

**Examen VMBO-GL en TL**

**2021**

tijdvak 1  
maandag 17 mei  
13.30 - 15.30 uur

**Nederlands CSE GL en TL**

Bij dit examen horen een bijlage en een uitwerkbijlage.

Beantwoord alle vragen en maak alle opdrachten in de uitwerkbijlage.

Achter het correctievoorschrift is een aanvulling op het correctievoorschrift opgenomen.

Dit examen bestaat uit 37 vragen en een schrijfopdracht.

Voor dit examen zijn maximaal 53 punten te behalen.

Voor elk vraagnummer staat hoeveel punten met een goed antwoord behaald kunnen worden.

# En nooit lieten ze meer iets van zich horen

(1) Ik kan het me niet voorstellen: zonder opgaaf van reden abrupt uit iemands leven verdwijnen. Maar als ik de berichten moet geloven, 5 gebeurt het op grote schaal. Sterker nog: het gebeurt zo vaak dat er in de Verenigde Staten dus een speciale term voor is verzonnen: ghosting. Dit is het abrupt verbreken van contact 10 met iemand – bijvoorbeeld een voormalige romantische partner – door telefoontjes, berichtjes, enzovoort niet langer te accepteren of te beantwoorden.

(2) De verhalen over ghosting worden veelal gelinkt aan datingapps als Tinder. Wanneer je elkaar online ontmoet, deel je geen kennissen of vrienden. Dat zou het makkelijker 20 maken om uit iemands leven te verdwijnen: er is immers geen sociale druk om tekst en uitleg te geven. De kans dat je elkaar weer tegen het lijf loopt, is bovendien verwaarloosbaar. 25 Maar ghosting komt, zo leerde ik, ook in andere vormen voor. Zo ben ik zelf zeer bedreven in een vorm van ghosting waarbij je een feestje verlaat zonder afscheid te nemen.

(3) Wordt er in de datingwereld zo veel geghost, simpelweg omdat er zo veel te kiezen valt? Volgens mij is er meer aan de hand. Ik heb mezelf wijsgemaakt dat stiekem een feestje 35 verlaten sociaal geaccepteerd is. Maar waar het op neerkomt, is dat ik het doe om de confrontatie te vermijden, om de discussie over ‘nog één drankje’ niet te hoeven voeren. 40 Ik ben daar niet alleen in, mijn generatie – ik ben van 1985 – lijkt het moeilijk te vinden om ‘sorry, maar ik

heb hier geen zin in’ te zeggen en heeft moeite zich ergens aan te binden. Een bijeffect van het altijd met elkaar verbonden zijn door het internet, lijkt te zijn dat individuele contacten aan waarde verliezen. En dus worden whatsappjes genegeerd, 50 blijven mailtjes onbeantwoord en worden afspraken lastminute afgezegd.

(4) Ik ken de verhalen over ghosting alleen uit de media. Daarin wordt ghosting vooral toegeschreven aan millennials (geboren tussen 1980 en 2000). Zij zouden communicatieproblemen hebben.

(5) Maar ghosting is natuurlijk al veel ouder dan de millennial. Op de Instagrampagina ‘Liefde van toen’ van journalist Mark Traa staan mooie voorbeelden van hoe ghosting er vroeger uitzag. Traa verzamelt oude 65 contactadvertenties uit kranten – gepubliceerd tussen 1840 en 1940 – van minnaars, geliefden en zoekenden. Hoewel de context ontbreekt, geven de advertenties 70 bijzondere inblikjes in de wereld van de abrupt verscheurde liefdesrelaties. Zo schrijft ene ‘M.’: ‘Willem kom in vredesnaam terug of geef adres’. Of de oproep aan ‘Snoes’: 75 ‘Slechts een brief! Ge zijt toch niet ziek of van gedachten veranderd?’

(6) Ook journalist Gijs van der Sanden schrijft, in een column over zijn online-ervaringen, dat ghosting 80 een eeuwenoud onderwerp is, dat uitreuren is bezongen en beschreven. “Wat wél nieuw lijkt te zijn, is de schaal waarop het gebeurt”, schrijft Van der Sanden.

85 “Met de opkomst van datingapps is het makkelijker geworden elkaar van de ene op de andere dag te negeren.” Het is aanlokkelijker om iemand te ghosten, want dankzij de talloze nieuwe communicatiemiddelen staan we constant met elkaar in contact, terwijl we zo veel contacten onmogelijk allemaal kunnen onderhouden.

