

Bijlage VMBO-GL en TL  
**2017**

tijdvak 1

**Nederlands CSE GL en TL**

Tekstboekje

# Fietsologie

(1) Elke week, nee elke dág, sturen wereldsteden als Bangalore, Chicago, Peking, Londen en New Delhi smeebeden naar het wereld-  
5 fietsersparadijs Amsterdam: help ons de fiets een plek te geven, het autoverkeer loopt vast! Heel eervol voor ons land. Totdat blijkt dat de  
10 fietsdeskundigen hier geregeld met de mond vol tanden staan, want van ons fietsgedrag weten wij ongeveer net zoveel als de vis van het water waarin hij zwemt.

(2) Het nieuwe Urban Cycling  
15 Institute van de Universiteit van Amsterdam moet hiervoor een oplossing bieden door het rijwiel onderwerp te maken van onderzoek. Dat levert kostbare kennis op die Neder-  
20 land kan exporteren, maar waarmee we ook het succes van de fiets in eigen land beter gaan begrijpen en in stand kunnen houden. “De populariteit van het stalen ros in het verleden  
25 biedt geen garantie voor de toekomst”, waarschuwt onderzoeker Marco te Brömmelstroet van het Urban Cycling Institute.

(3) Op zijn werktafel liggen  
30 opbeurende cijfers: Nederland heeft meer tweewielers dan inwoners en het aantal fietskilometers steeg van 13 miljard in 2000 naar 15 miljard in 2011. Toch kijkt Te Brömmelstroet  
35 niet blij: “Dat zijn zulke algemene cijfers, die vertellen ons niets. Het aandeel van fietsritten op het totale aantal verplaatsingen stijgt niet. Ook komen de gestegen fietskilometers  
40 vooral voor rekening van 65-plussers. In de landelijke gebieden en

sommige buitenwijken loopt het fietsgebruik flink terug. In de meeste binnensteden neemt het juist  
45 explosief toe. Stationsstallingen puilen uit, want opeens gaan we massaal met de fiets naar het station. Waarom mag Joost weten. Beleids- makers hebben het niet gestimu-  
50 leerd. Integendeel, gezien het hardvochtige wegknipbeleid rond stations.”

(4) De fiets heeft de toekomst, is het beeld, met telkens nieuwe  
55 verschijningsvormen van bak-, berg-, lig-, vouw-, race- en omafiets tot aan de ov-fiets en de e-bike. Utrecht heeft de ambitie dat op termijn de helft van de stadsritten fietsend wordt  
60 afgelegd. “Maar zolang we het fietsgedrag en de relatie met cultuur, infrastructuur en voorzieningen niet begrijpen, zijn alle voorspellingen en investeringen op drijfzand  
65 gebaseerd”, vindt Te Brömmelstroet. “Want de ene deskundige denkt dat investeren in rijwielpaden tot meer fietskilometers leidt, terwijl de andere denkt dat het omgekeerd werkt: waar  
70 veel fietsers zijn, worden fietspaden aangelegd. En wat gebeurt er als Amsterdam eenmaal een metro onder de binnenstad heeft? Is het dan gedaan met het succes van de  
75 fiets?”

(5) Te Brömmelstroet vermoedt van niet. “Fietsen in Nederland is meer dan jezelf efficiënt verplaatsen, denk ik. Het is echt niet alleen omdat we  
80 een klein en vlak land zijn, dat we op veel plekken onze fietscultuur behouden hebben. Er zit ook een

sociaal aspect aan. We fietsen vaak samen op of zitten bij elkaar op de bagagedrager. Er wordt heel wat afgekletst tijdens het peddelen. We zitten bovendien rechtop: we zijn in contact met onze omgeving. De omafiets is niet voor niets typisch Nederlands. Fietsen is hier los, ontspannen, voor alle leeftijdsgroepen en ook voor je plezier”, aldus de onderzoeker.

