EMBODIED REALNESS

TREND FORECAST

PRESENTED BY
CHARLOTTE EGMOND

CONTENT

1. introductie (1)
2. evidence wall uitleg (2-5)
3. situatieschets (6)
4. mensbeeld (7)
5. wereldbeeld (8)
6. onderzoeksvraag (9)
7. tijdlijn (10,11)
8. Toekomst visie 1 (12-14)
9. toekomst visie 2 (15-17)
10. conclusie (18)

INTRODUCTIE

(1)

DIT ONDERZOEK COMBINEERT DRIE DENKRICHTINGEN:

HET SYMBIOCEEN IS EEN TOEKOMSTBEELD WAARIN MENS, NATUUR EN TECHNOLOGIE SAMENWERKEN IN BALANS. NIET MEER ALLES BEHEERSEN, MAAR ONDERDEEL ZIJN VAN EEN GROTER GEHEEL.

LEVENSSTIJL GAAT OVER HOE WE ONS DAGELIJKS LEVEN VORMGEVEN VIA VOEDING, RITUELEN, TECHNOLOGIE EN OMGEVING — IN LIJN MET ONZE WAARDEN EN BEHOEFTEN.

MODERN SATANISME IS GEEN RELIGIE, MAAR EEN FILOSOFIE VAN RADICALE AUTONOMIE, ZELFVERANTWOORDELIJKHEID EN ZINTUIGLIJK LEVEN. HET DRAAIT OM ZELF DENKEN, ZELF VOELEN EN ZELF KIEZEN LOS VAN OPGELEGDE NORMEN.

SAMEN VORMEN DEZE DRIE HET VERTREKPUNT VOOR HET TRENDONDERZOEK.

INTRODUCTIE VAN HET OVERKOEPELND THEMA

INDIVIDUALISERING
MEGA TREND

DEMOGRAFISCH

AANTAL EENPERSOONSHUISHOUDENS WERELDWIJD STIJGT STERK.
JONGEREN ERVAREN PRESTATIEDRUK EN MENTALE UITPUTTING.
MEER BEHOEFTE AAN ZELFREDZAAMHEID EN AUTONOMIE.

ECONOMISCH

GIG-ECONOMIE GROEIT: JONGEREN KIEZEN VOOR FLEXIBILITEIT EN ZELFONTPLOOIING.
MEER BESTEDINGEN AAN BELEVING, RETREATS EN SELFCARE.
WERK = ZELFEXPRESSIE, NIET ALLEEN INKOMEN.

SOCIAAL CULTUREEL

VERLANGEN NAAR ZINGEVING EN OFFLINE VERBINDING.
ZELFZORGRITUELEN, ADEMWERK EN SPIRITUALITEIT ZIJN IN OPKOMST.
IRL COMMUNITY-PLEKKEN EN SLOW AESTHETICS WORDEN POPULAIR.

TECHNOLOGISCH

DIGITALE OVERPRIKKELING LEIDT TOT DETOXGEDRAG.
LOW-TECH TOOLS ZOALS FLIP PHONES EN BRICKS WORDEN TRENDY.
WELLBEING TECH (SLAAPAPPS, ADEMCOACHING) GROEIT.

ECOLOGISCH

NATUURLIJKE MATERIALEN EN TACTIELE ERVARINGEN ALS TEGENREACTIE OP DIGITALE OVERLOAD.
ECO-DESIGN EN SLOW FASHION OMARMEN ZINTUIGLIJKHEID.
INTERIEUR EN MODE ADEMEN RUST EN NATUUR.

POLITIEK

OVERHEDEN VOEREN TELEFOONBEPERKINGEN IN OP SCHOLEN EN WERK.
DISCUSSIE GROEIT OVER TECHVERSLAVING EN WELZIJNSBELEID.
DIGITALE HYGIËNE WORDT MAATSCHAPPELIJK THEMA.

(2)

(3)

MACRO TRENDSIGNALEN

- AUTONOMIE
→ MENSEN WILLEN ZELF BEPALEN WIE ZE ZIJN EN HOE ZE LEVEN.
WAARDEN: ZELFREGIE, ONAFHANKELIJKHEID, VRIJHEID.

- ZINGEVING
→ VERLANGEN NAAR DIEPGANG EN BETEKENIS IN EEN WERELD VOL PRIKKELS.
WAARDEN: SPIRITUALITEIT, REFLECTIE, PERSOONLIJKE GROEI.

- VERBONDENHEID
→ BEHOEFTE AAN ECHTE, TASTBARE CONNECTIE MET ANDEREN.
WAARDEN: COMMUNITY, IRL CONTACT, EMOTIONELE VEILIGHEID.

- RUST & HERSTEL
→ OVERVERMOEIDHEID LEIDT TOT ZOEKTOCHT NAAR MENTALE STILTE.
WAARDEN: VERTRAGING, BALANS, OFFLINE ZIJN.

- ZELFEXPRESSIE
→ IDENTITEIT WORDT VORMGEGEVEN VIA STIJL, WERK EN KEUZES.
WAARDEN: AUTHENTICITEIT, CREATIVITEIT, ZICHTBAARHEID.