95 **(7)** Bovendien is het ghosten zelf vele malen zichtbaarder geworden. Twintig jaar geleden kon je iemand ghosten door je vaste telefoon niet meer te beantwoorden. Wie dat deed, was simpelweg niet thuis of zat aan het avondmaal. Nu verraden twee blauwe vinkjes in Whatsapp dat je bericht is afgeleverd én gelezen. Een nieuwe foto op Instagram bevestigt dat je nog leeft en gezien je laatste Twitterbericht is er ook niets mis met je vingers. Dat maakt het ghosten mogelijk pijnlijker: het ‘slachtoffer’ wordt immers zichtbaar genegeerd.

110 **(8)** Psycholoog Wendy Walsh legt uit dat er drie niveaus van ghosting bestaan. De eerste variant is wanneer je iemand tijdelijk negeert, bijvoorbeeld omdat het contact je niet goed uitkomt of omdat je even geen zin hebt om te reageren. Het tweede niveau is vervelender: wanneer je iemand een aantal keer hebt ontmoet en je het contact plotsklaps verbreekt. En dan is er nog het toppunt: “Wanneer je een seksuele relatie met iemand bent aangegaan, dan verdwijnt en de ander daarmee overrompelt.”

125 **(9)** Er bestaat niet één alomvattende reden waarom mensen ghosten. Vaak genoeg komt ghosting voort uit een vorm van narcisme<sup>1</sup> en uit het idee beter te zijn dan de ander. Online wordt her en der zelfs de

persoonlijkheidsstoornis borderline als oorzaak genoemd, al ontbreekt het daarvoor aan enige psychologische onderbouwing. En dan is er nog de angst voor de reactie van de ander. Schrijver Emily Kellogg verdedigt vrouwelijke ghosters door te stellen dat het soms de veiligste manier is om een relatie te beëindigen.

135 **(10)** Het fenomeen ghosting is niet onschuldig. Het kan grote psychische schade aanrichten, aangezien afwijzing zonder duidelijke reden iemands zelfvertrouwen aantast. Uit psychologisch onderzoek blijkt verder dat afwijzing dezelfde gebieden in de hersenen activeert als fysieke pijn. Dat betekent dus dat je er daadwerkelijk lichamelijke hinder van kunt ondervinden.

145 **(11)** Dat we door sociale media meer met elkaar in contact staan, betekent niet dat we ook beter zijn geworden in het communiceren zelf. Integendeel, we lijken soms zo bang voor confrontatie, dat we ongemakkelijke situaties liever vermijden dan te vertellen hoe we ons voelen of wat we denken. Het gevolg is dat we oppervlakkige relaties met elkaar opbouwen en daardoor nooit weten wat we van elkaar kunnen verwachten.

160 **(12)** Datingapps Bumble en Badoo zagen zich zelfs genoodzaakt om ghosting op hun platforms in te perken. Bij Bumble krijgen gebruikers die niet op berichten reageren tegenwoordig een melding waarin ze worden aangespoord het gesprek voort te zetten of beleefd te beëindigen.

175 **(13)** Bij de uitvinding van het wereldwijde web, nu dertig jaar geleden, voorspelde men dat het internet onze wereld kleiner zou

180 maken: verre vrienden en familie-  
leden hoefden, voor een teken van  
leven, niet langer te wachten op een  
brief of een ingesproken cassette-  
bandje. Die voorspelling is  
185 uitgekomen. Met één druk op de  
knop kunnen we de hele wereld onze  
telefoon binnenhalen. Daartegenover  
staat dat de veelheid aan connecties

er nu voor zorgt dat we steeds  
onachtzamer omgaan met die ene,  
190 individuele connectie. Die lijkt minder  
waard.

**(14)** Het is dan ook hoog tijd voor  
nieuwe (on)geschreven regels over  
hoe we met elkaar omgaan. Regel  
195 één lijkt me duidelijk: 'Gij zult niet  
ghosten.'