**(6)** Fietsen is onderdeel van een cultuur en daarom blijft het lastig Nederlandse ervaringen over te brengen op Amerikaanse of Aziatische miljoenensteden. “Ze zijn vaak op zoek naar een makkelijke oplossing voor een complex probleem. Maar die is er niet. Als je aan één radertje in het systeem gaat draaien, zet je een heel aantal – vaak tegenstrijdige – ontwikkelingen in gang. Neem de fietshelm. Als je die verplicht stelt, versterk je het idee dat de tweewieler een gevaarlijk vervoermiddel is. Dat leidt tot een afname van het aantal fietsers. Dat vergroot juist weer de onveiligheid, want hoe meer fietsers er zijn, des te meer andere weggebruikers rekening met ze houden. Kortom: de fietshelm vergroot zowel de individuele veiligheid als de onveiligheid in het algemeen.”

**(7)** Te Brömmelstroet wil het gedrag en de beweegredenen van de Hol-

landse fietszwermen graag bestuderen. Hij gaat de fietsers observeren en ondervragen. “Het doel is niet de fiets,” benadrukt hij, “maar efficiënt en duurzamer transport en aantrekkelijke steden.” Er wordt gewerkt aan vernieuwende oplossingen. Te Brömmelstroet wijst op de site [spinlister.com](http://spinlister.com) waar mensen elkaars rijwiel kunnen lenen. “Als je een bakfiets, racefiets of wat voor rijwiel dan ook nodig hebt en je ziet op de site een passend exemplaar dat bij jou in de buurt staat, kun je de fiets ontgrendelen en afrekenen met je mobiel. Technisch kan het, maar we weten niet of mensen hun fiets wel willen delen – wellicht zijn ze er te zeer aan gehecht.” **(8)** Het fietsen zelf kan ook efficiënter door een groene golf te creëren voor fietsers die zich aan een bepaalde snelheid houden. Verder testen Te Brömmelstroet en zijn collega's ‘slimme’ fietspaden met ledlampjes op de kruisingen om auto's te waarschuwen voor naderende rijwielen. En hij onderzoekt of de omstreden Uberformule<sup>1)</sup> voor taxi's ook bruikbaar is voor fietskoeriers. Voor wie op de hoogte wil blijven van dit alles: Te Brömmelstroet tuitert onder de titel @fietsprofessor dagelijks over de wetenschap en de praktijk van het fietsen.

*Naar een artikel van Margreet Vermeulen, de Volkskrant, 17 april 2015*

noot 1 Uber is een Amerikaans bedrijf dat een alternatieve taxidienst aanbiedt. Mensen kunnen via een app zichzelf aanbieden als taxichauffeur of rechtstreeks een taxi bestellen.

## Lekker pûh

(1) Leedvermaak is een vertrouwde, maar vaak ontkende emotie. Het overkomt je als je merkt dat jij niet de enige bent die de pineut is. Of als je 5 ziet dat een arrogant persoon letterlijk of figuurlijk onderuitgaat. Net goed, denk je dan. De psychologen Jaap Ouwerkerk en Wilco van Dijk die al meer dan tien jaar onderzoek 10 doen naar leedvermaak, stelden er een wetenschappelijk boek over samen.

(2) “Oh, dus jij hébt nooit leedvermaak”, zegt Jaap Ouwerkerk 15 smalend. “Dat zeggen mensen heel vaak. Maar is er weleens iets vervelends met iemand gebeurd waarbij je een kleine glimlach niet kon onderdrukken? Dat is leedvermaak! Maar 20 bij herhaling op het voetgangersknopje drukken bij een stoplicht, zodat de auto’s direct moeten stilstaan, is geen leedvermaak. Als je het leed namelijk zelf veroorzaakt, is 25 het geen leedvermaak. Dan heet het treiteren.”

(3) Waarom voelen mensen eigenlijk leedvermaak, plezier om het leed van een ander? “Dat is vrij simpel”, zegt 30 Van Dijk. “Mensen hebben positieve emoties als ze ergens baat bij hebben. Dus als jij plezier hebt om het leed van een ander, dan zit in dat leed iets wat jou op de een of andere 35 manier psychologisch iets oplevert.” Wat dan? “Dat kan van alles zijn. Het kan zijn dat je afgunstig bent op die ander. Als diegene faalt, valt die afgunst weg. Het kan zijn dat je een 40 hekel hebt aan die ander. Hekel voorspelt leedvermaak altijd erg

goed. Verder kan het zo zijn dat je leedvermaak nodig hebt om je beter over jezelf te voelen.”