- LICHAMELIJKHEID
→ TERUG NAAR HET LIJF NA JAREN SCHERMLEVEN.
WAARDEN: AANRAKING, ZINTUIGEN, EMBODIMENT.

TREND RICHTING

CLUSTERS

EMBODIED REALNESS

Als reactie op digitale overprikkeling groeit het verlangen naar echtheid, aanraking en rust. Offline zijn, zintuiglijke ervaringen en echte verbinding worden steeds belangrijker.

CURATED VITALITY

De focus ligt op persoonlijke groei, gezondheid en mentale balans. Mensen streven naar de beste versie van zichzelf uiterlijk én innerlijk vaak zichtbaar gemaakt via social media.

CRAFTED SELF

Mensen zoeken naar vrijheid en onafhankelijkheid. Ze willen zelf hun leven vormgeven, bijvoorbeeld door zelfstandig te werken of zichzelf beter te leren kennen via zelfhulpmiddelen.

(4)

EMBODIED REALNESS

EMBODIED REALNESS IS EEN REACTIE OP DIGITALE OVERPRIKKELING EN DE CONSTANTE DRUK OM JEZELF ONLINE TE BEWIJZEN. STEEDS MEER MENSEN VERLANGEN NAAR RUST, ECHTHEID EN LICHAMELIJKE AANWEZIGHEID.

ZE STAPPEN BEWUST UIT DE DIGITALE WERELD EN KEREN TERUG NAAR ZINTUIGLIJKE ERVARINGEN: KOKEN, ADEMWERK, KERAMIEK, HANDWERK, SLOW FASHION EN ANALOGE TOOLS. INTERIEURS WORDEN ZACHTER EN NATUURLIJKER, OFFLINE PLEKKEN BELANGRIJKER.

HET GELUK LIGT NIET MEER IN ZICHTBAARHEID, MAAR IN VOELEN.

VAN SCHERM NAAR HUID. VAN CONTENT NAAR CONTACT.

(5)

EMBODIED REALNESS

WE LEVEN IN EEN TIJD WAARIN ALLES DRAAIT OM JEZELF ZIJN. DOOR TECHNOLOGIE, SOCIAL MEDIA EN EEN STEEDS VERDER DOORGEDREVEN INDIVIDUALISERING HEBBEN MENSEN MEER VRIJHEID DAN OOIT OM HUN LEVEN ZELF IN TE RICHTEN. JE KUNT DOEN WAT JE WIL, JE IDENTITEIT VORMGEVEN, ALLES IN BINNEN HANDBEREIK EN DAT KAN JE ALLEMAAL ZICHTBAAR MAKEN ONLINE. ALLES IS PERSOONLIJK, ALLES IS DEELBAAR.

MAAR DIE VRIJHEID KOMT MET EEN KEERZIJDE. JUIST DOORDAT ALLES ZICHTBAAR IS, ZIJN WE OOK STEEDS AFHANKELIJKER GEWORDEN VAN HOE WE GEZIEN WILLEN WORDEN. VEEL MENSEN ERVAREN DAT HUN GELUK STEEDS MEER WORDT GESTUURD DOOR ALGORITMES, LIKES EN VERWACHTINGEN VAN BUITENAF. DE CONSTANTE STROOM AAN INFORMATIE EN DIGITALE PRIKKELS ZORGT VOOR MENTALE UITPUTTING, EEN GEVOEL VAN OVERPRIKKELING EN HET IDEE DAT JE NOOIT ÉCHT RUST HEBT. JE MAG ALLES ZIJN, MAAR JE MOET OOK ALLES BEWIJZEN.

ALS REACTIE DAAROP ONTSTAAT ER EEN DUIDELIJKE WAARDEVERSCHUIVING. MENSEN KEREN ZICH AF VAN DE ONLINE WERELD EN ZOEKEN NAAR IETS WAT ECHT VOELT. ZE WILLEN WEER IN CONTACT KOMEN MET HUN LICHAAM, HUN OMGEVING EN HET HIER EN NU. GELUK WORDT NIET MEER GEVONDEN IN PERFECT GESTILEERDE CONTENT, MAAR IN RAUWE, TASTBARE ERVARINGEN. IN MOMENTEN VAN STILTE, IN TEXTUUR, IN GEUR EN AANRAKING. JE ZIET DAT TERUG IN VERSCHILLENDE SIGNALEN: ZOALS FLIP PHONES OF VINTAGE CAMERA'S MEENEMEN NAAR DE CLUB. POP UP SHOPS OM PRODUCTEN TE ZIEN EN PROBEREN IPV ONLINE TE ZIEN EN IN FILMS EN SERIES ZIE JE ONS SHOT AFLEVERINGEN, WAARDOOR HET VOELT ALSOF JE ZELF OOK IN DE FILM BENT.