*naar een tekst van Hasna El Maroudi,  
NRC, 16 maart 2019*

noot 1 narcisme: een ziekelijke liefde voor zichzelf / de eigen persoonlijkheid

## Tekst 1 En nooit lieten ze meer iets van zich horen

---

- 1p 1 Wat is het hoofdonderwerp van deze tekst?
- A gevolgen van ghosting
  - B ghosten in de datingwereld
  - C online ghosten
  - D problemen van ghosting
- 1p 2 Hoe wordt de tekst ingeleid in alinea 1? vooral door
- A de mening van de schrijfster over het onderwerp van de tekst te geven
  - B een conclusie over het onderwerp van de tekst te trekken
  - C een voorbeeld bij het onderwerp van de tekst uit te werken
  - D het centrale probleem van de tekst te benoemen
- 1p 3 In alinea 2 geeft de schrijfster van de tekst twee verschillende verklaringen voor het feit dat ghosting vaak gelinkt wordt aan datingsapps.  
→ Noteer deze **twee** verklaringen in de uitwerkbijlage.
- 1p 4 Welke **twee** verklaringen voor ghosten geeft de schrijfster in alinea 3? Noteer je antwoord in de uitwerkbijlage.
- 1p 5 In alinea 4 zegt de schrijfster dat in de media ghosting vooral wordt toegeschreven aan millennials. De uitleg die de media hierbij geven, is echter subjectief.  
→ Citeer het woord uit alinea 4 waaruit blijkt dat de schrijfster deze uitleg subjectief vindt.
- 1p 6 In alinea's 5 en 6 staat dat ghosting al eeuwenoud is. Volgens Van der Sanden lijkt er wel wat nieuw te zijn aan het ghosten van tegenwoordig.  
→ Schrijf in eigen woorden op wat volgens Van der Sanden nieuw lijkt aan het ghosten van tegenwoordig. Noteer je antwoord in maximaal 15 woorden in de uitwerkbijlage.

- 1p 7 Alinea 6 eindigt met: "Het is aanlokkelijker om iemand te ghosten, want dankzij de talloze nieuwe communicatiemiddelen staan we constant met elkaar in contact, terwijl we zo veel contacten onmogelijk allemaal kunnen onderhouden."  
Alinea 7 begint met: "Bovendien is het ghosten zelf vele malen zichtbaarder geworden."  
Wat is het verband tussen deze twee zinnen?  
A oorzaak - gevolg  
B opsomming  
C reden  
D uitspraak - conclusie
- 2p 8 Volgens psycholoog Wendy Walsh bestaan er drie niveaus van ghosting (alinea 8).  
→ Kruis in het schema in de uitwerkbijlage aan bij welk niveau van ghosting de situaties volgens Walsh horen.
- 2p 9 "Er bestaat niet één alomvattende reden waarom mensen ghosten."  
(regels 126-127)  
→ Vat de in alinea 9 genoemde redenen samen in maximaal 50 woorden. Neem alleen de hoofdzaken op in je samenvatting. Noteer je antwoord in de uitwerkbijlage.
- 1p 10 "Het fenomeen ghosting is niet onschuldig." (regels 142-143)  
→ Noem de **twee** gevolgen van ghosting die in alinea 10 genoemd worden. Gebruik per gevolg maximaal drie woorden. Noteer je antwoord in de uitwerkbijlage.
- 1p 11 Alinea 12 bestaat uit twee zinnen:  
1 Datingapps Bumble en Badoo zagen zich zelfs genoodzaakt om ghosting op hun platforms in te perken.  
2 Bij Bumble krijgen gebruikers die niet op berichten reageren tegenwoordig een melding waarin ze worden aangespoord het gesprek voort te zetten of beleefd te beëindigen.  
Moet je beide zinnen in een samenvatting van deze tekst opnemen?  
A Ja, want beide zinnen bevatten hoofdzaken van de tekst.  
B Ja, want het is belangrijk om te weten hoe ghosting aangepakt wordt in datingapps.  
C Nee, want zin 2 geeft een voorbeeld van hoe ghosting aangepakt wordt in datingapps.  
D Nee, want in zin 2 staat alleen vermeld hoe Bumble omgaat met ghosting in de datingapp.

- 1p 12 Alinea 14 is het slot van deze tekst.  
Welke functie heeft het slot van deze tekst?  
Het slot is een
- A aanbeveling.
  - B conclusie.
  - C samenvatting.
  - D toekomstverwachting.
- 1p 13 Wat zijn de twee belangrijkste doelen van deze tekst?  
De tekst wil de lezer
- A activeren en waarschuwen.
  - B activeren en overtuigen.
  - C informeren en overtuigen.
  - D informeren en waarschuwen.
- 1p 14 Voor wie is deze tekst vooral bedoeld?  
voor lezers die
- A al eens eerder door iemand geghost zijn
  - B in het onderwerp ghosting geïnteresseerd zijn
  - C regelmatig gebruikmaken van datingapps
  - D weleens eerder iemand geghost hebben

