

Duurzaam leven lukt niet altijd en dat vinden we 'stom'

- (1) Duurzaam leven, we willen wel, maar we doen het niet. Wat korter douchen, een dagje geen vlees eten – zo moeilijk is het niet en toch komt het er vaak niet van. En dat vinden Nederlanders 'stom' van zichzelf, blijkt uit onderzoek van Milieu Centraal dat dinsdag verschijnt.
- (2) De klimaatspijbelers van 2019 werd 'hypocrisie' verweten: een beter klimaatbeleid eisen en ook naar McDonald's gaan. Maar 'wel willen en niet doen' kun je ook een 'discrepantie' noemen, zoals de onderzoekers doen. Marktonderzoeksbureau Motivaction vroeg naar dagelijkse dingen: de vaatwasser op het ecoprogramma zetten, plantaardige melk drinken, plasticafval scheiden, de verwarming 's nachts laag zetten, een boodschappentas meenemen, niet langer dan vijf minuten douchen en vegetarisch eten.
- (3) Vooral die laatste twee doen de ruim duizend ondervraagden, gemiddeld Nederland, minder vaak dan ze willen: "Ik hou gewoon te veel van douchen. En ik vind vlees heel erg lekker." Zo verklaren sommige ondervraagden het verschil tussen wens en gedrag. Uit andere uitspraken blijkt dat kleine belemmeringen snel in de weg staan: het ecoprogramma duurt te lang, de rest van het gezin houdt niet van vleesvervangers, plastic scheiden kost te veel ruimte, mijn man is een koukleum, en tja, dat tasje, dat vergeet je weleens.
- (4) Wat Nederlanders zelf van die discrepantie vinden, verschilt. 40 procent vindt het stom van zichzelf om geen tasje mee te nemen. Veel minder erg vinden ze dat het niet lukt om minder vlees te eten en plantaardige melk te drinken. 41 procent vindt een maaltijd zonder vlees 'armoedig'. In noordelijke provincies zelfs 52 procent.
- (5) Jongeren (tot 34 jaar) vinden het, meer dan gemiddeld, stom van zichzelf dat ze niet vaker vegetarisch eten. Tegelijkertijd douchen ze langer dan ouderen en vinden ze een zuinige douchekop niet prettig.
- (6) "Het kennisniveau lijkt op peil, het in de praktijk brengen blijkt nog lastig en niet naar eigen wens", concluderen de onderzoekers droog.
- (7) "Gewoontegedrag veranderen naar gewenst gedrag is moeilijk", zegt Anne Kluivers, gedragsdeskundige bij Milieu Centraal. "Helemaal als de obstakels van buitenaf komen. Neem afval scheiden: sommige gemeenten maken dat makkelijker dan andere."
- (8) De sociale norm drukt ook. In een omgeving waarin een vleesloze maaltijd armoedig wordt gevonden, is veranderen lastiger. "Zo is dierlijke zuivel zichtbaarder in de supermarkt dan sojamelk. Koemelk is de norm."
- (9) "Om gedrag te veranderen heb je kennis nodig, nieuwe normen en een omgeving die een beetje meewerkt", zegt Kluivers. De kennis is op peil, nu die andere twee nog. "Het helpt als de overheid met regels de norm stelt. We vinden het inmiddels normaal dat je geen gratis plastic tasje meer krijgt, dus vinden we het ook stommer als we zelf een tas vergeten."

(9) In het geval van vlees gaan de
85 hakken sneller in het zand, ziet
Kluivers ook. Anders dan aan dat
plastic tasje, waar we vrij makkelijk
afscheid van namen, zijn veel
Nederlanders nog erg gehecht aan
90 hun dagelijkse stukje vlees. “Elke
dag vlees op tafel laat in sommige
groepen zien dat je het goed hebt.
Vlees eten is gekoppeld aan diep
verankerde sociale waarden.”

95 **(10)** “Hoe meer je in het persoonlijk
leven komt van mensen, hoe groter
de weerstand”, zegt Kluivers. Met

een campagne van kleine stapjes
probeert Milieu Centraal, dat burgers
100 adviseert over duurzame keuzes,
daarom gedrag te veranderen. Dus
niet: word allemaal veganist, maar
‘probeer eens een dagje geen kaas’.
Niet: doe de auto weg, maar ‘doe een
105 dagje boodschappen op de fiets’. In
de hoop dat een dagje 150 dagen
worden. “Als je het een dagje doet,
zie je dat het kan. Als je het drie
maanden doet, wordt het een
110 gewoonte.”

