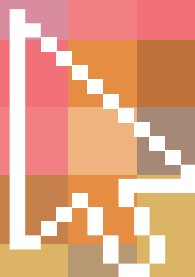


PROF. DR. PETER NIKKEN
EN DR. DIAN DE VRIES

DE SCHERM WIJZER

PRAKTISCHE GIDS VOOR (GROOT)OUDERS
OVER SCHERMTIJD, SOCIAL MEDIA,
GAMEN EN ONLINE VEILIGHEID



voor
ouders met
kinderen
van
0 tot 18
jaar

KOSM • S

Veel ouders vinden opvoedsituaties rondom mediagebruik lastig.¹ Van alle vragen over opvoeding, gaan er heel veel over mediagebruik. Over hoeveel schermtijd te veel is. Over wat kinderen van media leren. Over zowel goede als verkeerde voorbeelden van rolmodellen. Over de effecten van schokkende beelden en chatten met onbekenden. En over smartphonezombies en sexy selfies. Dat ouders veel vragen hebben over media en hun kinderen is niet verwonderlijk als je bedenkt hoeveel verschillende soorten media er zijn, hoe snel het medialandschap verandert en hoeveel tijd Nederlandse kinderen met media doorbrengen. Sommige kinderen staan met een beeldscherm op en gaan ermee naar bed.

Hoelang kinderen en jongeren beeldschermen gebruiken en wat ze er allemaal mee doen, is moeilijk precies te meten. Helaas is het onderzoek daarnaar in Nederland bovendien versnipperd en onvolledig. Volgens recente schattingen zijn heel jonge kinderen (0 tot 6 jaar) al meer dan honderd minuten per dag met beeldschermmedia bezig.² Er is weinig bekend over het mediagebruik van Nederlandse basisschoolkinderen, maar tegen de tijd dat jongeren 13 jaar zijn, brengen ze volgens het Sociaal en Cultureel Planbureau gemiddeld acht uur per dag met

media door.³ Verder laat het onderzoek zien dat kinderen, net als volwassenen, media tussen allerlei andere activiteiten door gebruiken of zelfs tegelijkertijd met die andere activiteiten. Ze gebruiken dan ook meerdere applicaties op hetzelfde moment, bijvoorbeeld om muziek te luisteren, foto's te maken, te whatsappen met vrienden en de laatste nieuwtjes op te zoeken.

In vergelijking met veel andere opvoedvragen kunnen ouders bij vragen omtrent mediaopvoeding minder afgaan op hun eigen ervaringen en opvoeding. De technologie verandert zo snel, dat zelfs jonge ouders niet zijn opgegroeid met de mediamogelijkheden waar hun kinderen nu gebruik van maken. Ouders die als puber thuis moesten vechten om een gedeelde pc met een trage internetverbinding zien hun baby nu swipen over een smartphone met 4G. Voor grootouders is het verschil nog groter. Zij groeiden op zonder internetverbinding, en hun ouders hadden enkel een zwart-wittelevisie met slechts een paar uitzendingen per week.

12 De snelle technologische ontwikkelingen zorgen voor veel enthousiasme over de nieuwe mogelijkheden, maar creëren tegelijkertijd ook veel angst voor het onbekende. De vraag is of die angst terecht is. Zorgen over wat media met kinderen doen, zijn van alle tijden. Waar men tegenwoordig verontrust is dat smartphones de nieuwe generatie jongeren verpest, was men vroeger voor hetzelfde bang bij televisie, radio, grammofoonplaten en zelfs boeken. De vele negatieve nieuwsberichten over media versterken dit soort angsten door vooral de excessen en uitzonderlijke situaties aan te halen (bijvoorbeeld een bericht over zelfmoord na sexting). Ook is het nieuws er goed in om negatieve onderzoeksresultaten op te blazen.

Baby's, dreumesen en peuters (0-3 jaar)

■ Kunnen baby's al televisie kijken?

