En uit die herinneringen ontstaat een nieuwe mogelijkheid: *misschien wordt het weer zo.*

Maar waarschijnlijk niet precies

Daar zit onmiddellijk een probleem. De toekomstige sessie bestaat alleen als mogelijkheid. En voorspellingen zijn onzeker. Misschien komt het front later. Misschien valt de wind tegen. Misschien draait hij verkeerd. Misschien voorspelt het ene model twintig knopen en het andere veertien. Misschien lijkt alles perfect en blijkt het water uiteindelijk vlak. Of andersom. Juist bij windsurfen is de toekomstige kwaliteit van een sessie moeilijk volledig te voorspellen. Dat maakt de sport anders dan veel activiteiten waarvan de belangrijkste omstandigheden vooraf grotendeels vaststaan.

Een tennisbaan die je voor zondag om 10.00 uur reserveert, ligt er zondag waarschijnlijk nog. Een zwembad verdwijnt niet omdat een atmosferisch model drie uur voor aanvang verandert. Maar de omstandigheden waarop een windsurfer wacht, zijn fundamenteel veranderlijk. De mogelijkheid kan verschijnen. Sterker worden. Verschuiven. En weer verdwijnen. Daardoor ontstaat een bijzondere psychologische toestand. Je weet dat iets zou kunnen gebeuren. Maar je weet niet of het zal gebeuren.

Misschien

Misschien is een van de krachtigste woorden in windsurfen. Misschien zondag. Misschien morgenavond. Misschien trekt hij nog aan. Misschien komt het front eerder. Misschien houdt hij langer door. Misschien is het op zee beter. Misschien is 4.7 genoeg. Misschien wordt het niets. Dat woord bevat precies de toestand waarin verwachting en onzekerheid elkaar ontmoeten. Volledige zekerheid zou een deel van het zoeken overbodig maken. Volledige onmogelijkheid eveneens. Wanneer er absoluut geen wind komt, valt er weinig te onderzoeken.

Wanneer honderd procent vaststaat dat er morgen van 13.00 tot 17.00 uur exact 24 knopen staat, verdwijnt een belangrijk deel van de informatiebehoefte eveneens. Maar tussen die twee uitersten ligt een gebied

waarin informatie waardevol wordt. Niet zeker. Niet onmogelijk. Mogelijk. En zodra iets mogelijk én belangrijk is, kan nieuwe informatie waarde krijgen (Gottlieb et al., 2013; Sharot & Sunstein, 2020).

Daarom kijken we opnieuw

Dit helpt een gedrag te begrijpen dat voor windsurfers volkomen normaal kan voelen en voor anderen merkwaardig. Je hebt de voorspelling gezien. Je kent de verwachting. En toch kijk je later opnieuw. Waarom? Omdat de informatie niet alleen beschrijvend is. Ze kan consequenties hebben. Een verandering van vier knopen kan betekenen dat je wel of niet gaat. Een draaiing van twintig graden kan een andere spot aantrekkelijk maken. Een verschuiving van het front kan bepalen of je 's ochtends of 's middags vertrekt. Nieuwe informatie kan dus de verwachte waarde van de toekomstige sessie veranderen.

Daarom kan opnieuw kijken betekenis hebben. Niet omdat we vergeten zijn wat we eerder zagen. Maar omdat de wereld waarop onze beslissing gebaseerd is zelf voortdurend verandert — en omdat ook de voorspelling van die wereld wordt bijgewerkt. Een forecast is geen eindpunt. Het is een tijdelijke inschatting. En iedere update kan de sessie die nog niet bestaat opnieuw vormgeven.

De eerste beloning komt vóór het varen

Hier verschijnt een belangrijk idee dat later in dit boek steeds terug zal komen. Het is verleidelijk om te denken dat de beloning van windsurfen pas ontstaat wanneer we daadwerkelijk windsurfen. Snelheid. Planeren. Een goede gijp. Een golf. Een sprong. Flow. Controle. Dat zijn krachtige ervaringen. Maar de beloningsarchitectuur van windsurfen begint waarschijnlijk eerder. Alleen al het vooruitzicht op een mogelijke sessie kan motivationele waarde krijgen. Dat betekent niet dat anticipatie hetzelfde is als de uiteindelijke beloning. Integendeel. Het onderscheid tussen *wanting*, anticipatie, verwachting en daadwerkelijk ervaren plezier is binnen de neurowetenschappen belangrijk (Berridge & Robinson, 1998).