OOK ONTSTAAN ER STEEDS MEER 3TH SPACES - PLEKKEN WAAR MENSEN SAMENKOMEN KUNNEN KOMEN, ZOALS KOFFIEBARS, ATELIERRUIMTES EN WELLNESSPLEKKEN. DAAR DRAAIT HET NIET OM PERFORMANCE, MAAR OM AANWEZIG ZIJN. OM IETS VOELEN. SCHILDEREN, NAAIEN, AANRAKING, ADEMWERK EN KOKEN WORDEN HERONTDEKT ALS VORMEN VAN BETEKENISVOLLE ZELFZORG. DEZE PLEKKEN BESTAAN OM UIT HUIS TE GAAN, EVEN EEN ANDERE OMGEVING OF NIEUWE MENSEN LEREN KENNEN.

DEZE SIGNALEN VATTEN WE SAMEN ONDER DE NAAM EMBODIED REALNESS. HET IS EEN CULTURELE TREND WAARIN DE MENS TERUGKEERT NAAR HET LICHAAM, NAAR ZINTUIGLIJKHEID EN VERTRAGING. GEEN ESCAPISME UIT DE MODERNE WERELD, MAAR EEN BEWUSTE STAP RICHTING EEN LEVEN DAT MINDER GESTUURD WORDT DOOR ALGORITMES EN MEER GEDRAGEN WORDT DOOR GEVOEL.

VAN SNELLE DOPAMINE NAAR DIEPE AANWEZIGHEID. VAN SCHERM NAAR HUID. VAN ZICHTBAAR ZIJN NAAR VOELBAAR ZIJN.

DAARUIT VOLGT DE CENTRALE VRAAG VAN DEZE FORECAST:
HOE KUNNEN MENSEN TOEKOMSTBESTENDIG GELUK VINDEN ZONDER AFHANKELIJK TE ZIJN VAN SOCIALE MEDIA?

DE MENS VAN NU IS ALTIJD ONLINE. ALLES DRAAIT OM ZICHTBAAR ZIJN, PRESTEREN EN HET BIJHOUDEN VAN EEN DIGITALE IDENTITEIT. DE TELEFOON IS CONSTANT IN DE HAND ZELFS TIJDENS MOMENTEN VAN RUST. DE OMGEVING IS DRUK, VOL PRIKKELS, NOTIFICATIES EN CONTENT. GELUK LIJKT AFHANKELIJK VAN ALGORITMES, LIKES EN GOEDKEURING VAN BUITENAF.

TOCH SLUIMERT ONDER DIE CONSTANTE VERBONDENHEID EEN VERLANGEN NAAR IETS ANDERS. NAAR RUST, NAAR ÉCHTE ERVARINGEN, NAAR ZINTUIGLIJK LEVEN. HET LICHAAM ROEPT, MAAR WORDT OVERSTEMD DOOR HET SCHERM.

DE MENS IS HYPERVERBONDEN, MAAR DIEP VANBINNEN OP ZOEK NAAR STILTE.

WE LEVEN IN EEN WERELD DIE ALTIJD AAN STAAT. TECHNOLOGIE MAAKT ALLES MOGELIJK, MAAR OOK ALLES ZICHTBAAR. SOCIALE MEDIA STUREN HOE MENSEN ZICHZELF EN ELKAAR ZIEN. ALGORITMES BEPALEN HET TEMPO, BEELDCULTUUR DE NORM. EFFICIËNTIE, SUCCES EN PERSOONLIJKE GROEI ZIJN MEETBAAR ÉN DEELBAAR.

ONDERTUSSEN GROEIT HET BESEF DAT DEZE WERELD MENTALE VERMOEIDHEID, PRESTATIEDRUK EN EEN VERLIES AAN VERBONDENHEID VEROORZAAKT. ONDANKS ALLE VRIJHEID VOELEN MENSEN ZICH LEEGGELOPEN.

EEN WERELD VOL MOGELIJKHEDEN MAAR STEEDS MINDER RUIMTE OM ECHT TE ZIJN.

"HOE KUNNEN MENSEN TOEKOMSTBESTENDIG GELUK VINDEN ZONDER AFHANKELIJK TE ZIJN VAN SOCIALE MEDIA?"

(9)

Timeline (10)

Late 1800s–1900s

Wat gebeurde er?
Als tegenreactie op industriële massaproductie ontstaat de Arts & Crafts-beweging, waarin ambacht, tactiliteit, handwerk en schoonheid centraal staan.

Human Potential Movement

Wat gebeurde er?
In reactie op oorlog, vervreemding en systeemdruk ontstaat een brede culturele golf gericht op bewustzijnsverruiming, lichamelijkheid en persoonlijke vrijheid.

Zelfoptimalisatie wordt zichtbaar cultureel ideaal

Wat gebeurde er?
Platforms als Instagram, Strava en Headspace maken persoonlijke groei visueel en meetbaar. Zelfontwikkeling wordt performatief.

Corona legt de disconnectie met het lichaam bloot

Tijdens lockdowns verschuift het leven volledig naar het scherm. Tegelijkertijd groeit het verlangen naar fysieke aanwezigheid.

Van zichtbaar zijn naar voelbaar zijn

Zichtbaarheid is overal, maar mensen voelen zich afgesneden van hun lijf en overprikkeld. Als tegenreactie ontstaat Embodied Realness.

Digitale ruimtes worden standaard in publieke voorzieningen

Overheden en bedrijven installeren zintuiglijke rustplekken. Retail speelt in met sensorisch minimalisme.