Beeldschermen hebben al een grote aantrekkingskracht op kinderen van een heel jonge leeftijd. Baby's reageren al reflexmatig op geluiden, bewegingen en kleuren op een televisiescherm, tablet of smartphone. Dat baby's gefascineerd zijn door beelden en apparaten, wil niet zeggen dat zulke jonge kinderen al begrijpen wat er gebeurt als er iets te zien is, of dat ze weten wat ze met een telefoon moeten doen. Beelden volgen kost ze vaak nog heel veel moeite. Baby's hebben nog geen goed scherp zicht, zoals wat oudere kinderen wel hebben. De oren, neus en mond zijn belangrijker organen dan de ogen om de wereld mee te verkennen. Na circa 6 maanden gaan kinderen beter zien en kunnen ze zich omrollen. Daarna leren baby's ook zelfstandig rechtop te zitten en door de kamer te kruipen. Dat is een hele mijlpaal, want vanaf dat moment wordt hun wereld een stuk groter en gaan ze die omgeving op een andere manier – meer van bovenaf – bekijken. Vanaf die tijd gaan media ook een steeds belangrijkere rol spelen.

21

■ Wat kunnen dreumesen en peuters met media?

Vanaf circa 9 tot 12 maanden neemt de concentratie om bewegingen op een beeldscherm te volgen snel toe. Kinderen kunnen dan met hun ogen langere tijd naar een

vast punt kijken. Ze kunnen ook steeds meer gericht op bepaalde herkenbare geluidjes reageren. Kinderen worden ook motorisch vaardiger. Ze kruipen of stappen rond en alles wat in de huiskamer staat, moet bekeken en aangeraakt worden. Ook de wereld van de beeldschermen komt letterlijk binnen handbereik. Peuters lopen naar het televisiescherm en bekijken alles wat vlak voor hun ogen gebeurt. Ook houden ze nu de smartphone of tablet echt vast en proberen ze zomaar ergens op het scherm te drukken, net zoals ze dat hun ouders zien doen. In het begin is het vaak puur geluk als ze een telefoon aan de praat krijgen, maar al snel krijgen ze er steeds meer handigheid in en weten ze welke app of welk knopje beeld en geluid tevoorschijn tovert.

22

Uit onderzoek weten we dat beelden en geluiden die enige betekenis hebben voor heel jonge kinderen hun aandacht langer vasthouden dan informatie die niet voor hen bedoeld is.¹ Bij beelden uit het nieuws of praatprogramma's kijken ze soms even, maar doen snel daarna weer iets anders. Bij fragmenten uit kinderreclames of filmpjes die voor jonge kinderen bedoeld zijn, blijven ze aanmerkelijk langer geboeid. Ook bij de simpele plaatjes van apps zijn ze geïnteresseerd. Deze gerichte aandacht komt voort uit het feit dat alle kinderen, dus ook peuters, actief op zoek zijn naar informatie waar ze iets mee kunnen in hun ontwikkeling.² Beelden die moeilijk te interpreteren zijn, zoals reportages of interviews met volwassenen die over politiek of financiën praten, zijn daarom oninteressant. Maar fragmenten van bijvoorbeeld *Teletubbies* of *Sesamstraat* passen wel bij de interesses en het verwerkingsniveau van jonge kinderen. Juist omdat kinderen van nature willen leren, hebben ze extra aandacht voor filmpjes of apps die aansluiten op hun ontwikkelingsniveau.

■ Kleuters (4-6 jaar)

■ Hoe gebruiken kleuters media?

Vanaf 4 jaar krijgen media een andere betekenis voor kinderen, omdat ze dan een sprongetje in hun ontwikkeling maken. Kinderen praten nu met korte zinnen en de lijnen of kleurvlakken die ze op papier tekenen, stellen nu ook echt iets voor. Dat betekent dat kinderen symbolisch en communicatief denken, ook al denken ze nog niet in termen van logica. Kleuters hebben dan ook een levendige fantasie. Ze kunnen zich van alles voorstellen, rollen aannemen, en alles laten 'leven'. Tegelijkertijd zijn kleuters ook egocentrisch. Alles wat ze doen en denken, betrekken ze heel sterk op zichzelf.