45 (4) In een van hun onderzoeken logen Ouwerkerk en Van Dijk bijvoorbeeld tegen de helft van de proefpersonen dat die heel goed had gescoord op een creativiteitstest en 50 tegen de andere helft dat die het juist heel slecht had gedaan. Daarna kregen alle proefpersonen een filmpje te zien waarin een deelnemster aan het talentenjacht-tv-programma Idols erg slecht zong. Vooral de proefpersonen die al weinig zelfvertrouwen hadden en ook extra 55 onzeker waren gemaakt door de slechte testscore, zeiden veel leedvermaak te voelen. Dat leedvermaak hielp hen om zich beter over zichzelf te voelen, in vergelijking met de 60 Idols-zangeres.

(5) Naast afgunst, een hekel hebben 65 aan iemand en een gebrek aan zelfvertrouwen is er nog een belangrijke oorzaak van leedvermaak: het gevoel dat iemand verdient wat hem overkomt. “Rechtvaardigheid is een heel 70 sterke voorspeller van leedvermaak”, zegt Ouwerkerk. “We hebben ook net een studie gedaan”, vult Van Dijk aan, “waarbij zo’n slechte Idolskandidaat zich niet zelf heeft 75 opgegeven, maar door haar moeder is opgegeven. Deze kandidaat barst van de zenuwen. Dan zie je dat het leedvermaak gelijk ook een stuk minder wordt. We hebben een hekel 80 aan arrogante mensen.”

(6) Als laatste speelt het hebben van een hoge status ook een rol bij het

opwekken van leedvermaak.

“Beroemdheden en mensen met een  
85 hoge status wekken meer leedver-  
maak op”, zegt Ouwerkerk. “Wij  
denken dat het meer vergelijkings-  
voordeel oplevert als die onderuit-  
gaan. Als ze falen, komen ze heel  
90 dichtbij. Dan zijn het ineens ook maar  
mensen. Wat leedvermaak om  
bekende mensen nog extra kan aan-  
wakkeren, is als die mensen hypo-  
criet<sup>1)</sup> zijn. Als een bekend Ameri-  
95 kaans persoon de mensen vertelt wat  
ze allemaal niet mogen doen en  
vervolgens bijvoorbeeld zelf wordt  
betrapt met zijn minnaar of minnares,  
dan hebben we extra leedvermaak.”

100 **(7)** Leedvermaak lijkt een beetje  
wraak van de machtelozen. Soms  
gaat het om mensen die letterlijk  
machteloos zijn. Ouwerkerk: “Als je  
als groep in de minderheid bent en je  
105 ziet een andere groep falen, dan is  
dat leuk. Sowieso voelen mensen  
sneller leedvermaak in een competi-  
tieve situatie met groepen. Dan zie je  
de gemiddelde scores echt omhoog  
110 gaan.” De onderzoekers noemen als  
voorbeeld de WK-voetbalwedstrijd in  
2010 tussen Spanje en Duitsland.  
Toen Spanje scoorde, schakelden  
100.000 Nederlanders over naar de  
115 Duitse televisiezender om de  
Duitsers te horen lijden in hun eigen  
taal.

**(8)** Nu is dat redelijk onschuldig  
plezier. Maar het kán overgaan in  
120 minder onschuldig plezier.  
Ouwerkerk kan zich goed voorstellen  
dat je ook ergere dingen kunt toe-  
staan als je leedvermaak toestaat.  
Hooligangedrag bijvoorbeeld. Of  
allegaagser: roddelen. “We hebben  
125 ook bewijs dat hoe meer leedver-  
maak mensen hebben om een  
situatie, hoe meer ze geneigd zijn het  
door te vertellen”, zegt hij. “Ze  
genieten dan blijkbaar opnieuw van  
130 dat leedvermaak.”