Dopamine wordt daarbij nog vaak te eenvoudig omschreven als een soort plezierstof. Dat beeld is misleidend. Dopaminerge systemen zijn onder meer betrokken bij motivatie, leren, het toekennen van motivationele betekenis aan potentiële beloningen en het aanpassen van gedrag wanneer gebeurtenissen anders verlopen dan verwacht (Berridge & Robinson, 1998; Schultz et al.,

1997). Dat maakt dopamine juist interessanter voor onze vraag. Een windsurfer hoeft de uiteindelijke beloning immers nog niet te ontvangen voordat gedrag kan worden gemobiliseerd. De verwachting van een mogelijke toekomstige beloning kan al voldoende zijn om aandacht, zoeken, plannen en handelen te beïnvloeden. De plank ligt nog droog. Maar het systeem is al actief.

De tas staat nog niet eens klaar

Dat merk je soms aan iets eenvoudigs. Er verschijnt een goede voorspelling. En ineens verandert de dag. Niet spectaculair. Maar subtiel. Je denkt aan materiaal. Je kijkt naar afspraken. Je controleert nog een model. Misschien stuur je iemand een bericht. *Heb je zondag gezien?* Dat ene zinnetje zegt eigenlijk alles. Er is nog geen sessie. Maar er is nu een gedeelde mogelijkheid.

Vanaf dat moment kunnen twee mensen praten over iets wat nog niet bestaat alsof het al gedeeltelijk werkelijk is. Waar gaan we? Hoe laat? Denk je dat het genoeg wordt? Waveboard mee? Die sociale dimensie kan de anticipatie verder versterken. De toekomstige sessie wordt niet alleen individueel geconstrueerd. Ze kan ook collectief ontstaan. Een kleine groep windsurfers begint zich rond dezelfde toekomstige mogelijkheid te organiseren. Niet rond wind. Maar rond **verwachte wind**.

De voorspelling verandert gedrag in het heden

Dat is misschien het meest opmerkelijke. Een mogelijke gebeurtenis van zondag kan je gedrag op vrijdag veranderen. Je plant anders. Je zorgt dat materiaal compleet is. Je stelt iets uit. Je gaat misschien eerder slapen. Je repareert die voetband die al weken loszit. Je kijkt of de 4.7 nog in de auto ligt. Een gebeurtenis die nog niet bestaat, oefent dus invloed uit op het huidige gedrag.

De toekomst organiseert het heden. Neurowetenschappelijk gezien is dat minder mysterieus dan het klinkt. Een organisme dat uitsluitend zou reageren op wat al gebeurd is, zou in veel situaties voortdurend te laat zijn. Effectief gedrag kan worden ondersteund door anticipatie. Het zenuwstelsel moet niet alleen informatie verwerken over hoe de wereld nu is. Het moet gedrag ook kunnen organiseren rond wat waarschijnlijk of mogelijk gaat gebeuren

(Schultz et al., 1997). Voor windsurfers wordt dat principe bijna dagelijks zichtbaar.

Een toekomstige wereld met meerdere versies

Toch hoeft anticipatie niet te betekenen dat het brein één exacte toekomst voorspelt. Er kunnen meerdere mogelijke sessies naast elkaar bestaan. In versie één komt de voorspelling perfect uit. In versie twee staat er net te weinig. In versie drie wordt het veel harder. In versie vier blijkt een andere spot beter. In versie vijf komt er helemaal niets. Naarmate nieuwe informatie binnenkomt, verschuift onze inschatting van die mogelijkheden. Sommige worden waarschijnlijker. Andere verdwijnen naar de achtergrond. Daarom kan een kleine verandering in de verwachting een opvallend grote emotionele reactie veroorzaken.

Van 15 naar 20 knopen: *ja.* Van 20 naar 15: *shit.* Meteorologisch gezien is het slechts een modelupdate. Psychologisch gezien kan er iets anders gebeuren. Een toekomstige werkelijkheid die je al gedeeltelijk had opgebouwd, wordt versterkt of afgebroken. Dat helpt verklaren waarom een tegenvallende voorspelling soms bijna kan voelen alsof je iets verliest. Terwijl je het feitelijk nooit hebt gehad.