40

Kleuters gaan ook abstractere begrippen herkennen en benoemen, bijvoorbeeld begrippen als 'blij', 'boos', 'eenzaam', 'gevoelig' of 'jaloers'; dingen die je niet kunt aanraken of vasthouden. Daarnaast neemt de woordenschat enorm toe, van een paar honderd tot circa tienduizend woorden als een kind 6 jaar is. Dat is handig als ze voor het eerst naar de basisschool gaan. Voor kleuters begint daarmee een nieuwe fase in hun jonge bestaan. Ze gaan nu echt leren en betrekken media daarbij.

Ongeveer een op de zeven Nederlandse kinderen van 4 jaar oud heeft een eigen televisie, tablet of spelcomputer.¹ Van de zesjarigen heeft een kwart minstens één eigen apparaat om te gebruiken. Kleuters gebruiken die media-apparaten voor verschillende activiteiten en vaak alleen. Voor skypen, bellen en het beluisteren van verhalen of voorleesboekjes hebben kleuters hun ouders nog nodig. Maar creatieve applicaties zoals digitale kleurplaten, muziek- of fotoapps en avonturenspelletjes gebruiken kleuters juist vaak op eigen kracht. Ook communiceren met anderen via emoticons, met vaak eindeloze rijen van dezelfde plaatjes, kunnen kleuters zelfstandig doen. Educatieve spelletjes spelen en televisie en YouTube-filmpjes kijken, doen ze ongeveer even vaak alleen als samen met een van de ouders.

Kleuters vinden hun weg op de tablet of smartphone door simpelweg de symbolen te volgen. Ze onthouden de plaatjes en snappen de gevolgen van hun eigen acties. Hun motoriek is soms nog niet zo precies, waardoor ze fouten maken, maar als iets niet lukt, proberen ze het gewoon nog een keer door opnieuw te swipen of *tappen*. Ook spelletjes spelen op een spelconsole via een tv-scherf of met een spelapparaat dat ze in hun hand kunnen vasthouden, is nu redelijk goed te doen. Televisie, een film of YouTube-video's kijken, kunnen kleuters in principe ook redelijk goed zelfstandig, net als de computer aanzetten en websites vinden. De basisknoppen op de afstandsbediening zijn geen probleem meer voor de meeste kleuters.

■ Wat te doen bij angstreacties?

- Als je kleuter thuis bij een film bang is, kan het helpen om de enge scènes versneld door te spoelen, of het geluid even zachter te zetten.
- Ook helpt het bij je kind te blijven en hem te troosten of op schoot te nemen. Daardoor krijgt je kind het gevoel van controle weer terug. Zo kan hij toch de hele film uitkijken en wennen aan het omgaan met indringende momenten in films of series.
- Als je kleuter heel erg geschrokken is, stop dan de film, het programma, of klik de website weg. Soms helpt het iets anders te kijken. Maar zorg ook dat je je kleuter troost en afleidt van de enge beelden.
- Kleuters uitleggen of zeggen dat iets niet echt is, heeft niet zo veel zin. Je kleuter wordt vooral beïnvloed door wat hij ziet en kan zo'n uitleg niet goed interpreteren. In zijn beleving is het wel echt en eng. Neem de angst en de oorzaak ervan serieus. Fantaseer bijvoorbeeld samen dat de draak weggetoverd wordt of dat de slaapkamer dankzij een magische spreuk weer een veilige plek wordt. Als ouders laten zien dat zij niet bang zijn, leren kinderen dat het wel meevalt.
- Confronteer jouw kind niet met opzet met enge scènes in films of series in de hoop dat ze er dan vanzelf aan gaan wennen. Een te vroege confrontatie met indringende beelden kan juist trauma's veroorzaken. Beter is het om jonge kinderen bij ernstige beelden af te leiden en het beeldmateriaal weg te halen.

