

4 april 2025

## Mediagebruik onder kinderen van 0 t/m 6 jaar daalt, maar blijft hoger dan het officiële advies



Kinderen van 0 t/m 6 jaar besteden minder tijd aan digitale media dan vorig jaar (86 minuten tegenover 111 minuten), maar met een gemiddelde van bijna anderhalf uur per dag ligt dit nog steeds boven de door de WHO aanbevolen tijd. Eén op de zes jonge kinderen kijkt dagelijks zelfs meer dan twee uur filmpjes op een mobiel apparaat of televisie. Dit blijkt uit de Iene Miene Media-monitor van Netwerk Mediawijsheid, in het kader van de [Media Ukkie Dagen](#). *"Dit is een stap in de goede richting. Het mediagebruik is nog steeds hoog, maar het lijkt erop dat steeds meer ouders bewuster omgaan met schermtijd bij jonge kinderen. Wellicht omdat er in toenemende mate aandacht is voor de risico's van mediagebruik door kinderen,"* aldus dr. Peter Nikken, Emeritus Lector Jeugd & Media.

### Kennis zet niet altijd om in gedrag

Regulering van digitaal mediagebruik speelt een belangrijke rol in veel gezinnen.

Meer dan de helft van de ouders bepaalt hoeveel schermtijd hun kind krijgt, en bijna driekwart selecteert media die geschikt zijn voor de leeftijd van het kind. Toch hebben ouders vooral moeite om hun eigen digitale mediagebruik te veranderen, ondanks dat zij een belangrijke voorbeeldrol vervullen. *“Ouders worstelen vaak met hun eigen schermgedrag. Ze weten meestal wel wat verstandig is, maar in de hectiek van de dag is het lastig om dat ook echt toe te passen,”* aldus dr. Anouk Tuijnman van het Trimbos Instituut.

Dr. Nikken voegt hieraan toe: *“Ouders doen hun best om schermtijd en mediagebruik in goede banen te leiden, maar afspraken met de kinderen handhaven en zelf ook minder media gebruiken is vaak lastig. Ze willen duidelijke richtlijnen en meer ondersteuning, niet alleen vanuit de overheid, maar ook van techbedrijven die verantwoordelijkheid moeten nemen voor een veilige en kindvriendelijke digitale omgeving. Vooral bij kinderen die als ‘druk’ of ‘grenzen opzoekend’ worden ervaren, merken ouders dat het moeilijk is om afspraken over schermtijd vol te houden.”*

Het onderzoek toont grote verschillen in het gebruik van digitale media door gezinnen met jonge kinderen. Bijna de helft van de jonge kinderen kijkt geen televisie en een groter deel bekijkt geen filmpjes op smartphones of tablets. Er zijn echter ook nog veel kinderen die meer dan 2 uur per dag bezig zijn met televisie kijken, filmpjes kijken en gamen. De momenten waarop media worden gebruikt, variëren sterk: één op de vijf kinderen kijkt filmpjes tijdens het ontbijt. Ouders die dit toestaan, noemen het vaak een moment van rust, vooral wanneer zij weinig steun van een partner ervaren. Daarentegen staat wel vast dat jonge kinderen nog steeds twee keer zoveel tijd aan offline-activiteiten besteden als aan digitale media.

### **Samen media gebruiken: kansen en uitdagingen**

Toch ervaren veel ouders digitale media als plezierig voor hun kinderen en laten hen media gebruiken ter ontspanning. Twee derde van de ouders kijkt regelmatig samen met hun kind televisie, maar samen gamen of filmpjes kijken op mobiele apparaten komt veel minder vaak voor. In plaats daarvan houden ouders vaker op afstand toezicht op het digitale mediagebruik van hun kinderen.

*“Dit is een gemiste kans, want samen media gebruiken kan educatieve en sociale voordelen bieden. Ook zien we dat kinderen in de hogere leeftijdsgroep vaker zonder begeleiding kijken, mogelijk omdat ouders denken dat ze dit al heel goed alleen kunnen,”* zegt dr. Tuijnman van het Trimbos Instituut. *“Maar ook deze leeftijdsgroep heeft nog begeleiding nodig om media goed te begrijpen en er op een gezonde manier mee om te gaan. Samen kijken en praten over wat ze zien, helpt bij hun taalontwikkeling en kritische denkvaardigheden.”*

Het verdiepend onderzoek is onderdeel van de Media Ukkie Dagen 2025. Dit jaar staat de campagne van Netwerk Mediawijsheid in het teken van het thema ‘Samen

met media', waarbij ouders en opvoeders worden aangespoord om samen met kinderen de digitale wereld te verkennen. Het gezamenlijk gebruik van digitale media biedt niet alleen meer plezier, maar zorgt er ook voor dat kinderen beter begrijpen wat ze zien en ervaren.

### **Over het verdiepend onderzoek 2025**

[Iene 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 1021 ouders van kinderen in de leeftijdscategorie 9 maanden t/m 6 jaar. Het veldwerk vond plaats tussen 10 en 26 februari 2025. Het onderzoek is uitgevoerd door onderzoeksbureau Highberg in opdracht van Netwerk Mediawijsheid in samenwerking met Emeritus Lector dr. Peter Nikken van Jeugd & Media Advies en senior wetenschappelijk onderzoeker dr. Anouk Tuijnman van het Trimbos-instituut.

### **Media Ukkie Dagen: samen met media**

In Nederland is de groep ouders die vaak samen met hun kind media gebruikt klein. Het komt dus regelmatig voor dat kleintjes helemaal zelfstandig, of met een beetje toezicht, bezig zijn met media. En dit is jammer. Want samen bezig zijn met media brengt ontzettend veel voordelen met zich mee. Daarom organiseert Netwerk Mediawijsheid de Media Ukkie Dagen (**4 t/m 11 april 2025**) waarbij stilgestaan wordt bij mediawijsheid in de opvoeding van kinderen van 0 t/m 6 jaar. Dit jaar is het thema 'Samen 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](http://www.mediaukkiedagen.nl)



[Afbeelding ouder met kind en tablet](#)

4.58 MB



[Logo Media Ukkie Dagen 2025](#)

168.56 KB



[Factsheet Iene Miene Media onderzoek 2025 -  
Netwerk Mediawijsheid](#) 1.11 MB



[Iene Miene Media onderzoek 2025 - Netwerk  
Mediawijsheid](#) 5.23 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**  
[Birgitte@prvanboven.com](mailto:birgitte@prvanboven.com)  
06-33972220

**Netwerk Mediawijsheid**  
Media Parkboulevard 1  
1217WE Hilversum

[www.netwerkmediawijsheid.nl](http://www.netwerkmediawijsheid.nl)

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