Een beloning zonder garantie

Hier komen we dichter bij het centrale probleem van dit boek. Waarom blijven we zoeken? Misschien omdat windsurfen een merkwaardige combinatie bevat van:

hoge potentiële waarde

en

onzekere beschikbaarheid.

Een fantastische sessie kan uitzonderlijk waardevol zijn. Maar je kunt haar niet bestellen. Je kunt haar niet volledig plannen. Je kunt haar niet afdwingen. Je kunt alleen proberen de kans erop te herkennen. Dat verandert de relatie

met informatie. De voorspelling vertelt niet simpelweg wat het weer wordt. Ze helpt inschatten hoeveel kans er bestaat op iets wat voor jou belangrijk is.

Daarom kan informatie zelf waarde krijgen (Sharot & Sunstein, 2020). En daarom kan het zoeken naar informatie onderdeel worden van de bredere ervaring. Windguru openen is natuurlijk geen windsurfen. Maar het staat er ook niet volledig los van. Het bevindt zich aan het begin van dezelfde gedragsketen:

buitenwereld → mogelijkheid → verwachting → informatie zoeken → beslissing → sessie

Later zullen we zien dat die keten veel verder loopt. Maar hier begint hij. Met iets dat er nog niet is.

Anticipatie is geen bijzaak

Daarom moeten we voorzichtig zijn met de gedachte dat alles vóór de sessie slechts voorbereiding is. De uren of dagen ervoor kunnen een wezenlijk onderdeel vormen van de aantrekkingskracht. Niet noodzakelijk bewust. Niet noodzakelijk spectaculair. Maar wel gedragsmatig krachtig. De voorspelling bekijken. Mogelijkheden vergelijken. Materiaal overwegen. Een spot kiezen. De verwachting zien verbeteren. De onzekerheid proberen te verkleinen. Het zijn allemaal onderdelen van een systeem dat gericht is op een mogelijke toekomstige interactie met de omgeving. Dat betekent dat de totale ervaring van windsurfen groter kan zijn dan de tijd op het water. Een sessie van twee uur kan psychologisch dagen eerder beginnen. En soms dagen later nog doorwerken.

En soms bestaat de sessie alleen in je hoofd

Er is nog een vreemdere mogelijkheid. De sessie waarnaar je hebt uitgekeken vindt helemaal niet plaats. Vrijdag leek zondag fantastisch. Zaterdag werd de voorspelling minder. Zondagochtend resteerde twaalf knopen. Je gaat niet. Geen plank raakt het water. Geen zeil wordt opgetuigd. Geen enkele meter wordt gevaren. Was er dan helemaal geen sessie? Fysiek niet. Maar psychologisch heeft er wel degelijk iets plaatsgevonden. Er was anticipatie. Er was informatie zoeken — *information seeking*. Er waren verwachtingen. Er

waren beslissingen. Misschien was er teleurstelling. Misschien zelfs frustratie. En waarschijnlijk kijk je een paar dagen later opnieuw. Dat is belangrijk.

Want als ons gedrag uitsluitend door daadwerkelijk ontvangen beloningen werd bepaald, zou een sessie die nooit plaatsvond weinig betekenis moeten hebben. Maar de psychologische werkelijkheid is rijker. Ook een niet-gerealiseerde mogelijkheid kan toekomstige verwachtingen, beslissingen en zoekgedrag beïnvloeden. Misschien ligt daar een deel van het antwoord op de vraag waarom we zo hardnekkig blijven kijken.

De surfer tussen twee werkelijkheden

De windsurfer bevindt zich daardoor regelmatig tussen twee werelden. De eerste is de wereld zoals hij nu is. Geen wind. Droog materiaal. Een gewone donderdagavond. De tweede is een mogelijke wereld. Zondag. Vijf Beaufort. Een 4.7. Golven. Snelheid. Misschien een van die zeldzame sessies waarop alles klopt. Tussen die twee werkelijkheden ligt onzekerheid. En precies in die ruimte ontstaat gedrag. We kijken. Vergelijken. Voorspellen. Hopen. Beslissen. Herzien. Nog eens kijken. Niet noodzakelijk omdat we irrationeel zijn. Maar omdat er iets waardevols op het spel kan staan waarvan de beschikbaarheid onzeker is.