**(9)** Daarmee komen we op een oude  
discussie: is leedvermaak een  
slechte emotie? “Volgens veel filo-  
135 sopen wel”, zeggen Van Dijk en  
Ouwerkerk. De filosoof  
Schopenhauer noemde leedvermaak  
zelfs kwaadaardig. Maar de psycho-  
logen zijn het daar niet mee eens:  
140 “Als je blijdschap voortkomt uit  
rechtvaardigheidsgevoel, is dat dan  
slecht? Dat denk ik niet”, zegt Van  
Dijk. “Het hangt ervan af wat het  
motief is. Leedvermaak uit afgunst en  
145 haat moet je bestrijden. Maar als de  
situatie meer stuntelig is of als  
leedvermaak voortkomt uit recht-  
vaardigheid, is dat niet per se slecht.  
De voorwaarde is dat wat iemand  
150 overkomt wel in verhouding is met  
wat hij verdient.”

*Naar een artikel van Ellen de Bruin,  
NRC Handelsblad, 6 december 2014*

noot 1 hypocriet: zeggen hoe anderen zich zouden moeten gedragen, maar je daar zelf niet aan houden



## De thermostaat lager zetten vanuit uw luie stoel?

Toon® is de intelligente thermostaat van Eneco. Waarbij we gelijk opmerken dat de term 'thermostaat' hem wellicht een beetje tekortdoet. Toon kan meer. Veel meer.



Uw verlichting bedienen via uw tablet vanaf de bank? Met uw smartphone de verwarming lager zetten? Of hoger, terwijl u onderweg bent naar huis? Het kan allemaal.

Toon maakt uw huis nu ook veiliger. Want nu is er Rookmelder op Toon: een slimme designrookmelder die aan Toon gekoppeld kan worden. U wordt direct gewaarschuwd bij rookontwikkeling in huis. Thuis én op afstand via uw smartphone. Dat geeft een veilig gevoel.

Met Toon haalt u vandaag al de toekomst in huis. En het mooie is, Toon is er voor iedereen. Dus ook zonder energiecontract van Eneco.



Haal ook Toon in huis. Ga naar [eneco.nl/toon](http://eneco.nl/toon)

*Naar een advertentie in Trouw, september 2015*

## Nu even niet

(1) Internet, televisie, Facebook, Twitter en kranten. Tegenwoordig zijn onze informatiebronnen oneindig. Per dag nemen wij zo'n vijf keer meer informatie tot ons dan in 1986. "Dat gaat natuurlijk niet ongestraft: onze aandacht raakt versnipperd en we vergeten van alles. We verliezen het overzicht en de controle, terwijl we vaker en sneller dan ooit tevoren allerlei beslissingen moeten nemen", betoogt neurowetenschapper Daniel Levitin in zijn boek 'Een opgeruimde geest'.

(2) "Doordat ons brein niet berekend is op het bombardement van informatie en afleiding, raakt het uitgeput met slechte cognitieve prestaties<sup>1)</sup> tot gevolg", benadrukt Levitin. "We moeten daarom leren hoe onze hersenen informatie organiseren, zodat we hier gebruik van kunnen maken om alle informatie die dagelijks tot ons komt op een juiste manier te schikken."

(3) Indelen en sorteren, bijvoorbeeld op basis van gebruik of belangrijkheid, kan ons helpen de dingen een makkelijk vindbare plaats in de hersenen te geven. Dit vermindert de mentale inspanning en we worden niet overspoeld met details die er even niet toe doen.

(4) Levitin vertelt dat hij voor zijn onderzoek een tijd optrok met directeuren van grote bedrijven, Nobelprijswinnaars en artiesten als Sting. Van hen leerde hij dat zij een belangrijk ding gemeen hebben: "Ze zijn superproductief en zullen telkens opnieuw actief sorteren en indelen.