# Pas op met aubergines!

(1) Superhelden, een lama en een gezicht met ijspegels. Het zijn slechts drie voorbeelden van de 150 nieuwe emoji die vorige maand werden aangekondigd. Later dit jaar zullen ze na updates in WhatsApp en Facebook verschijnen. Er zijn dan bijna drieduizend emoji in omloop en ze zijn een niet meer weg te denken communicatiemiddel. Niet alleen online, maar ook offline. Er zijn kussentjes in de vorm van de lachende drol, de klassieker 'Moby Dick'<sup>1)</sup> is vertaald als 'Emoji Dick' en vorig jaar kwam de – overigens slecht ontvangen – animatiefilm 'The Emoji Movie' uit. Ook de wetenschap stort zich vol op het fenomeen. Wat weten we over emojicommunicatie?

(2) Denk niet dat je origineel bent als je een emoji gebruikt die huilt van het lachen. Het schaterlachende gezichtje met traantjes over de wangen, is met afstand de meest gebruikte emoji wereldwijd. Hij beslaat zo'n 15 procent van ons emoji-gebruik, analyseerden onderzoekers van de universiteiten van Beijing en Michigan in 2015. De Oxford Dictionary riep de 'Face with tears of joy'-emoji dat jaar tot 'woord' van het jaar uit.

(3) De schaterlach staat in 2018 nog altijd met stip op één, blijkt uit emoji-tracker.com, die live het emoji-gebruik op Twitter volgt. De nummers twee en drie zijn het hartje en het gezicht met hartjesogen, gevolgd door meer gezichtjes, hartjes en enkele handgebaren. Landen wereldwijd verschillen daar weinig in, al zijn er wel kleine verschillen. De

top 20 van Frankrijk stond volgens de studie uit 2015 bijvoorbeeld vol hartjes in allerlei maten en kleuren. Nederlanders gebruikten de partypopper en de spierbal-arm meer dan andere landen.

(4) Aan zeemeerminnen, pizzapunten en kamelen hebben we in de praktijk minder behoefte. Logisch, want die voegen weinig toe aan gesprekken, zegt taalkundige Lieke Verheijen, die 'digi-taal' onder jongeren onderzoekt. "Wie appt dat hij een pizza gaat eten, denkt er meestal niet direct aan een pizzaplaatje erbij te zoeken. Het gebeurt soms voor de grap, maar het is niet echt relevant. Hartjes en gezichten voegen emotionele waarde toe." We willen met emoji vooral communiceren wat we live met lichaamstaal uitdrukken. En wanneer heb je een inktvis of donut nodig om de lading van je boodschap duidelijk te maken?

(5) Slechts 17,5 procent van de tweets met emoji erin is negatief, concludeerden Sloveense onderzoekers in 2015 op basis van meer dan 69.000 tweets uit verschillende landen. Meestal waren dat droevige gezichtjes. In het positieve emoji-gebruik, zo'n 54 procent van de gevallen, zat meer variatie. Er wordt op Twitter gestrooid met lachende gezichten, hartjes, ingepakte cadeautjes, feestemoji en trofeeën.

(6) Gebruikt de jeugd meer emoji dan oudere generaties? Ja, maar het verschil is kleiner dan je misschien denkt. Facebook Messenger hield afgelopen jaar een enquête onder



85 ruim negenduizend gebruikers over  
hun onlinecommunicatie. Van de  
56- tot 64-jarigen zei 77 procent  
emoji te gebruiken, tegenover  
92 procent van de 13- tot 18-jarigen.  
90 **(7)** Emoticons<sup>2)</sup> kunnen  
misverstanden voorkomen. Zet :-P  
achter een zin en het is duidelijk dat  
je een grap maakt. Maar in emojiland  
is wel érg veel keuze in gezichts-  
95 uitdrukkingen. Dat kan verwarrend  
zijn. Wetenschappers van de  
universiteit van Minnesota vroegen  
proefpersonen naar de betekenis van  
diverse emoji. Over het gezicht met  
100 hartjesogen was het oordeel redelijk  
unaniem: dat gaat over liefde. Maar  
een gezicht dat bijvoorbeeld officieel  
een 'ongeamuseerde blik' uitbeeldt,  
leverde verschillende interpretaties  
105 op: van teleurgesteld en  
gedepimeerd tot niet onder de  
indruk of argwanend. Een vervolgstudie  
toonde afgelopen jaar aan dat  
het amper verschil maakt of  
110 verwarrende emoji los of in  
zinscontext staan.  
**(8)** Over ambigue afbeeldingen  
gesproken: pas een beetje op met  
groente en fruit. Tenzij u over  
115 geslachtsdelen wilt praten, kunt u de  
aubergine beter vermijden. En de  
perzik staat vaak synoniem voor  
billen. Slechts in 7 procent van de