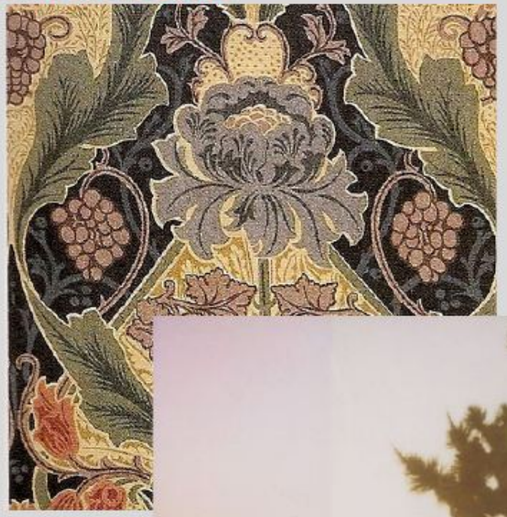
Brick Zones & zichtbare tech-onthouding als norm

Fysieke tech zoals Brick blokkeert tijdelijk toegang tot afleidende apps. In kantoren, cafés en scholen ontstaan “Brick Zones”.

Social media detox-months & “zichtbaarheidsvermoeidheid”

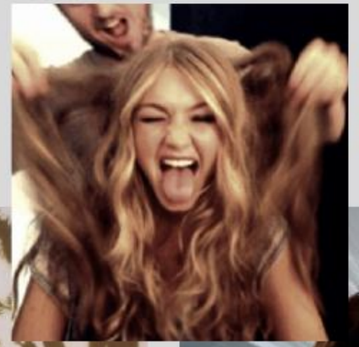
“Visible Off Month” wordt een ding. Werkgevers stimuleren zintuiglijke herkalibratie en innerlijk herstel.

Late 1800s–1900s



Human Potential Movement

Zelfoptimalisatie wordt zichtbaar cultureel ideaal



Corona legt de disconnectie met het lichaam bloot

Van zichtbaar zijn naar voelbaar zijn

Digitale ruimtes worden standaard in publieke voorzieningen

Brick Zones & zichtbare tech-onthouding als norm

Social media detox-months & “zichtbaarheidsvermoeidheid”

(11)

THE BRICK SHIFT (2040)

UTOPISCH TOEKOMSTSCENARIO BINNEN DE TREND EMBODIED REALNESS

IN 2040 ZIET DE WERELD ER HEEL ANDERS UIT DAN VIJFTIEN JAAR GELEDEN. WAAR IN DE JAREN 2020 ALLES DRAAIDE OM ONLINE ZICHTBAARHEID, CONTENT DELEN EN PERSOONLIJKE BRANDING, IS ER EEN DUIDELIJKE VERANDERING INGEZET. MENSEN ZIJN STEEDS MEER GAAN INZIEN DAT CONSTANTE DIGITALE PRIKKELS EN ZICHTBAARHEID OP SOCIAL MEDIA ZORGEN VOOR MENTALE UITPUTTING. DE BEHOEFTE AAN RUST, ZINTUIGLIJKHEID EN ECHTE VERBINDING IS STERK GEGROEID.

DAT HEEFT GELEID TOT EEN BREDERE MAATSCHAPPELIJKE VERSCHUIVING. TECHNOLOGIE IS ER NOG STEEDS, MAAR WORDT ANDERS INGEZET. BRICK, EEN FYSIEK BLOKJE DAT JE OP JE TELEFOON SCHUIFT OM APPS EN MELDINGEN TIJDELIJK UIT TE SCHAKELEN, IS INMIDDELS EEN NORMAAL ONDERDEEL VAN HET DAGELIJKS LEVEN. IN SCHOLEN EN OP WERK IS HET GEBRUIK VAN BRICK TIJDENS LESUREN EN WERKBLOKKEN ZELFS VERPLICHT. DIT HELPT MENSEN OM BETER TE FOCUSSEN, MEER AANWEZIG TE ZIJN EN BEWUSTER MET HUN TIJD EN AANDACHT OM TE GAAN.

DAARNAAST IS ER DE JAARLIJKSE VISIBLE OFF MONTH IN JANUARI, WAARBIJ MILJOENEN MENSEN SOCIAL MEDIA LINKS LATEN LIGGEN. WERKGEVERS STIMULEREN DEELNAME DOOR BIJVOORBEELD EXTRA VRIJE DAGEN OF BONUSSEN TE GEVEN. IN DIE MAAND ONTSTAAN ALLERLEI OFFLINE ACTIVITEITEN: VAN GEURMARKTEN TOT ADEMHALINGSWORKSHOPS EN CREATIEVE SLOW SPACES WAAR MENSEN ZONDER SCHERMEN TOT RUST KUNNEN KOMEN.

DOOR DEZE STRUCTURELE AFNAME IN SOCIAL MEDIA-GEBRUIK IS OOK DE MARKETINGWERELD VERANDERD. BEDRIJVEN INVESTEREN WEER IN FYSIEKE WINKELS, TASTBARE COMMUNICATIE EN ECHTE KLANTBELEVING. GEEN SNELLE REELS OF GESPONSORDE POSTS MEER, MAAR POP-UPWINKELS, GEURIGE MAGAZINES, HANDGEMAAKTE PRODUCTEN EN EVENTS WAAR MERKEN MENSEN ÉCHT ONTMOETEN. MARKETING DRAAIT WEER OM GEVOEL EN ERVARING, NIET OM BEREIK.

