

PERSBERICHT MEDIA UKKIE DAGEN 2019
ONDER EMBARGO TOT VRIJDAG 5 APRIL 2019 - 08.00 UUR



Bingewatchen komt steeds vaker voor onder jonge kinderen

Hilversum, 5 april 2019 - Jonge kinderen die met een koptelefoon op YouTube filmpjes bingewatchen, hun toetje niet opeten zonder scherm op tafel, of met hun hoofd op de tablet in slaap vallen? Uit een review van zeven jaar lene Miene Media-onderzoek die afgelopen vrijdag bij de start van de Media Ukkie Dagen 2019 is gepresenteerd, blijkt dit steeds vaker de realiteit. Het onderzoek laat zien dat kinderen van 0 tot en met 6 jaar in amper zeven jaar hun dagelijkse schermtijd van gemiddeld anderhalf uur met nog eens een kwartier uitgebreid hebben. Bovendien gebruiken ze die schermen ook steeds vaker in hun eentje. Ouders zetten het scherm steeds meer in als middel om hun kind even zoet te houden, of om te belonen. Als afsluiting van de Media Ukkie Dagen 2019 geeft opvoedexpert Krista Okma praktische tips voor ouders, die zij kunnen gebruiken bij de mediaopvoeding van hun jonge kind.

Het onderzoek wijst uit dat jonge kinderen iedere dag gemiddeld een uur en drie kwartier op een scherm bezig zijn. “Bijna het dubbele van het gangbare advies van maximaal een uur tot 5 jaar”, aldus Okma. Dit geldt dus voor baby’s, peuters en kleuters tot 6 jaar. Ondertussen zijn veel ouders op zoek naar richtlijnen over hoe lang hun kind achter het scherm mag zitten en hoe ze het schermgebruik in de hand kunnen houden, blijkt uit het onderzoek.

Okma: “Het is vooral van belang dat media niet de enige activiteit zijn voor kinderen. Voor jonge kinderen is het belangrijk dat ze dingen leren en ontdekken in het ‘echte leven’: hoe dingen voelen, ruiken en bewegen, contact met anderen, sporten, buiten spelen en voldoende slapen. In plaats van

de focus op schermtijd kunnen ouders ook eens letten op buitenspeeltijd: speelt je kind dagelijks zo'n 60 minuten buiten en lukt het om lang achter elkaar stilzitten te voorkomen? Gaan kinderen zeuren als ze moeten stoppen met een scherm? Dan is het goed als ouders consequent blijven." Vervelen kan volgens Okma heel goed zijn voor kinderen. "Zo leren ze dat het een tijdelijk gevoel is, dat verdwijnt zodra je weer op iets nieuws komt. Het doet een beroep op hun probleemoplossend vermogen en creativiteit."

Het scherm als zoethoudertje: houd het binnen de perken

Ouders zetten het scherm steeds vaker in als hulpmiddel bij de opvoeding. Het scherm als zoethoudertje geeft ouders de tijd om even snel iets anders te doen: de was, eten koken of snel nog even een mailtje beantwoorden.

"Dat is begrijpelijk," aldus Okma. "Maar hierdoor zitten kinderen al snel lang en alleen achter een scherm. Het is belangrijk dat ouders de tijd goed in de gaten houden, bijvoorbeeld door het zetten van een timer of kookwekker. Door duidelijke grenzen te stellen aan schermtijd, leren kinderen gelijk een belangrijke les: dat jij de baas bent over het scherm, dat niet het spel bepaalt wanneer je stopt maar jijzelf. Wanneer ouders het scherm inzetten als beloning, werkt dat waarschijnlijk op dat moment heel goed. Met de tablet op tafel komt dat bord wél leeg, en als het scherm mee mag lukt het makkelijker om je kind in bed te krijgen. Maar het is belangrijk dat kinderen leren om dit zelf te doen, zonder dat het scherm hierbij nodig is. Bovendien zijn de momenten aan tafel en vlak voor het slapen gaan juist belangrijke momenten om het scherm even uit te zetten. Zo eten kinderen bewuster (en voel je wanneer je 'vol' zit) en lukt het beter om rustig in slaap te vallen. In plaats van het scherm in te zetten als straf, werkt het beter als ouders een consequentie verzinnen die past bij het gedrag dat ze niet willen zien. Bijvoorbeeld de rest van de dag geen tussendoortjes meer, als een kleuter iets lekkers heeft gepakt zonder het te vragen. Van zo'n logisch gevolg leren kinderen het meest en het langst."