Vroege basisschool- kinderen (7-9 jaar)

■ In wat voor media zijn vroege basisschool- kinderen vooral geïnteresseerd?

Kinderen tussen de 7 en 9 jaar noemen we vroege basisschoolkinderen. Net als kleuters zijn vroege basisschoolkinderen nog volop in ontwikkeling. Nog steeds worden tussen verschillende hersendelen allerlei nieuwe verbindingen gelegd. Eerder aangelegde belangrijke verbindingen zullen in deze levensfase niet snel verdwijnen. Volgens neurologen betekent dat dat de basis 'hardware' in de hersenen is aangelegd en het nu tijd is voor het programmeren van de 'software'.¹ In deze fase ontwikkelen kinderen structuur en logica in hun denken. Daarom leren kinderen vaak pas vanaf een jaar of 6 rekenen, schrijven, lezen of voetballen.

62

Langzaamaan gaan kinderen het schrift beheersen, waardoor het toetsenbord van de computer of laptop een logisch instrument wordt om te gebruiken. Ze kunnen activiteiten beter voor zichzelf plannen en hebben een beter tijdsbesef dan kleuters. Door gevoel voor structuur en logica, worden ook videospelletjes steeds belangrijker om fantasie en creativiteit te ordenen. Kinderen gaan dingen bouwen en creëren, of spelen volgens meer ingewikkelde spelregels. Vroege basisschoolkinderen hebben in ver-

gelijking met kleuters ook meer geduld en kunnen zich langer concentreren. Daarom worden zoektochten en speuroopdrachten in games interessant voor kinderen. Bij spelletjes en applicaties moet er vooral ook iets gedaan kunnen worden: een eigen wereld bouwen, of objecten verzamelen met grappige karakters. Op televisie is *Klokhuis* nog steeds een topper voor vroege basisschoolkinderen. Het programma informeert, maar op een luchtige, soms clowneske manier. Die absurditeit doet het goed bij kinderen van deze leeftijd.

De media houden heel goed rekening met de interesses van kinderen. Reclames, televisieseries en games gericht op jonge kinderen zijn meestal heel stereotiep voor jongens of voor meisjes. In series, zeker Amerikaanse, zitten stereotiepe, Aziatisch ogende en donkergekleurde personages, naast duidelijk witte karakters. Hoewel dit voor veel volwassenen een overdreven eenzijdig beeld is, sluit het wel goed aan op waar kinderen behoefte aan hebben. Stereotiepe mediaproducties geven namelijk lekker simpele boodschappen aan vroege basisschoolkinderen over hoe het is om bijvoorbeeld een man of een vrouw, of om wit, donker of Aziatisch te zijn.

■ Drie manieren waarop media de ontwikkeling van vroege basisschoolkinderen beïnvloeden

1. Media met helden en andere sterke, dappere, of slimme personages bereiden kinderen voor op het leren zelfstandig te zijn. Vroege basisschoolkinderen kunnen zich sterk identificeren met helden uit series of games, of personages in YouTube-filmpjes, en daarmee vinden ze een uitweg van de dagelijkse werkelijkheid thuis. Kinderen fantaseren dat ze sterk en bijzonder

zijn, dat ze de wereld in hun eentje kunnen redden, of dat ze prima voor anderen en zichzelf kunnen zorgen, los van hun ouders.