De sessie begint met een mogelijkheid

Misschien moeten we daarom anders definiëren wanneer windsurfen begint. Niet wanneer je het water instapt. Niet wanneer je planeert. Misschien zelfs niet wanneer je besluit te gaan. Het begint eerder. Op het moment dat de omgeving een signaal afgeeft dat windsurfen binnenkort mogelijk zou kunnen zijn. Een verandering in luchtdruk. Een front op de kaart. Een gekleurde windgrafiek. Een pijl die naar west draait. Twintig knopen op zondagmiddag. Vanaf dat moment bestaat er een mogelijke toekomstige toestand die het huidige gedrag kan beïnvloeden.

De sessie is nog niet werkelijk. Maar ze is ook niet meer niets. Ze bestaat als verwachting. Als mogelijkheid. Als voorspelde interactie tussen surfer, materiaal en een omgeving die zelf nog moet ontstaan. En misschien is dat de eerste reden waarom we blijven zoeken naar wind. Omdat een goede windsurfsessie niet pas begint wanneer we haar beleven. Ze begint wanneer we denken:

misschien.

En zodra dat woord verschijnt, willen we weten hoe groot die *misschien* werkelijk is. In het volgende hoofdstuk verschuift daarom onze aandacht van de sessie naar datgene wat haar mogelijk maakt. De wind zelf. Niet als constante. Niet als zekerheid. Maar als een onzekere belofte.

3

De wind als onzekere belofte

Waarom misschien soms krachtiger is dan zeker

Er staat wind. Niet veel. Misschien genoeg. Op het scherm van de telefoon verschijnen getallen die voor vrijwel ieder ander weinig betekenis hebben. Zestien knopen. Vlagen twintig. Later mogelijk iets meer. Een richting die nét goed genoeg lijkt. Een model dat optimistischer is dan gisteren. Een ander model dat juist iets terughoudender wordt.

Voor een windsurfer is dit geen neutrale meteorologische informatie. Het is een mogelijkheid. Misschien wordt het goed. Misschien trekt de wind nog aan. Misschien komt dat kleine donkere gebied op de kaart precies op het juiste moment binnen. Misschien is het om drie uur beter dan om één uur. Misschien wordt vandaag zo'n dag. En precies daar gebeurt iets merkwaardigs.

Er is nog geen sessie. Het board ligt nog in de auto of in de schuur. Het zeil zit nog in de hoes. Het water is nog niet aangeraakt. Er is geen snelheid, geen planerende plank, geen golf, geen gijp, geen sprong. Er is alleen informatie over iets dat zou kunnen gebeuren. Toch kan die mogelijkheid al genoeg zijn om gedrag te veranderen.

We kijken opnieuw.
We vergelijken.
We rekenen.
We bedenken welk board mee moet.
We kijken naar webcams, meetstations en wolkenvelden.

De wind hoeft daarvoor nog niet eens te waaien. Hij hoeft alleen maar mogelijk te zijn. Dat is een van de centrale paradoxen van windsurfen: **de onzekerheid die windsurfen soms frustrerend maakt, kan tegelijkertijd bijdragen aan wat het zo aantrekkelijk maakt.** Maar daarvoor moet het wel een bijzonder soort onzekerheid zijn.

Zekerheid zou eenvoudiger zijn

Stel je een andere wereld voor. Iedere ochtend verschijnt om precies 07.00 uur een volledig betrouwbare voorspelling. Vandaag:

13.00–17.00 uur
22 knopen
west-zuidwest
geen regen
constante wind
golven 1,3 meter
geen significante verandering gedurende de middag.

De voorspelling klopt altijd. Niet ongeveer. Altijd. Voor een windsurfer zou dat buitengewoon praktisch zijn. Geen twijfel. Geen eindeloos vergelijken van modellen. Geen rit naar de kust voor niets. Geen verkeerde zeilkeuze. Geen wachten op een windveld dat uiteindelijk langs de kust trekt. Vanuit efficiëntie bekeken zou dit een verbetering zijn. Maar psychologisch zou er iets verdwijnen. De vraag:

Zou het vandaag kunnen?

bestaat dan niet meer. Daarmee verdwijnt een hele fase die voorafgaat aan het windsurfen zelf: interpreteren, verwachten, hopen en beslissen. Juist omdat wind niet volledig voorspelbaar is, blijft de toekomst gedeeltelijk open. En een open toekomst vraagt om aandacht.