tweets met het perzikplaatje gaat het  
120 daadwerkelijk over fruit, ontdekte de  
website Emojipedia in 2016.  
**(9)** Of mensen grootverbruiker zijn of  
niet, ze zijn het er meestal over eens  
dat emoji niet thuishoren in e-mails,  
125 zéker niet in zakelijke context. De  
ouderwetse emoticon is tegen alle  
adviezen in wel het bedrijfsleven  
binnengedrongen. Een Scandinavische  
studie vond in 2014 in  
130 17,7 procent van de onderzochte  
werkmails emoticons. Het leeuwendeel  
betreft de lachende smiley.  
Zeker in het eerste contact is dat  
onverstandig, bleek vorig jaar uit  
135 een studie waar Gerben van Kleef  
van de Universiteit van Amsterdam  
bij betrokken was. Proefpersonen  
vonden een zakelijke e-mailer die  
lachende smileys gebruikte  
140 minder competent en stuurden  
minder informatieve e-mails terug.  
Van Kleef: "Onze resultaten  
beperken zich tot eerste indrukken.  
Als mensen elkaar kennen, maakt  
145 het misschien minder uit, al kan ik  
me voorstellen dat overmatig  
smileygebruik ook dan negatieve  
gevolgen kan hebben." Lachende  
drollen naar de baas of klanten  
150 sturen is waarschijnlijk al helemaal  
een slecht idee.

*naar een artikel van Anouk Broersma,  
de Volkskrant, 7 april 2018*

noot 1 'Moby-Dick of de Walvis' is een beroemd boek uit 1851 over de jacht op een witte walvis.

noot 2 Emoticons zijn met leestekens uitgebeelde emoties, zoals :-). Emoji zijn plaatjes die bijvoorbeeld een emotie uitdrukken, zoals 😊.

## Tekst 2 Pas op met aubergines!

---

- 1p 15 Wat is het hoofdonderwerp van deze tekst?
- A adviezen voor emojigebruik
  - B emoji als communicatiemiddel
  - C functies van emoji
  - D misverstanden door emoji
- 1p 16 In alinea 1 wordt het onderwerp van de tekst geïntroduceerd.  
→ Op welke **drie** manieren gebeurt dat? Zet in de uitwerkbijlage een kruisje achter de drie juiste antwoorden.
- 1p 17 Alinea 2 en alinea 3 hebben een gemeenschappelijk deelonderwerp.  
Welk deelonderwerp is dat?
- A emojigebruik in verschillende landen
  - B jaarlijkse verschillen in emojigebruik
  - C originele emoji
  - D populaire emoji
- 1p 18 “Emoticons kunnen misverstanden voorkomen. Zet :-P achter een zin en het is duidelijk dat je een grap maakt. Maar in emojiland is wel érg veel keuze in gezichtsuitdrukkingen. Dat kan verwarrend zijn.” (regels 90-96)  
→ Welke **twee** zaken worden in deze zinnen tegenover elkaar gezet?  
Vul de zinnen in de uitwerkbijlage aan.

- 1p 19 Welke woordgroep in alinea 7 heeft ongeveer dezelfde betekenis als het woord 'ambigue' (regel 112) in alinea 8?  
→ Citeer deze woordgroep.
- 1p 20 Citeer de zin uit alinea 9 die duidelijk maakt welke gevolgen het heeft als mensen emoticons of emoji gebruiken in zakelijke e-mails.
- 1p 21 Alinea 9 is het slot van deze tekst.  
Welke functie heeft het slot van deze tekst?  
Het slot  
A beschrijft een toekomstverwachting.  
B bevat nieuwe informatie.  
C geeft een samenvatting.  
D trekt een conclusie.
- 2p 22 Welke **drie** van onderstaande zinnen uit de tekst bevatten informatie die zeker in een samenvatting van deze tekst moet worden opgenomen?  
Noteer de nummers van deze zinnen in de uitwerkbijlage.
- 1 Er zijn dan bijna drieduizend emoji in omloop en ze zijn een niet meer weg te denken communicatiemiddel.
  - 2 De top 20 van Frankrijk stond volgens de studie uit 2015 bijvoorbeeld vol hartjes in allerlei maten en kleuren.
  - 3 We willen met emoji vooral communiceren wat we live met lichaamstaal uitdrukken.
  - 4 Facebook Messenger hield afgelopen jaar een enquête onder ruim negenduizend gebruikers over hun onlinecommunicatie.
  - 5 Een vervolgstudie toonde afgelopen jaar aan dat het amper verschil maakt of verwarrende emoji los of in zinscontext staan.
  - 6 Of mensen grootverbruiker zijn of niet, ze zijn het er meestal over eens dat emoji niet thuishoren in e-mails, zéker niet in zakelijke context.
  - 7 Proefpersonen vonden een zakelijke e-mailer die lachende smileys gebruikte minder competent en stuurden minder informatieve e-mails terug.