Gebruik media vooral samen

Verder blijkt uit de review dat 30-50% van de jonge kinderen regelmatig alleen met media bezig is. Echter is het vooral voor jonge kinderen van belang om media ook samen te gebruiken, als ouder mee te kijken en uitleg te geven. Dat zorgt niet alleen voor meer plezier, maar ook voor meer veiligheid. Uit de review blijkt dat ouders de online veiligheid belangrijk vinden. "In de moderne drukke tijd is het goed dat ouders bewust momenten kiezen om *samen* met media bezig te zijn, zoals voor het avondeten of tijdens het weekend. En ervoor te zorgen dat het mediagebruik veilig is. Bijvoorbeeld door filters te installeren of een apart mapje te maken met geschikte filmpjes, apps en spelletjes. Kinderen hebben hun ouders nodig in hun digitale ontdekkingstocht: het is goed wanneer ouders zich dit realiseren en een actieve houding aannemen."

Over het onderzoek

De Iene Miene Media review vergelijkt de resultaten van zeven jaar Iene Miene Media-onderzoek. De review is in opdracht van het Netwerk Mediawijsheid verricht door Prof. dr. Peter Nikken, lector Jeugd en media bij hogeschool Windesheim. "Het is belangrijk dit soort trendanalyses te doen, omdat ze zoveel meer inzicht geven in wat er werkelijk gebeurt in gezinnen met jonge kinderen, dan eenmalige surveys. Dat is enorm belangrijk voor beleid en een gezamenlijke aanpak door beroepskrachten in de gezinsondersteuning", aldus Nikken.

Over het Netwerk Mediawijsheid

Netwerk Mediawijsheid is in 2008 opgericht op initiatief van het ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap. Bij het netwerk zijn meer dan 1000 organisaties, bedrijven, zelfstandig professionals en instellingen aangesloten, allen actief op het gebied van mediawijsheid. Denk aan ict-bedrijven, bibliotheken, culturele instellingen, mediacoaches, lesmateriaalontwikkelaars, uitgeverijen, onderzoeksinstituten, mediaproducten en -platformen, onderwijsinstellingen en zorg- en welzijnsorganisaties.

Onze gezamenlijke missie: Nederland mediawijs. Netwerk Mediawijsheid vervult daarbij de rol van verbinder, wegwijzer en gangmaker. Netwerk Mediawijsheid wordt aangestuurd door vijf toonaangevende organisaties op het gebied van mediawijsheid: Beeld en Geluid, ECP | Platform voor de InformatieSamenleving, Human, Kennisnet en de Koninklijke Bibliotheek.

[Mediawijzer.net](#) - Platform voor mediawijsheidprofessionals

[Mediawijsheid.nl](#) - De betrouwbare wegwijzer in veilig en slim gebruik van (digitale) media

[HoeZoMediawijs.nl](#) - Jeugdwebsite over leuk, veilig en slim gebruik van (sociale) media

Noot voor de pers, niet voor publicatie

Wil je aandacht besteden aan mediaopvoeding voor jonge kinderen, meer informatie over de campagne en/of de onderzoeken of heb je een verzoek voor een interview? Neem dan contact op met Mimi van Dun en/of Aniek Breevoort (pers@mediawijzer.net of 035-6771924). We koppelen je graag aan de juiste expert.

Download hier het onderzoek:

[Iene Miene Media review](#)