2. Interactieve media stimuleren de creativiteit van kinderen. Vroege basisschoolkinderen vinden het leuk om met games of applicaties te kunnen bouwen en creëren. Dat geeft ze een gevoel van competentie. Ze maken hun eigen fantasiewereld en zijn daar heel trots op.
3. Kinderen ontwikkelen hun sociale identiteit en hun genderidentiteit met geweldgames, superheldenseries, overdreven spelshows of genderstereotiepe YouTube-filmpjes. Hierin gaat het vaak om groepen van personen die dingen samen doen of teams die samen tegen andere teams strijden. Bijvoorbeeld de goeden tegen de slechten, of school A tegen school B. De sociale omgang, zoals elkaar helpen in de strijd, is hierin belangrijk. Zo leren ze over wat het betekent om bij een groep te horen. In dit soort media hebben jongens en meisjes vaak een stereotiepe rol en doen ze typische jongens- of mannendingen of typische meisjes- of vrouwendingen. Dit leert kinderen over wat voor gedrag er verwacht wordt van jongens en meisjes.

■ Hoelang mag een vroeg basisschoolkind iets met een beeldscherm doen per dag?

Volgens verschillende buitenlandse studies, zoals uit Engeland² en uit Amerika³, besteden deze kinderen per dag heel wat tijd aan beeldschermen. We nemen aan dat dat ook voor kinderen in Nederland geldt en dat die gemiddelde tijdsbesteding dus beduidend meer is dan de maxi-

■ Prepubers (10-12 jaar)

■ Welke media gebruiken kinderen tussen de 10 en 12 jaar?

Aan het einde van de basisschool bereiden kinderen zich voor op de overgang naar de middelbare school en de puberteit. We noemen deze periode ook wel de 'prepuberteit'. Soms vertonen kinderen op deze leeftijd al wat puberaal gedrag, vinden ze opeens alles kinderachtig en willen ze stoer doen en weinig van je aannemen. Op andere momenten hangen ze tegen je aan op de bank met een knuffel onder hun arm. Ondertussen moeten ze een keuze gaan maken voor een middelbare school. Maar voor nu zitten ze nog even op de basisschool die vertrouwd en overzichtelijk is, ook voor jou als ouder.

80

Prepubers zijn niet meer echt kinderen, maar ook nog geen tieners. Dat grijze gebied maakt het voor volwassenen soms lastig om in te schatten wat prepubers interessant vinden. Zo vinden (groot)ouders het soms lastig om een cadeautje voor een kind van 12 te kopen. Speelgoed is al snel te kinderachtig. Een boek uit de serie *Hoe overleef ik...* is dan wellicht een slimme zet, want media die gaan over de ervaringen van kinderen die net wat ouder zijn dan zichzelf, vinden veel prepubers heel interessant. Ze kunnen daarom smullen van boeken van Carry Slee, De

schippers van de kameleon, de Hunger Games en SpangaS. Maar ook YouTube-sterren die vloggen over het leven op de middelbare school zijn erg populair. Prepubers zijn nieuwsgierig naar wat ze zelf allemaal te wachten staat en leren van hun favoriete mediapersoonages hoe ze kunnen omgaan met (sociale) situaties die ze zelf nog niet hebben meegemaakt.

In de prepuberteit ontwikkelen kinderen zich op sociaal gebied flink. Prepubers brengen steeds meer tijd met vrienden door en willen graag bij een vriendengroep horen. Het wordt steeds belangrijker voor ze dat anderen hen leuk vinden. Je ziet op deze leeftijd vaak ook dat kinderen opeens meer bezig zijn met hoe ze eruitzien en zich druk maken om hoe ze overkomen op hun klasgenoten. Tegenwoordig spelen telefoons en social media een belangrijke rol in sociale contacten. Het is dan ook vaak op deze leeftijd dat de interesse in social media toeneemt en dat kinderen om een eigen telefoon beginnen te vragen. Vooral meisjes oefenen hun sociale vaardigheden door elkaar berichten te sturen via social media. Jongens hebben vaak meer interesse in met elkaar gamen. Samen bij iemand thuis, of ieder vanuit hun eigen huis tegen elkaar.¹

81

■ **Wat is belangrijk in de mediaopvoeding van een prepuber?**

De prepuberteit brengt veel nieuwe (media-)ervaringen met zich mee en je kind is nog druk aan het oefenen met nieuwe sociale situaties. Het ene kind voelt beter aan wat wel of niet handig is dan het andere. Maar alle kinderen kunnen hulp gebruiken bij deze nieuwe stappen in de mediawereld. Op deze leeftijd zullen kinderen nog relatief veel aan hun ouders willen vertellen en dingen van

■ Pubers (13-15 jaar)

■ Wat is typisch mediagebruik voor tieners tussen de 13 en 15 jaar?