De atmosfeer doet niet aan afspraken

De fundamentele oorzaak daarvan ligt buiten ons. Windsurfen is afhankelijk van een buitenwereld die zich niet volledig laat controleren.

We kunnen een zeil kiezen.
We kunnen een board kiezen.
We kunnen besluiten naar een andere spot te rijden.
We kunnen trainen.
We kunnen ervaring opbouwen.

Maar we kunnen geen twintig knopen bestellen. Wind ontstaat uit atmosferische processen op verschillende ruimtelijke en temporele schalen.

Druksystemen, temperatuurverschillen, fronten, thermische effecten, terrein, bewolking, kustlijnen en lokale turbulentie beïnvloeden wat uiteindelijk op een bepaalde plaats en een bepaald moment gebeurt. Meteorologische modellen kunnen dat steeds beter voorspellen. Maar voorspellen is niet hetzelfde als bepalen. Een verwachting van twintig knopen is geen contract met de atmosfeer.

Voor de windsurfer betekent dit dat een belangrijk deel van de sport zich afspeelt in een omgeving waarin de uitkomst nooit volledig vastligt. Dat geldt zelfs wanneer de voorspelling uitstekend is. Iedere ervaren windsurfer kent het.

De kaart ziet er perfect uit.
De modellen zijn het eens.
Alles ligt klaar.

Je rijdt naar het water. En het waait twaalf knopen. Of andersom. De voorspelling lijkt matig. Je twijfelt of je überhaupt moet gaan. Toch stap je in de auto. Een uur later sta je met 4.7 volledig powered-up op het water. Die ervaringen doen meer dan ons leren dat weersverwachtingen imperfect zijn. Ze leren ons dat mogelijkheden open kunnen blijven tot het laatste moment.

Onzekerheid is niet hetzelfde als willekeur

Hier moeten we een belangrijk onderscheid maken. Als wind volledig willekeurig zou zijn, zou zoeken nauwelijks zin hebben. Stel dat geen enkele voorspelling enige voorspellende waarde had. Windguru, meetstations, luchtdrukkaarten, webcams en lokale kennis zouden niets zeggen over wat er later zou gebeuren. Dan zou opnieuw kijken weinig opleveren. Maar zo werkt het niet. Wind is onzeker, maar niet betekenisloos. Er zijn aanwijzingen.

Een modelrun verandert.
Een meetstation twintig kilometer verderop loopt op.
De wind draait iets.
De bewolking breekt.
Een front versnelt.

Iemand appt vanaf de spot: *Het begint.* Dit is een bijzonder soort onzekerheid. Niet: *we kunnen niets weten.* Maar:

we kunnen iets weten, alleen nog niet genoeg.

En precies dat verschil is belangrijk. Want zodra nieuwe informatie onze inschatting kan verbeteren, krijgt informatie waarde (Gottlieb et al., 2013; Sharot & Sunstein, 2020). Misschien vertelt de webcam meer. Misschien is het meetstation inmiddels gestegen van veertien naar zeventien knopen. Misschien laat de volgende modelrun een andere ontwikkeling zien. Onzekerheid creëert daardoor een informatievraag. En een informatievraag kan gedrag uitlokken. Hoe dat vervolgens kan uitgroeien tot steeds opnieuw controleren van dezelfde voorspelling, is het onderwerp van het volgende hoofdstuk.

De afstand tussen nul en honderd procent

We kunnen de aantrekkingskracht van een mogelijke sessie voorstellen als een eenvoudige schaal. Aan het ene uiteinde:

0% kans.

Geen wind. Geen systeem onderweg. Geen thermische mogelijkheid. Niets. De beslissing is eenvoudig. Je gaat niet windsurfen. Aan het andere uiteinde:

100% zekerheid.

Het waait al hard. De meetstations zijn stabiel. De webcam laat witte koppen zien. Een vriend staat op het water en bevestigt dat 4.7 perfect is. Ook dan is de beslissing relatief eenvoudig. Maar tussen die twee uitersten ligt een groot psychologisch gebied. Misschien 30%. Misschien 50%. Misschien 70%. Daar bestaat nog iets wat aan beide uiteinden ontbreekt:

de uitkomst staat niet vast.