# Klimaathelden gefeliciteerd!

We stonden met 40.000 in de regen voor  
eerlijk en ambitieus klimaatbeleid.

Met effect. Het kabinet luistert.

Vervuilende bedrijven gaan eindelijk meebetalen.  
En de energiebelasting voor huishoudens gaat omlaag.

FOTO: MARIANNE SELINA KNOLLEMA



**Samen hebben we invloed.**

Dit is het begin. Nu gaan we zorgen  
dat woorden daden worden.

**Doe mee. Word lid.**



**milieudefensie**  
milieudefensie.nl

*naar een advertentie in  
de Volkskrant, 15 maart 2019*

### Tekst 3 Klimaathelden gefeliciteerd!

---

- 1p 23 De foto in deze advertentie trekt de aandacht van de lezer.  
Welke andere functie heeft de foto in deze advertentie?
- A De foto is nodig om de tekst te kunnen begrijpen.
  - B De foto ondersteunt de inhoud van de tekst.
  - C De foto voegt nieuwe inhoudselementen aan de tekst toe.
- 1p 24 In de tekst staat: "We stonden met 40.000 in de regen voor eerlijk en ambitieus klimaatbeleid."  
→ Welke **twee** zaken uit de tekst vallen onder dit klimaatbeleid?  
Noteer je antwoord in de uitwerkbijlage.
- 1p 25 Op welke doelgroep richt deze advertentie zich vooral?  
op mensen die
- A bereid zijn te demonstreren voor hun idealen
  - B het belangrijk vinden dat er een goed klimaatbeleid komt
  - C vinden dat bedrijven moeten betalen voor hun eigen vervuiling
  - D zelf minder willen betalen aan energiebelasting
- 1p 26 Wat is het belangrijkste doel van deze advertentie?
- A lezers aansporen om zich aan te sluiten bij Milieudefensie
  - B lezers informeren over de demonstratie voor een beter klimaatbeleid
  - C politici aansporen om een goed klimaatbeleid te voeren
  - D politici overtuigen dat demonstraties invloed hebben op hun beleid
- 1p 27 Citeer het zinsgedeelte uit de advertentietekst dat beschrijft wat op de foto te zien is.

# Als je puber te laat naar bed gaat

(1) De schooldag is nog maar net begonnen, maar de leerlingen lijken al doodmoe. Sommigen liggen voorover op hun tafeltjes. De docenten vinden het maar niets en foeteren inwendig op de smartphones, ongemotiveerde jeugd en al te tolerante ouders. Ze realiseren zich vaak niet dat ouders en pubers er echt wel iets aan proberen te doen.

(2) Maar pubers op tijd naar bed laten gaan, leidt bij veel gezinnen tot conflicten. En 's morgens is het wéér een strijd om ze op tijd hun bed uit te krijgen. Ouders zetten soms wel twee of drie wekkers, flink ver van het bed van hun kind. Alleen helpt dat geen zier, want de pubers draaien zich om en zijn weer vertrokken. De ouders weten zich lang in te houden, maar roepen uiteindelijk geërgerd: "Ga nou toch op tijd naar bed, dan kun je ook eerder opstaan!"

(3) Jammer voor hen, maar ze zitten er hoogstwaarschijnlijk naast. Naar het slaappatroon bij pubers zijn al heel wat onderzoeken gedaan en de uitkomsten daarvan zijn vrijwel gelijk: bij pubers valt de melatoninepiek – dus het moment waarop het gehalte van dit 'slaaphormoon' in het bloed stijgt – twee uur later dan bij volwassenen.

(4) Dat is bij veel zoogdieren zo, maar bij ons maken smartphones en andere beeldschermen dat probleem groter. Toen wij jong waren, lagen we met een zaklamp onder de dekens te lezen. Nu communiceren jongeren via appjes en videogames. Al na twee uur blootstelling aan het blauwe

licht van schermpjes is de melatoninespiegel met 22 procent gedaald.