Op deze leeftijd zitten de meeste kinderen vol in de puberteit. Veranderingen in het lichaam van pubers (bijvoorbeeld in de hormoonhuishouding, de hersenen en de lichaamsvormen) beïnvloeden hun gedachten, gevoelens en gedrag. Ze kunnen bijvoorbeeld heel heftig reageren en impulsief zijn. Zo ontstaan drama en ruzies met vrienden en familieleden, maar ook hartstochtelijke verliefdheden en hechte vriendschappen.

Typisch voor de puberteit is dan ook de opbloeiende interesse in seksualiteit en romantiek. Pubers hebben zelf meestal nog weinig seksuele ervaring, maar zijn vaak wel enorm geïnteresseerd in alles wat met liefde en seks te maken heeft: van romantische comedy's tot pornografie en van muziek over de liefde tot de relatieperikelen van hun favoriete vlogger.

Niet alleen romantische relaties, maar ook vriendschappen zijn erg belangrijk voor pubers. Ze bespreken van alles met vrienden en proberen erachter te komen hoe anderen over hen denken. Social media spelen hier tegenwoordig een belangrijke rol in. Berichtjes, likes en volgers

zonder afleiding, dan zal hij zijn telefoon vaker links laten liggen. Je kunt ook afspreken dat hij de tips uit het kader eens een tijd probeert, om zelf het verschil te ervaren en te leren wat voor hem het beste werkt.

■ **Tips voor ongestoord huiswerk maken**

1. Zorg dat je op een rustige plek zit waar je geen televisie ziet of hoort.
2. Werk alleen op een laptop of computer als het echt nodig is.
3. Zet je notificaties uit of zorg in ieder geval dat je ze niet kunt zien en horen.
4. Leg je telefoon uit het zicht, het liefst op een plek waar je veel moeite moet doen om hem te pakken. Je kunt je telefoon ook aan je vader of moeder geven tijdens het huiswerk maken, als je bang bent dat je hem anders toch pakt.
5. Wissel periodes van echt gefocust leren (bijvoorbeeld 25 of 45 minuten) af met pauzes waarin je wel online kan of even gaat bewegen (bijv. 5 of 15 minuten). Zet voor beide een wekkertje, zodat je niet per ongeluk te lang werkt of pauze houdt.
6. Maak het voor een bepaalde tijd onmogelijk om het internet te gebruiken en berichten te ontvangen en sturen. Dit kan bijvoorbeeld met de vliegtuigstand, met de app Mattie, of met het blokkeerprogramma Cold Turkey als je toch op een computer werkt.

109

■ **Hoe kunnen pubers effectief gebruikmaken van online informatie?**

De meeste tieners denken dat hun informatievaardigheden prima zijn.⁹ Helaas blijkt dat ze zichzelf vaak

■ Jongeren (16-18 jaar)

■ **Hoe gebruiken jongeren van 16 tot 18 jaar media?**

Op deze leeftijd zijn jongeren volgens de wet bijna volwassen. En in vergelijking met de jaren hiervoor, gedragen ze zich meestal ook volwassener. Ze zijn emotioneel stabiel, zelfverzekerder, minder impulsief en meer bezig met de toekomst. School wordt belangrijker nu de eindexamens naderen en keuzes gemaakt moeten worden voor na de middelbare school. Ze zijn steeds minder bezig met erbij horen en meer met het vormen van hun persoonlijke identiteit. Vriendschappen worden dieper en gaan met minder drama gepaard. Daarnaast is dit voor veel jongeren ook de leeftijd waarop ze een eerste serieuze relatie krijgen en seksueel actief worden.¹