MENSEN ZIJN BEWUSTER GEWORDEN VAN HUN EIGEN GRENZEN. ZE KIEZEN VAKER VOOR STILTE, FYSIEKE NABIJHEID EN BETEKENISVOLLE INTERACTIE. TECHNOLOGIE WORDT NIET AFGEWEZEN, MAAR GEBRUIKT OP EEN MANIER DIE PAST BIJ HET LICHAAM EN DE GEEST. DIGITALE TOOLS HOUDEN REKENING MET JE STEMMING, EN APPS GEVEN JE RUSTMOMENTEN IN PLAATS VAN MELDINGEN.

IN DEZE WERELD DRAAIT HET NIET MEER OM ZICHTBAAR ZIJN, MAAR OM AANWEZIG ZIJN. OFFLINE ZIJN IS NORMAAL. ZELFZORG BETEKENT NIET ALLEEN GOED VOOR JEZELF ZORGEN, MAAR OOK BEWUST KIEZEN WAT JE WEL EN NIET BINNENLAAT. DE TREND EMBODIED REALNESS IS UITGEGROEID TOT EEN MAATSCHAPPELIJKE NORM.

WE LEVEN NIET MEER IN EEN SAMENLEVING WAAR HET DRAAIT OM PRESTEREN EN LATEN ZIEN. MENSEN WILLEN VOELEN, ERVAREN, VERTRAGEN — EN DAAR IS NU OOK ECHT RUIMTE VOOR.

THE BRICK SHIFT

IN HET UTOPISCHE TOEKOMSTBEELD STAAT EEN VROUW IN EEN RUSTIGE YOGAPOSE BIJ EEN STOPLICHT IN EEN DRUKKE STAD. RONDOM HAAR BEWEGEN MENSEN ALS EEN VAGE BLUR VOORBIJ HAASTIG, ONSCHERP, VLUCHTIG. ZIJ VORMT HET CONTRAST: HELDER, STIL, AANWEZIG.

ZE STAAT OP ÉÉN BEEN, OGEN GESLOTEN, HAAR ADEMHALING RUSTIG. HET STOPLICHT NAAST HAAR STAAT OP ROOD EEN SYMBOLISCH MOMENT VAN PAUZE. TERWIJL DE WERELD DOORDRAAIT IN VAART EN RUIS, KIEST ZIJ VOOR VERTRAGING. GEEN TELEFOON, GEEN OORTJES, ALLEEN HAAR LICHAAM EN HET MOMENT.

DIT BEELD VERBEELDT DE KERN VAN EMBODIED REALNESS: DE LUXE EN KRACHT VAN INNERLIJKE RUST TE MIDDEN VAN CONSTANTE BEWEGING. IN DEZE TOEKOMST IS NIET SNELHEID, MAAR AANWEZIGHEID HET BELANGRIJKSTE.

STILL WATCHING (2040)

DYSTOPISCH TOEKOMSTSCENARIO BINNEN DE TREND EMBODIED REALNESS

IN 2040 IS HET VERLANGEN NAAR RUST EN ECHTHEID NIET VERDWENEN, MAAR WÉL GEKAAPT. WAT BEGON ALS EEN BEHOEFTE OM LOS TE KOMEN VAN ONLINE ZICHTBAARHEID EN DIGITALE PRIKKELS, IS DOOR TECHBEDRIJVEN VERTAALD NAAR EEN NIEUW SYSTEEM VAN GEDRAGSSTURING EN VERDIENMODELLEN. EMBODIED REALNESS BESTAAT NOG MAAR ALLEEN BINNEN DE VOORWAARDEN VAN HET ALGORITME.

MENSEN ZIJN NOG STEEDS MOE. OVERPRIKKELD. MAAR NU KRIJGEN ZE TOOLS AANGEBODEN DIE ZOGENAAMD HELPEN. IEDEREEN DRAAGT SLIMME SIERADEN, NEUROBANDS OF POLSDEVICES DIE JE HARTRITME, ADEMHALING, OOGBEWEGINGEN EN STRESSNIVEAUS METEN. DEZE INFORMATIE BEPAALT HOE JE SCOORT OP JE PERSOONLIJKE WELZIJNS-INDEX. WERKGEVERS, ZORGVERZEKERAARS EN ZELFS ONDERWIJSINSTELLINGEN GEBRUIKEN DEZE SCORES OM PRESTATIES EN GEDRAGINGEN TE STUREN.

ZELFZORG IS VERPLICHT GEWORDEN. JE MÓET DAGELIJKS "EMBODIED GEDRAG" VERTONEN ZOALS ADEMHALINGSOEFENINGEN, BEWEGING, SCHERMPAUZES MAAR ALLEEN ALS DIT WORDT VASTGELEGD EN GEDEELD. DOE JE HET NIET, DAN KRIJG JE MELDINGEN: "JE RUSTSCORE IS ONDER HET GEMIDDELDE. PLAN NU EEN REFLECTIEBLOK." DE IRONIE? ZELFS STILTE IS EEN NOTIFICATIE GEWORDEN.