(5) Als pubers op vakantie minder apparaten gebruiken en dus hun biologische klok meer volgen, dan maken ze nachten van wel negen of tien uur. Die hoeveelheid slaap hebben ze ook echt nodig om uitgerust op te staan en goed te kunnen functioneren. Als ze na de vakantie weer op tijd moeten opstaan om naar school te gaan, missen ze twee à drie uur slaap per nacht. En eerder gaan slapen lukt dus niet, vanwege die op hol geslagen melatoninespiegel. Als het al lukt om 's ochtends op tijd op school te komen, dan zit die slaapverwekkende melatonine nog altijd in hun hersenen en daar is niets tegen te beginnen. Een volwassene die om zeven uur 's morgens opstaat, heeft daar geen last van en denkt al snel dat die slaperige puber zich aanstelt.

(6) Hoe vroeger een tiener moet opstaan, hoe beroerder hij het op school doet. De vermoeidheid heeft namelijk invloed op zijn leerprestaties, zijn geheugen en natuurlijk ook op zijn motivatie, blijkt uit onderzoek. De cijfers van zeventuizend middelbare scholieren stegen in de Amerikaanse staat Minnesota aanzienlijk nadat de start van de lessen was verschoven van 7.30 uur naar 8.40 uur. En in Kentucky zagen de middelbare scholen die een uur later begonnen de werklust en de studieresultaten met sprongen toenemen.

(7) De Amerikaanse sociaal psycholoog en slaapexpert James B. Maas zei het zo: "Onze hersenen kunnen niet zonder slaap. Een tekort daaraan leidt tot aanzienlijk slechtere prestaties. Vermoeidheid moeten we vooral niet verwarren met luiheid.

Alle pubers zouden het recht moeten krijgen om onder optimale omstandigheden te leren. Dus laten we het oude gezegde 'Die geleerd wil worden, moet vroeg opstaan', vervangen door 'Sta laat op, dan gaan je cijfers omhoog'."

*naar een artikel van Isabelle Filliozat,  
Psychologie Magazine 4-2018*

## Tekst 4 Als je puber te laat naar bed gaat

---

- 1p 28 Wat is het hoofdonderwerp van deze tekst?
- A afwijkend slaapritme bij pubers
  - B conflict tussen pubers en hun ouders over bedtijd
  - C langdurig slaaptekort bij pubers
  - D slechtere schoolprestaties van pubers door slaapegebrek
- 1p 29 Welke alinea vormt of welke alinea's vormen de inleiding van deze tekst en waarom?
- A Alleen alinea 1, want in deze alinea wordt het onderwerp benoemd; alinea 2 laat vervolgens de andere kant van het onderwerp zien.
  - B Alinea's 1 en 2, want beide alinea's schetsen een verschijnsel; vanaf alinea 3 volgt een verklaring.
  - C Alinea's 1, 2 en 3, want in deze alinea's wordt een probleem weergegeven; vanaf alinea 4 volgt een vergelijking.
- 1p 30 "Dat is bij veel zoogdieren zo" (regel 35)  
→ Citeer het zinsgedeelte waarnaar 'Dat' verwijst. Noteer je antwoord in de uitwerkbijlage.
- 1p 31 Dat jongeren later gaan slapen dan hun ouders eigenlijk willen, is iets van alle tijden, blijkt uit de tekst.  
→ Citeer de zin uit alinea 1, 2, 3 of 4 waarin dit verschijnsel wordt vermeld.
- 1p 32 Als een puber vroeg opstaat, kan hij dan direct goed functioneren, zoals een volwassene die vroeg opstaat?  
Geef antwoord op de vraag en licht je antwoord toe. Baseer je antwoord op de informatie in alinea 5. Noteer je antwoord in maximaal 15 woorden in de uitwerkbijlage.
- 1p 33 Welk deelonderwerp hebben de alinea's 6 en 7?
- A onderzoek naar schoolcijfers
  - B slaaptijden en schoolresultaten
  - C vermoeidheid en motivatie
  - D vermoeidheid tegenover luiheid
- 1p 34 Hoe kan het slot van deze tekst opgevat worden?
- A als aanbeveling aan scholen om andere schooltijden te hanteren
  - B als aansporing van pubers om beter te leren voor school
  - C als advies aan ouders om pubergedrag te accepteren
  - D als waarschuwing voor pubers om eerder naar bed te gaan