122

Dat ze al een eind op weg zijn naar de volwassenheid, zie je ook terug in het mediagebruik van jongeren tussen de 16 en 18 jaar. Het mediagebruik van deze jongeren lijkt namelijk sterk op dat van (jong)volwassenen. Hierdoor wordt de kans op ruzie over de afstandsbediening kleiner en de kans dat jullie samen films en series kunnen kijken groter. Telefoons en social media blijven ook op deze leeftijd een belangrijke rol spelen. De nadruk komt daarbij meer te liggen op diepgaand contact met goede vrienden dan op populair zijn en veel volgers hebben. Daarnaast

zijn telefoons, apps en social media een handige manier om een (nieuwe) liefde te leren kennen en veelvuldig contact met hem of haar te houden. Relaties zijn op deze leeftijd vaak heftig, mede omdat alles nieuw is, en liefdesverdriet is niet zelden het gevolg. Muziek en andere media waarin liefde, seks en de bijbehorende drama centraal staan, zijn voor veel jongeren een feest van herkenning of een bron van steun.²

■ **Moet ik me bemoeien met het mediagebruik van mijn bijna volwassen kind?**

De meeste ouders merken dat de relatie met hun kind verbetert als de stormachtige puberteit eenmaal voorbij is. Tegelijkertijd wordt het voor ouders ook moeilijker om invloed uit te oefenen en regels op te leggen. Jongeren van deze leeftijd willen (of eisen) inspraak in familiebesluiten en afspraken. Hoewel het goed is om jongere kinderen ook al bij afspraken te betrekken, is het op deze leeftijd cruciaal als je wilt dat een jongere zich aan de afspraken houdt.

Hoewel je kind als het goed is al redelijk zelfstandig en verstandig is, blijft mediaopvoeding ook op deze leeftijd belangrijk. Regels over mediagebruik hebben minder effect naarmate kinderen ouder worden.³ Maar helemaal je handen ervan aftrekken is niet aan te bevelen, aangezien je kind toch nog wel een berg aan levenservaring mist. En zolang jongeren nog thuis wonen, is het makkelijker om een vinger aan de pols te houden, dan als ze eenmaal op zichzelf wonen. De beste manier om goede mediagewoonten bij jongeren van deze leeftijd te stimuleren, is om gesprekken te voeren waarin je je kind benadert als een individu met eigen ervaringen en verantwoordelijkheden. Zo zet je hem zelf aan het denken en vergroot je

ANTWOORD OP ALLE VRAGEN OVER DIGITALE OPVOEDING



Moet ik beeldschermen uit de buurt van mijn baby houden? Is het voor een peuter schadelijk om een spelletje op de iPad te doen? Op welke leeftijd geef ik mijn kind een eigen smartphone? Worden pubers depressief van social media?

In *De Schermwijzer* geven prof. dr. Peter Nikken en dr. Dian de Vries antwoord op deze en andere vragen van ouders over mediaopvoeding. Aan bod komen onder andere schermtijd, angstreacties, samen kijken, bijziendheid en geweld, maar ook reclame, sexting, verslaving, onzekerheid en vloggen. Boordevol praktische tips, luchtig geschreven en gebaseerd op de nieuwste wetenschappelijke inzichten: dit is het boek waar iedere ouder op zit te wachten.

PROF. DR. PETER NIKKEN EN DR. DIAN DE VRIES zijn gespecialiseerd op het gebied van media-invloed op de ontwikkeling, welzijn en opvoeding van kinderen en jongeren.

NUR 854
KOSMOS UITGEVERS
UTRECHT/ANTWERPEN

**KOS
MOS**



9 789021 575780

WWW.KOSMOSUITGEVERS.NL