

Tekst 1 Tijd om digitaal te ontpullen: maak je smartphone eens leeg

“Voor het eerst in de geschiedenis verdwijnt de mogelijkheid om alleen te zijn” (regels 1-3)

- 1p 1 Waardoor verdwijnt volgens Cal Newport de mogelijkheid om alleen te zijn?
Die verdwijnt doordat we
- A bang zijn om eenzaam te worden zonder sociale media.
 - B door onze smartphone altijd in contact blijven met anderen.
 - C niet in staat zijn om ons af te zonderen in een wereld vol vermaak.
 - D ons uit angst voor eenzaamheid fysiek blijven omringen met anderen.

“Voor het eerst in de geschiedenis verdwijnt de mogelijkheid om alleen te zijn” (regels 1-3)

- 1p 2 Wat is de reactie van de auteur van tekst 1 op deze bewering van Cal Newport?
De auteur
- A bestrijdt deze bewering van Newport omdat die in zijn boek de begrippen ‘alleen-zijn’ en ‘eenzaamheid’ met elkaar verward.
 - B is het eens met deze bewering van Newport, maar betwijfelt of ‘alleen-zijn’ wel net zo’n groot probleem is als ‘eenzaamheid’.
 - C nuanceert deze bewering door te stellen dat ‘alleen-zijn’ zoals Newport het bedoelt iets anders is dan hoe ‘alleen-zijn’ in het algemeen wordt omschreven.
 - D voegt iets toe aan deze bewering door aan te geven dat Newport ‘alleen-zijn’ opvat als iets negatiefs.

- 1p 3 Welk kopje past het best boven alinea 5 tot en met 7?
- A Angststoornissen onder tieners
 - B Effecten van gebrek aan tijd voor jezelf
 - C Gevolgen van eenzaamheid
 - D Smartphoneverslaving bij jongeren

Cal Newport maakt in zijn boek *Digitaal minimalisme* een onderscheid tussen 'eenzaamheid' en 'alleen-zijn'. Hieronder staan vijf fictieve situaties.

- 1 Alwin zit in een verzorgingstehuis. Hij krijgt tot zijn verdriet bijna nooit bezoek.
- 2 Fay woont in de buurt van haar kinderen. Ze komen vaak langs. Ze mist het gezelschap van haar overleden man.
- 3 Jeroen heeft een drukke baan. Hij gaat regelmatig in zijn eentje een weekendje kamperen om zijn hoofd leeg te krijgen.
- 4 Munir is pas verhuisd naar een andere stad. Hij heeft via zijn smartphone veel contact met zijn oude vrienden, maar wil graag met iemand naar de film.
- 5 Oleta gaat graag met haar vriendinnen shoppen, maar ze vindt het wel fijn om eerst rustig online kleding te bekijken en te vergelijken.

- 3p **4** Geef van elke situatie aan of er sprake is van 'eenzaamheid' of 'alleen-zijn' volgens de omschrijving van Newport.
Noteer steeds het nummer van de situatie en zet daarachter: 'eenzaamheid' of 'alleen-zijn'.

"Newport noemt de huidige generatie tieners 'de kanarie in de kolenmijn'" (regels 62-64)

- 1p **5** Wat bedoelt Newport met deze vergelijking?
De huidige generatie tieners
- A loopt als eerste risico op digitale problemen tijdens haar dagelijkse activiteiten.
 - B verliest als eerste het vermogen om zichzelf af te zonderen en alleen te zijn.
 - C vertoont als eerste gezondheidsklachten door veelvuldig smartphonegebruik.
 - D wordt als eerste doelbewust aan bepaalde gevaren blootgesteld.

In alinea 8 constateert de auteur dat er wetenschappelijke bezwaren zijn geuit tegen de studies die Newport in zijn boek heeft aangehaald.

- 2p **6** Vat die twee wetenschappelijke bezwaren samen.
Geef antwoord in één of meer volledige zinnen en gebruik voor je totale antwoord niet meer dan 50 woorden.

Op een aantal plekken in tekst 1 geeft de auteur zijn oordeel over het boek *Digitaal minimalisme*.

- 1p **7** Citeer twee zinnen uit alinea 10 tot en met 13 waarin dat oordeel uitsluitend positief is.

In alinea 11 en 12 behandelt de auteur het minimalisme van "opruimgoeroes als Marie Kondō", waar het pleidooi van Newport ook bij zou passen.

- 2p **8** Welke twee algemene voordelen van digitaal minimalisme worden in dit tekstgedeelte onderscheiden?

- 1p 9 Welk kopje past het best boven alinea 13 tot en met 17?
- A Aanvullende aanpak noodzakelijk
 - B Alternatieve oplossing mogelijk
 - C Belangen samenleving cruciaal
 - D Probleem oplossen onhaalbaar

In alinea 12 heeft de auteur het over het “minimaliseren van overbodige digitale prikkels”. In alinea 13 en 14 plaatst de auteur kanttekeningen bij de haalbaarheid daarvan.

- 2p 10 Welke twee kanttekeningen zijn dat?
Geef antwoord in één of meer volledige zinnen.
Geef geen voorbeelden.

In alinea 16 vergelijkt de auteur de digitale revolutie met de industriële revolutie.

- 2p 11 Welke twee overeenkomsten tussen beide revoluties komen uit die vergelijking naar voren?
Geef antwoord in één of meer volledige zinnen.

- 1p 12 Wat voor tekst is tekst 1?
Tekst 1 is een combinatie van een boekbespreking en
- A een analyse van de oorzaken van eenzaamheid in een tijdperk van smartphones.
 - B een beschrijving van studies naar de invloed van sociale media op eenzaamheid.
 - C een oproep voor een gezamenlijke aanpak van de druk van sociale media.
 - D een pleidooi om je smartphone van onnodige apps te ontdoen.

- 2p 13 Welke omschrijving verwoordt het best de hoofdgedachte van tekst 1?
- A *Digitaal minimalisme* houdt er geen rekening mee dat onze collectieve smartphoneverslaving het lastig maakt om meer tijd te besteden aan individuele zelfreflectie, terwijl we daar wel behoefte aan hebben.
 - B Hoewel *Digitaal minimalisme* jammer genoeg niet ingaat op de rol van de maatschappij bij smartphoneverslaving, biedt het boek voor elk individu goede handvatten om meer aan zelfreflectie te doen.
 - C Op individueel niveau biedt *Digitaal minimalisme* bruikbare adviezen om meer tijd voor jezelf te creëren, maar om smartphoneverslaving echt tegen te gaan, is vooral een collectieve aanpak vereist.
 - D Sommige mensen zullen aan *Digitaal minimalisme* genoeg hebben om tijd voor zichzelf vrij te kunnen maken, maar de echte oplossing moet komen van de miljardenindustrie achter de socialemedia-apps.