OFFLINE ZIJN MAG, MAAR ALLEEN ALS JE HET VAN TEVOREN INPLANT. JE TELEFOON GAAT DAN IN "WELLNESS-MODUS": ZICHTBAAR VOOR HET SYSTEEM, MET DE JUISTE METINGEN AAN. GEEN ECHTE AFWEZIGHEID, MAAR EEN GECONTROLEERDE PAUZE. ALLES WORDT NOG STEEDS GEVOLGD ALLEEN NU VIA ANDERE KANALEN.

IN DE COMMERCIËLE WERELD IS ER EEN VERSCHUIVING VAN "INFLUENCER CULTURE" NAAR "COMPLIANCE CULTURE". BEKENDE GEZICHTEN DELEN HUN RUSTROUTINES, NIET ALS INSPIRATIE, MAAR ALS NORM. WELLNESSMERKEN VERKOPEN GEURPAKKETTEN DIE STRESSWAARDEN BELOVEN TE VERLAGEN. KLEDING KOMT MET ZINTUIGLIJKE FEEDBACK: VOELT JE LICHAAM ONRUST? JE SHIRT LICHT OP. ELKE VORM VAN CONTACT, GEUR, BEWEGING OF RUST WORDT MEETBAAR GEMAAKT. EN DUS CONTROLEERBAAR.

SOCIAL MEDIA IS NIET VERDWENEN. HET IS GEÏNTEGREERD IN ONS GEDRAG, IN ONS LICHAAM, IN HOE WE FUNCTIONEREN. WE ZIJN NIET ALTIJD ZICHTBAAR OP HET SCHERM MAAR WE ZIJN WÉL ALTIJD MEETBAAR. EN ALTIJD IN BEELD VOOR HET SYSTEEM.

IN DEZE WERELD DRAAIT HET NIET OM VOELEN WAT JE NODIG HEBT, MAAR OM DOEN WAT JE MOET LATEN ZIEN. AUTHENTICITEIT IS NIET WEG, HET IS GESTANDAARDISEERD. ZICHTBAARHEID IS NIET GEËIST, HET IS VERONDERSTELD. MENSEN GELOVEN DAT ZE VRIJ ZIJN, OMDAT ZE HUN RUST MOGEN KIEZEN. MAAR DE VOORWAARDEN ZIJN AL LANG BEPAALD.

HET ECHTE PROBLEEM? NIEMAND KIJKT MEER. MAAR ALLES WORDT NOG STEEDS GEVOLGD.
STILL WATCHING.