Alles wat in hun hoofd opkwam, schreven ze vaak eerst op en daarna deelden zij het in op basis van belangrijkheid. Opvallend vaak maakten ze gebruik van 'traditionele' opschrijfboekjes of losse kaarten die ze op volgorde van belangrijkheid stapelden."

(5) Iedereen gebruikt geheugensteuntjes als agenda's en post-its. Om het 'hoofd leeg te maken'. En dat kun je bijna letterlijk nemen. Want als je bang bent iets te vergeten, zal je brein op een eindeloze energie-slurpende manier keer op keer herhalen dat je hier iets mee moet doen, totdat je het opschrijft. "Het is het beste deze geheugensteuntjes met pen en papier op te schrijven", vertelt hij. "Dan is je aandacht gericht en verwerk je de informatie bewuster dan bij typen."

(6) Superproductieve en succesvolle mensen denken ook altijd vooruit als ze beslissingen moeten nemen. "Dat doen ze doordacht", benadrukt Levitin. Hij geeft een voorbeeld van iemand die een nieuwe auto wil kopen en zich zorgvuldig en gedegen informeert welke het best voldoet aan zijn wensen. De man komt uiteindelijk tot de conclusie dat hij een auto van het merk X moet kopen.

(7) Maar zijn zwager heeft nu uitgerekend altijd pech met dit merk. Daarop besluit de man op de valreep toch maar een ander merk auto te kopen. Levitin: "Hier zie je dat hij zich laat afleiden door een persoonlijk voorbeeld uit zijn directe omgeving, tegen alle statistieken en beter weten

in. Dat is dus niet doordacht. Succesvolle mensen zullen hiervoor waken.”

85 **(8)** Ook vertelt hij dat ‘de superproductieven’ blokken inplannen in hun dag waarin ze niet gestoord en afgeleid willen worden. Dan zijn ze, behalve voor noodgevallen, niet

90 bereikbaar, ook niet via de mail. “En ze nemen pauzes, waarin ze bijvoorbeeld gaan wandelen of een dutje doen. Hiermee resetten ze hun brein om hun aandacht weer te kunnen

95 vestigen op belangrijke taken.”

**(9)** Als grote vijand van gerichte aandacht en concentratie noemt hij het multitasken. We bellen, appen en checken de mail, terwijl we bijvoorbeeld in de rij voor de kassa staan.

100 “Ons mobieltje is een soort Zwitsers zakmes geworden”, betoogt hij, “met talloze functies als een rekenmachine, een webbrowser, een

105 e-mailaccount, een agenda en zelfs een gitaarstemmer. We gebruiken het voortdurend. We denken dan wel

dat we al die verschillende dingen tegelijk doen, maar dat is een illusie.

110 We switchen in feite heel snel tussen de ene taak en de andere. Dit gaat ten koste van onze mentale energie en maakt ons aantoonbaar stukken minder efficiënt.”

115 **(10)** Multitasken blijkt ook nog eens verslavend. Het prikkelt de centra in onze hersenen die op zoek zijn naar wat nieuw is en naar beloning. Dus kiezen we voor de snelle bevrediging

120 van kleine klusjes in plaats van de beloning die we krijgen na langdurig geconcentreerde aandacht.

**(11)** Sterker: de mentale achteruitgang als gevolg van multitasken is erg groot, blijkt uit onderzoek. Maar dat heb je zelf niet door. En het multitasken veroorzaakt stress.

125 Levitin: “Daarom is het beter en veel efficiënter de kleine taakjes bewust

130 na elkaar te doen, zodat je ruimte vrijmaakt voor gerichte aandacht.”

*Naar een artikel van Anne Salomons,  
BN DeStem, 10 februari 2015*

noot 1 cognitieve prestaties: prestaties op het gebied van het denken en het leren

*De teksten die voor dit examen gebruikt zijn, zijn bewerkt om ze geschikt te maken voor het examen. Dit is gebeurd met respect voor de opvattingen van de auteur(s). Wie kennis wil nemen van de oorspronkelijke tekst(en), raadplege de vermelde bronnen. Het College voor Toetsen en Examens is verantwoordelijk voor vorm en inhoud van dit examen.*