

5 april 2024

91% van ouders van kinderen van 0 t/m 6 jaar zet digitale media in om tijd voor zichzelf te hebben

Ouders en kinderen doen offline veel samen, maar minder digitaal



Het overgrote merendeel van ouders met kinderen van 0 t/m 6 jaar laat hun kinderen digitale media gebruiken om zelf iets anders te kunnen doen. Opmerkelijk is dat activiteiten zonder schermen, zoals spelen, sporten en lezen, voornamelijk samen met een ouder plaatsvinden. Dit staat in contrast met het gebruik van digitale media. Meer dan 60% van jonge kinderen maakt gebruik van digitale media zonder begeleiding van hun ouders. Terwijl experts juist benadrukken dat de voordelen van digitaal mediagebruik vooral tot hun recht komen wanneer ouders hierbij betrokken zijn. Dit blijkt uit onderzoek van Netwerk Mediawijsheid dat is uitgebracht tijdens de [Media Ukkie Dagen](#). *"Hoewel de beweegredenen van ouders te begrijpen zijn, zijn zij zich mogelijk niet voldoende bewust van de behoeften van het kind en de potentiële negatieve langetermijneffecten op zijn of haar ontwikkeling, op bijvoorbeeld*

lichamelijk- of taalgebied," aldus wetenschappelijk onderzoeker dr. Anouk Tuijnman van het Trimbos-instituut:

Digitale media voor ontspanning

Het digitaal mediagebruik onder jonge kinderen bedraagt gemiddeld 1 uur en 51 minuten per dag, waarvan 1 uur en 39 minuten voor een scherm en 12 minuten voor luisteren naar media of bellen zonder beeld. Uit het onderzoek blijkt dat driekwart van de ouders digitale media voor hun jonge kinderen gebruikt vanwege het plezier en de ontspanning die het biedt voor het kind. Slechts 50% van de ouders ziet echter dat het gebruik van digitale media daadwerkelijk bijdraagt aan het rustig worden van hun kinderen. Ook vinden ouders digitale media handig, omdat het hen de mogelijkheid geeft om zelf iets te doen of tot rust te komen. Een op de vijf ouders grijpt nooit in bij het digitaal mediagebruik van hun kinderen, waarbij ze geen afspraken maken over schermtijd.

"We zien dat ouders vaak digitale media inzetten voor hun kinderen op momenten die voor hen goed uitkomen, zoals tijdens het koken of wanneer het kind onrustig is. Echter, te veel schermtijd op jonge leeftijd kan de slaap verstoren, de taalontwikkeling remmen en mogelijk leiden tot lichamelijke klachten door te veel zitten en te lang achter elkaar dichtbij kijken." waarschuwt dr. Anouk Tuijnman. *"Daarnaast geven ouders aan dat ze vaak digitale media gebruiken om hun kinderen af te leiden bij negatieve emoties zoals verveling of irritatie. Dit kan leiden tot gemiste leermomenten, omdat kinderen juist op jonge leeftijd moeten leren omgaan met hun emoties en zelfstandigheid moeten ontwikkelen tijdens momenten van verveling."*

Samen digitale media gebruiken

Activiteiten zonder beeldschermen, zoals spelen, sporten, lezen en buiten zijn, worden meestal samen met een ouder gedaan. Een positieve ontwikkeling voor de band tussen ouder en kind, maar helaas is dit nog onvoldoende aanwezig tijdens het gebruik van digitale media. Ongeveer vier op de tien ouders zegt dat ze regelmatig met hun kind over digitale media praten of uitleg geven, al dan niet tijdens het samen gebruik ervan. Tegelijk gebruikt 60% van de kinderen digitale media zonder begeleiding van een ouder.

"De inzet van digitale media bij moeilijke momenten is veelal een tijdelijke oplossing. Onderzoek heeft aangetoond dat actieve betrokkenheid van ouders bij wat jonge kinderen op een scherm ervaren, veel voordelen oplevert voor hun ontwikkeling. Kinderen hebben meer plezier, onthouden beter en begrijpen meer van wat ze kijken of spelen als ouders uitleg geven, dingen benoemen en vragen stellen tijdens digitaal mediagebruik", aldus dr. Peter Nikken, lector Jeugd & Media bij Hogeschool Windesheim.

Kinderen besteden meer tijd aan offline activiteiten

Jonge kinderen besteden nog steeds aanzienlijk meer tijd aan offline activiteiten dan aan schermgebruik, gemiddeld 3 uur en 40 minuten per dag. Echter, het gebruik van digitale media onder jonge kinderen blijft hoog. Opmerkelijk is bijvoorbeeld dat een op de zes kinderen filmpjes kijkt tijdens het ontbijt en lunch, waarbij andere activiteiten nauwelijks plaatsvinden.