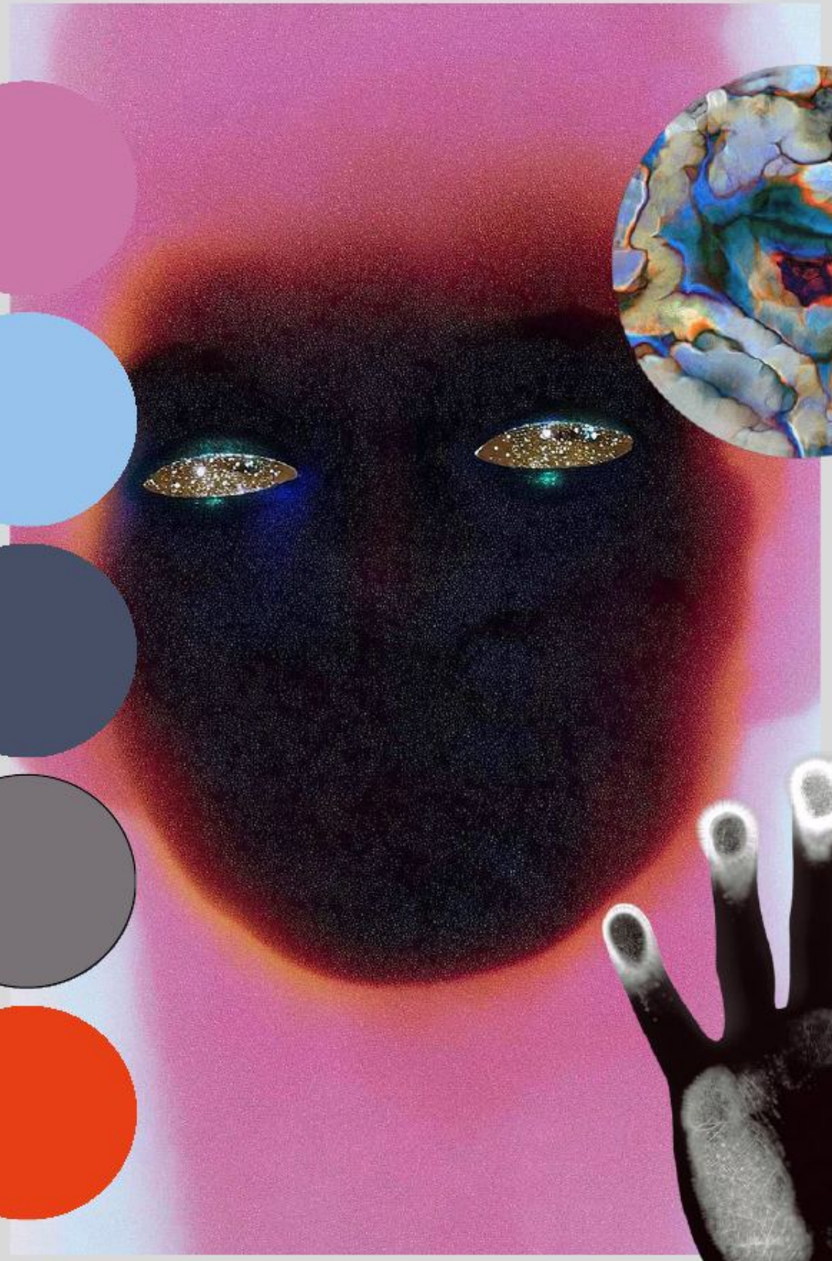
STILL WATCHING

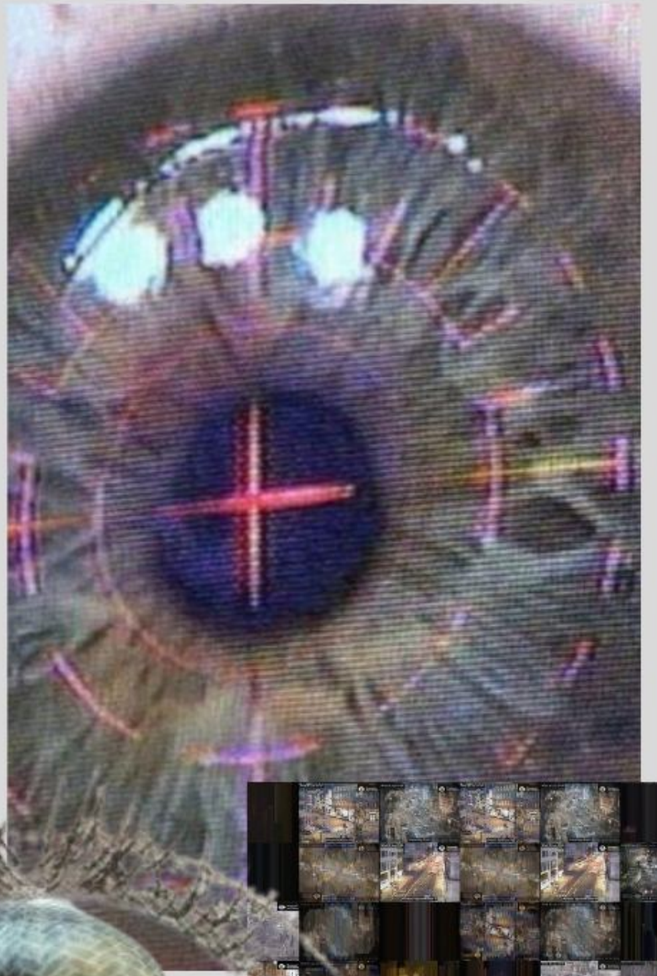
IN DEZE DYSTOPISCHE TOEKOMST ZIEN WE EEN VROUW INEENGEDOKEN OP DE GROND, MIDDEN IN EEN KAMER VOL SCHERMEN. ELK BEELDSCHERM TOONT IETS WAT RUST ZOU MOETEN BRENGEN. ALLES STRAALT SERENITEIT UIT. EN TOCH...

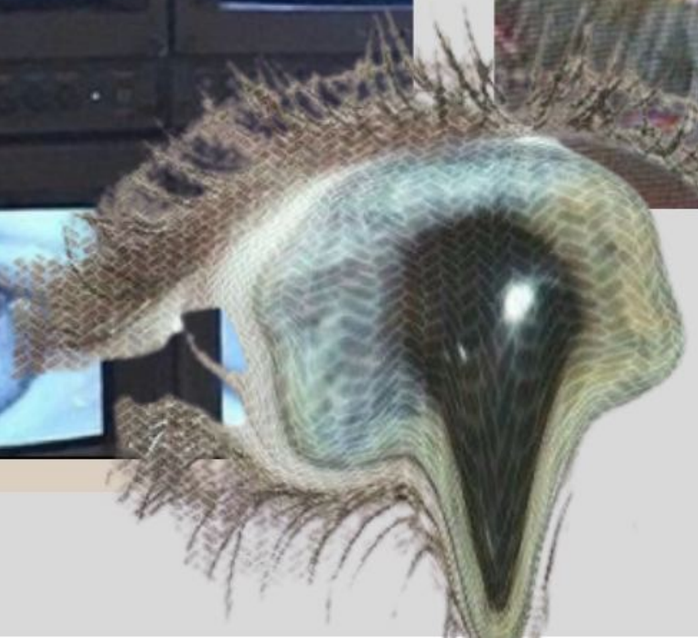
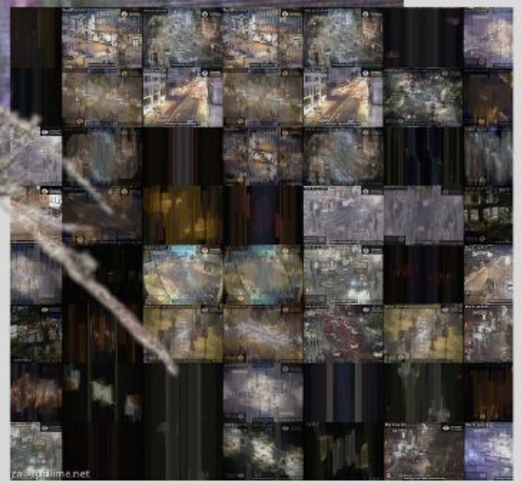
DE VROUW ZELF IS HET TEGENOVERGESTELDE VAN KALM. HAAR HANDEN GRIJPEN NAAR HAAR HOOFD, HAAR GEZICHT VERTROKKEN VAN FRUSTRATIE EN MENTALE UITPUTTING. DE OVERVLOED AAN RUST IS VERSTIKKEND GEWORDEN. IN PLAATS VAN ECHTE STILTE EN AANWEZIGHEID, KRIJGT ZE EEN GEPROGRAMMEERDE VORM VAN KALMTE OPGEDRONGEN ALS EEN ALGORITMISCHE OPLOSSING VOOR HAAR INNERLIJKE ONRUST.