*naar een artikel van Martine Kamsma,
NRC Next, 11 februari 2019*

Tekst 4 Duurzaam leven lukt niet altijd en dat vinden we 'stom'

- 1p 28 De tekst wordt ingeleid door een opmerkelijk verschijnsel te noemen, namelijk de discrepantie tussen iets wel willen maar niet doen.
→ Op welke andere **twee** manieren wordt de tekst ingeleid in de alinea's 1 en 2? Kruis de juiste antwoorden aan in de tabel in de uitwerkbijlage.
- 1p 29 Wat is de belangrijkste boodschap uit het onderzoek van Milieu Centraal, volgens de alinea's 1 en 2?
- A We kunnen nog niet duurzamer leven, omdat er te veel hindernissen zijn.
 - B We vinden vooral dat anderen duurzamer moeten leven, zelf doen we al genoeg.
 - C We wensen een duurzamer leven, maar weigeren ons gedrag aan te passen.
 - D We willen wel duurzamer leven, maar het lukt ons nog niet om te veranderen.
- 1p 30 Wat is de functie van alinea 3?
Alinea 3 noemt vooral
- A gevolgen bij het gestelde in de alinea's 1 en 2.
 - B nadelen van het gestelde in de alinea's 1 en 2.
 - C tegenargumenten bij het gestelde in de alinea's 1 en 2.
 - D verklaringen bij het gestelde in de alinea's 1 en 2.
- 2p 31 "Het kennisniveau lijkt op peil" (regel 56)
→ Welke **twee** andere factoren dragen bij aan gedragsverandering volgens de alinea's 6, 7 en 8? Noteer je antwoord in de uitwerkbijlage. Gebruik per factor maximaal 6 woorden.
- 2p 32 Het is moeilijker om afscheid te nemen van vlees dan van de plastic tasjes, blijkt uit alinea 9.
→ Leg uit hoe dat verschil veroorzaakt wordt. Baseer je antwoord op de alinea's 8, 9 en 10. Vul de zinnen in de uitwerkbijlage aan en gebruik maximaal 15 woorden per zin.
- 1p 33 In alinea 10 staat dat Milieu Centraal met 'een campagne van kleine stapjes' ons gedrag probeert te veranderen.
Waarom kiest Milieu Centraal voor kleine stapjes?
- A omdat bij grote stappen te veel mensen zouden worden overgeslagen
 - B omdat het hebben van grote verwachtingen juist vaak teleurstellend kan uitpakken
 - C omdat kleine, positieve ervaringen kunnen leiden tot verandering op lange termijn
 - D omdat mensen het niet accepteren als in hun persoonlijk leven wordt ingegrepen

- 1p **34** Welk deelonderwerp hebben de alinea's 9 en 10 samen?
 A campagne van kleine stapjes
 B iedereen veganist
 C langetermijngedrag
 D van weerstand tot gewoonte
- 1p **35** Met welk doel lijkt deze tekst te zijn geschreven?
 De tekst lijkt de lezer vooral
 A te adviseren hoe hij uiteindelijk weloverwogen een gezond en duurzaam leven kan leiden.
 B te adviseren hoe hij zijn weinig duurzame manier van leven aan kan passen aan de eisen van deze tijd.
 C te informeren over de verschillende mogelijkheden om sociale normen te veranderen.
 D te informeren over de wens en de moeilijkheid om gewoontes om te buigen naar een duurzame levensstijl.
- 2p **36** Welke **vier** van onderstaande zinnen uit de tekst vormen samen de samenvatting van deze tekst? Noteer de nummers van deze zinnen in de **juiste** volgorde in de uitwerkbijlage.

1	Duurzaam leven, we willen wel, maar we doen het niet. (alinea 1)
2	Marktonderzoeksbureau Motivaction vroeg naar dagelijkse dingen: de vaatwasser op het ecoprogramma zetten, plantaardige melk drinken, plasticafval scheiden, de verwarming 's nachts laag zetten, een boodschappentas meenemen, niet langer dan vijf minuten douchen en vegetarisch eten. (alinea 2)
3	Wat Nederlanders zelf van die discrepantie vinden, verschilt. 40 procent vindt het stom van zichzelf om geen tasje mee te nemen. (alinea 4)
4	Gewoontegedrag veranderen naar gewenst gedrag is moeilijk. (alinea 6)
5	Neem afval scheiden: sommige gemeenten maken dat makkelijker dan andere. (alinea 6)
6	Om gedrag te veranderen heb je kennis nodig, nieuwe normen en een omgeving die een beetje meewerkt. (alinea 8)
7	Met een campagne van kleine stapjes probeert Milieu Centraal, dat burgers adviseert over duurzame keuzes, daarom gedrag te veranderen. (alinea 10)
8	Als je het een dagje doet, zie je dat het kan. Als je het drie maanden doet, wordt het een gewoonte. (alinea 10)

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.