“Gelukkig constateren we dat de meeste tijd nog steeds wordt besteed aan offline activiteiten, zoals het voorlezen van een verhaaltje voor het slapengaan. Daarnaast zijn er tal van activiteiten die samen kunnen worden ondernomen. Zowel digitale activiteiten als niet-digitale. Zeker op momenten dat ouders een eigen ontspanningsmoment zoeken, kan samen gebruik maken van digitale media ook een oplossing zijn. Samen tv kijken biedt bijvoorbeeld ontspanning voor beide en kansen voor een actieve mediaopvoeding, maar ook samen een boek lezen, samen naar buiten of samen een spelletje doen”, aldus dr. Anouk Tuijnman. “Opvoeden in de huidige tijd is niet altijd makkelijk, maar vroeg inzetten op een gezonde balans met media levert op de lange termijn het meeste op. Ook bij kleuters is het de moeite waard om in te zetten op een gezonde balans. Op deze leeftijd zijn kinderen nog heel flexibel, het vraagt alleen wel om een actieve en consequente aanpak. Dat geldt echter voor allerlei opvoedkwesties, zoals het stoppen met de speen”.

Kleine aanpassingen in het digitaal mediagebruik kunnen al een groot effect hebben en nadelige gevolgen beperken. Netwerk Mediawijsheid heeft daarom speciaal voor de campagne van de Media Ukkie Dagen met experts [10 tips](#) ontwikkeld die eenvoudig en direct toe te passen zijn om jonge kinderen van 0 t/m 6 jaar op een gezonde manier te laten ontspannen.

Over het verdiepend lene Miene Media onderzoek 2024

[lene Miene Media](#) is een jaarlijks herhaald kwantitatief onderzoek naar het mediagebruik in gezinnen met jonge kinderen van 0 t/m 6 jaar en is een onderdeel van de [Media Ukkie Dagen](#). Het onderzoek is uitgevoerd middels een online kwantitatieve survey onder 900 ouders van kinderen in de leeftijdscategorie 9 maanden t/m 6 jaar. Het veldwerk vond plaats tussen 8 en 26 februari 2024. De vragen in dit verdiepende onderzoek gingen in op de rol - en balans - van mediagebruik en andere activiteiten in relatie tot ontspanning. Het onderzoek is uitgevoerd in opdracht van Netwerk Mediawijsheid in samenwerking met dr. Peter Nikken, lector Jeugd & Media bij Hogeschool Windesheim, wetenschappelijk onderzoeker dr. Anouk Tuijnman van het Trimbos-instituut, uitgevoerd door onderzoeksbureau Panel Inzicht.

Media Ukkie Dagen: ontspannen met media

Media zijn niet meer weg te denken uit de opvoeding. Daarom organiseert Netwerk Mediawijsheid de Media Ukkie Dagen waarbij stilgestaan wordt bij mediawijsheid in de opvoeding van kinderen van 0 t/m 6 jaar. Dit jaar is het thema ‘Ontspannen met

media'. In een wereld waarin media een belangrijke rol speelt, met alle voor- en nadelen die daarbij komen kijken, wil Netwerk Mediawijsheid ouders en professionals handvatten bieden om slimmer, gezonder en beter gebruik te maken van media in de opvoeding. Ook worden er tijdens de week voor opvoeders van jonge kinderen in heel Nederland activiteiten georganiseerd in bibliotheken, scholen, kinderopvang, buurthuizen, opvoedcentra en andere organisaties. Voor meer informatie over de campagne en de (gratis) activiteiten: www.mediaukkiedagen.nl



[Logo Media Ukkie Dagen 2024.png](#)

176.86 KB



[Samen digitale media gebruiken - Netwerk Mediawijsheid.jpg](#)

2.47 MB

Netwerk Mediawijsheid heeft de missie: 'Nederland mediawijs'. Met meer dan 1000 aangesloten organisaties, bedrijven, zelfstandig professionals en instellingen werkt het netwerk aan een Nederland waarin iedereen mediawijs is - of bezig is dat te worden. Want mensen die mediawijs zijn, kunnen zich gemakkelijker en zekerder bewegen in een samenleving waarin (online) media een steeds grotere rol spelen.

Netwerk Mediawijsheid | Birgitte van

Boven

PR Manager (freelance)

birgitte@prvanboven.com

06-33972220

Netwerk Mediawijsheid

Media Parkboulevard 1

1217WE Hilversum

www.netwerkmediawijsheid.nl

Geen berichten meer ontvangen van ons? [Klik hier](#).