Dat maakt informatie relevant. Nieuwe informatie kan de verwachte kans omhoog of omlaag brengen. En daarmee kan ook onze bereidheid om te handelen veranderen. Niet noodzakelijk lineair. Een voorspelling die van 10 naar 20 procent stijgt, hoeft weinig met ons te doen. Maar een voorspelling die van 50 naar 70 procent stijgt, kan ineens betekenen: *Ik denk dat ik ga.* We hoeven daarvoor geen exacte percentages bewust uit te rekenen. We

gebruiken aanwijzingen, eerdere ervaringen en veranderende informatie om voortdurend een inschatting te vormen. We voelen geen getal. We voelen:

dit begint interessant te worden.

Misschien

Er bestaat een woord dat verrassend veel van dit hoofdstuk samenvat.

Misschien.

Misschien trekt hij door.
Misschien wordt het morgen beter.
Misschien komt het front eerder.
Misschien werkt die richting daar toch.
Misschien houdt de thermiek langer aan.
Misschien is het vanmiddag fantastisch.

Het interessante aan *misschien* is dat het tegelijkertijd onzekerheid én mogelijkheid bevat. Er kan iets misgaan. Maar er kan ook iets bijzonders gebeuren. Daarmee verschilt een onzekere positieve mogelijkheid van een volledig zekere uitkomst. Wanneer een uitkomst vaststaat, hoeft er minder te worden ontdekt. Wanneer een uitkomst mogelijk maar onzeker is, blijft de toekomst informatief. De windsurfer staat daardoor niet alleen te wachten op wind. Hij probeert de toekomst te lezen.

Het brein als voorspeller

Dat idee sluit aan bij een invloedrijke benadering binnen de cognitieve neurowetenschappen waarin het brein wordt beschreven als een systeem dat voortdurend gebruikmaakt van verwachtingen over wat waarschijnlijk hierna zal gebeuren (Clark, 2013). Eerdere ervaringen en actuele informatie dragen bij aan die verwachtingen. Nieuwe informatie kan vervolgens aanleiding geven om ze bij te stellen. Klopt wat we zien ongeveer met wat we verwachtten? Wijst de ontwikkeling op meer wind? Of juist minder? Moeten we onze inschatting aanpassen?

Binnen *predictive-processing*-benaderingen wordt het brein daarom niet uitsluitend gezien als een systeem dat passief op binnenkomende informatie reageert. Verwachtingen spelen mee in de manier waarop nieuwe informatie

wordt geïnterpreteerd (Clark, 2013). Dat betekent niet dat iedere gedachte bewust als voorspelling wordt ervaren. Veel van die processen verlopen zonder dat we er expliciet bij stilstaan. Maar bij windsurfen wordt het bijna zichtbaar. Gisteren: 18–22 knopen. Vanmorgen: 16–20. Om elf uur: 14–18. We voelen wat die verschuiving betekent. De mogelijke toekomst verandert. En daarmee verandert onze verwachting.

Wanneer informatie waarde krijgt

Wanneer een uitkomst onzeker én betekenisvol is, kan informatie over die uitkomst zelf waarde krijgen. Dat sluit aan bij onderzoek naar *information seeking*, nieuwsgierigheid en onzekerheidsreductie. Mensen zoeken niet uitsluitend informatie omdat daar onmiddellijk een tastbare beloning tegenover staat. Informatie kan relevant zijn omdat zij verwachtingen verandert, onzekerheid verkleint of betere beslissingen mogelijk maakt (Gottlieb et al., 2013; Sharot & Sunstein, 2020). Bij windsurfen gaat die informatie bovendien over iets wat voor de windsurfer persoonlijk waarde heeft.

Voor iemand die morgen niet wil windsurfen is een verandering van achttien naar drieëntwintig knopen slechts weerinformatie. Voor iemand die zijn waveboard al klaar heeft liggen kan dezelfde verandering de betekenis van de hele dag veranderen. De informatie is identiek. De betekenis niet.

De waarde van de belofte

Hier ontstaat wat we de **onzekere belofte van wind** kunnen noemen. Een voorspelling belooft natuurlijk letterlijk niets. Maar functioneel kan zij wel een toekomstige mogelijkheid openen. Niet: *je krijgt morgen een goede sessie.* Maar:

er bestaat een serieuze kans dat morgen iets gebeurt wat voor jou zeer waardevol is.

Dat verschil lijkt klein. Het is fundamenteel. Want zolang de uitkomst nog niet bekend is, blijft het systeem open.