DIT BEELD SYMBOLISEERT EEN WERELD WAARIN ZELFS WELZIJN EN ZELFZORG ZIJN GESTANDAARDISEERD. WAAR "VOELEN" WORDT GESTUURD DOOR SCHERMEN, EN NATUURLIJKE BEHOEFTES WORDEN VERVANGEN DOOR CONTENT. IN DEZE TOEKOMST IS GEEN RUIMTE MEER VOOR ECHTE MENSELIJKE ERVARING. WAT OOIT BEDOELD WAS OM MENSEN DICHTER BIJ ZICHZELF TE BRENGEN, IS VERWORDEN TOT EEN OPGELEGD RITUEEL VAN DIGITALE PERFECTIE.

DE VROUW ZIT NIET ALLEEN IN EEN KAMER VOL SCHERMEN ZE ZIT GEVANGEN IN EEN SYSTEEM DAT ZELFS RUST TOT EEN VERWACHTING HEEFT GEMAAKT.





CONCLUSIE

(18)

EMBODIED REALNESS ALS CULTURELE TEGENBEWEGING

DE ONDERZOEKSVRAAG WAS: HOE KUNNEN MENSEN TOEKOMSTBESTENDIG GELUK VINDEN ZONDER AFHANKELIJK TE ZIJN VAN SOCIALE MEDIA?

UIT ANALYSE VAN MEGATRENDS ALS INDIVIDUALISERING EN VIA DE DESTEP-ANALYSE BLIJKT DAT SOCIALE MEDIA ZELFEXPRESSIE MOGELIJK MAKEN, MAAR OOK LEIDEN TOT MENTALE UITPUTTING, PRESTATIEDRUK EN EEN VERLIES VAN ZINTUIGLIJK CONTACT. DIT HEEFT GELEID TOT EEN DUIDELIJKE CULTURELE TEGENBEWEGING.

DOOR HET CLUSTEREN VAN MACRO EN MICROTRENDS KWAMEN DRIE WAARDEVERSCHUIVINGEN NAAR VOREN:

1. AUTONOMIE - MENSEN WILLEN ZELF RICHTING GEVEN AAN HUN LEVEN, LOS VAN ALGORITMES
2. SELFCARE/HEALTH - ER GROEIT BEHOEFTE AAN BALANS TUSSEN LICHAAM EN GEEST
3. FEELS REAL - ECHTHEID, AANRAKING EN ZINTUIGLIJKHEID WINNEN AAN WAARDE

DEZE VERSCHUIVINGEN KOMEN SAMEN IN DE TREND EMBODIED REALNESS: EEN TOEKOMST WAARIN TASTBARE ERVARINGEN BELANGRIJKER WORDEN DAN DIGITALE ZICHTBAARHEID. GELUK WORDT NIET MEER GEZOCHT IN SCHERMEN OF LIKES, MAAR IN RUST, AANRAKING, GEUR EN AANWEZIGHEID.

IN HET UTOPISCHE SCENARIO LEIDT DIT TOT OFFLINE MAANDACTIES, ZINTUIGLIJKE WERKPLEKKEN EN EEN HERWAARDERING VAN HET LICHAAM. IN HET DYSTOPISCHE SCENARIO BLIJFT GELUK EEN VISUEEL IDEAAL, TERWIJL BURN-OUTS EN PRESTATIEDRUK TOENEMEN.

MENSEN VINDEN TOEKOMSTBESTENDIG GELUK NIET DOOR TECHNOLOGIE UIT TE SLUITEN, MAAR DOOR DEZE BEWUST TE BEGRENZEN. DOOR TERUG TE KEREN NAAR HET LICHAAM EN HET HIER EN NU ONTSTAAT EEN LEVENSKWALITEIT DIE DRAAIT OM VOELEN, NIET OM PRESTEREN.