- 1p **35** De schrijfster gebruikt informatie uit twee onderzoeken en zij citeert een deskundige.  
Met welk doel gebruikt zij deze informatie en citaten?
- A om de boodschap over dit onderwerp te ondersteunen
  - B om de verdeeldheid over dit onderwerp te laten zien
  - C om een discussie over dit onderwerp te beginnen
  - D om haar eigen mening over dit onderwerp te kunnen geven
- 1p **36** Wat is het belangrijkste doel van deze tekst?
- A adviseren om lesuren aan te passen aan de slaapbehoefte van pubers
  - B amuseren met herkenbare anekdotes over slaperige pubers
  - C informeren over het ontregelde slaapritme van pubers
  - D overtuigen om meer begrip te hebben voor slaperige pubers
- 1p **37** Welke zin vat deze tekst het best samen?
- A Ouders en docenten ergeren zich aan pubers die 's ochtends moe zijn, omdat ze de avond ervoor te laat naar bed zijn gegaan.
  - B Ouders en docenten zouden meer begrip kunnen hebben voor het slaapritme van pubers, omdat de melatoninepiek bij pubers op een ander tijdstip valt dan bij volwassenen.
  - C Pubers presteren steeds slechter op school, omdat hun melatoninespiegel op hol is geslagen.
  - D Pubers kunnen niet op tijd opstaan voor school, omdat de blootstelling aan blauw licht hun biologische klok ontregelt.

## Schrijfoopdracht

---

De schooldirectie is aan het nadenken over het aanpassen van de schooltijden, met ingang van volgend schooljaar. Het idee is om de lessen een uur later te laten beginnen. Dat betekent wel dat de lessen 's middags langer zullen doorgaan. De directie wil graag weten wat de leerlingen vinden van een mogelijke aanpassing van de schooltijden.

In de les Nederlands is de tekst 'Als je puber te laat naar bed gaat' behandeld. In die tekst wordt het beeld geschetst van vermoeide pubers aan het begin van de schooldag. In jouw klas ontstaat een discussie hierover. Sommige leerlingen herkennen dit beeld en zien de tekst als bewijs dat ze dus niets aan hun vermoeidheid kunnen doen. Andere leerlingen vinden dat je er zelf verantwoordelijk voor bent dat je genoeg slaapt, om zo uitgerust aan de schooldag te kunnen beginnen.

Je besluit om een e-mail te schrijven aan de schooldirecteur, waarin je laat weten of je voor- of tegenstander bent van het plan om de schooltijden aan te passen. In je e-mail beschrijf je de discussie in de klas over vermoeide pubers. Je geeft een mogelijk voordeel en een mogelijk nadeel van het aanpassen van de schooltijden. Natuurlijk geef je ook uitgebreid je mening. Aan het eind van je e-mail nodig je de directeur uit om met de klas in gesprek te gaan over het plan om de schooltijden aan te passen.

13p **38 Opdracht**

Schrijf de e-mail aan meneer Overbeek, de directeur van jouw school. Een aantal gegevens is al voorgedrukt in de uitwerkbijlage. Vermeld het onderwerp van je e-mail in de onderwerpregel.

Gebruik voor je e-mail de gegevens op de vorige bladzijde en eventueel de tekst 'Als je puber te laat naar bed gaat'. Gegevens die niet in de opdracht staan, moet je zelf bedenken.

Besteed in jouw e-mail aandacht aan de volgende punten:

- jezelf voorstellen;
- de aanleiding om de e-mail te schrijven;
- een beschrijving van de discussie in de klas;
- een mogelijk voordeel van het aanpassen van de schooltijden;
- een mogelijk nadeel van het aanpassen van de schooltijden;
- jouw mening over het plan om de schooltijden aan te passen;
- twee passende, nieuwe argumenten die jouw mening ondersteunen;
- een vraag aan de directeur om met de klas in gesprek te gaan;
- een voorstel voor datum en tijdstip van gesprek met de klas;
- een verzoek om een snelle reactie.

Sluit je e-mail af met 'Met vriendelijke groet,' of 'Hoogachtend,' en je eigen voor- en achternaam.

Let op: Zorg ervoor dat je tekst minimaal uit 100 woorden bestaat. Bij minder dan 100 woorden krijg je geen punten voor taalgebruik.

---

**Bronvermelding**

*Een opsomming van de in dit examen gebruikte bronnen, zoals teksten en afbeeldingen, is te vinden in het bij dit examen behorende correctievoorschrift, dat na afloop van het examen wordt gepubliceerd.*