

Goed mediagebruik: media zijn leuk, maar mogen niet gaan overheersen

Ondanks dat beelden de aandacht trekken en de kleintjes vaak lang zoet houden, mogen ze niet gaan overheersen. Onderzoekers en kinderartsen gaan ervan uit dat de hersenen van kinderen tot 3 jaar het meest gevoelig zijn voor een eventuele negatieve invloed van beeldschermmedia. Voor deze jonge kinderen is het heel belangrijk om bewust te kiezen, waarmee ze geconfronteerd worden. Ouders moeten er dus voor waken dat het mediagebruik niet gaat overheersen. Daar zijn minstens drie redenen voor:

- Voor een goede ontwikkeling hebben baby's, dreumesen, peuters en kleuters ook fysieke interactie nodig. Op deze leeftijd leren ze vooral door lichamelijk bewegen en het gebruiken van (al) hun zintuigen. Bij mediagebruik is dat maar beperkt mogelijk.
- Uit onderzoek blijkt dat taalontwikkeling, fantasie en spelgedrag geremd kunnen worden als op de achtergrond steeds een televisie aanstaat.
- Er zijn aanwijzingen (maar geen harde bewijzen) dat kinderen die veel zijn blootgesteld aan heftige visuele en auditieve prikkels, een grotere kans hebben om ADHD te ontwikkelen. Bij kijken naar geweld op jonge leeftijd lijkt die kans nog groter.

TIPS

Tips voor ouders

- Leg een voorraadjie aan van geschikte mediaproducten.
- Raadpleeg websites als Mediasmarties en Digidreumesen of een media-coach in de bibliotheek.
- Focus niet op 'educatief' maar kies mediaproducten waar het kind plezier aan beleeft.
- Wissel verschillende media af en blijf ook gewone prentenboekjes lezen.
- Volg de geldende leeftijdsclassificaties: Kijkwijzer (voor tv-programma's, dvd's en films) en Pegi (voor games).
- Installeer hulpprogramma's voor ouderlijk toezicht (zogenaamde 'filters' of een kinderbrowser als MyBee), zodat jonge kinderen niet zomaar op ongeschikte websites komen.

Welke mediaproducten zijn geschikt voor kleine kinderen?

Bestaande classificatiesystemen, zoals Kijkwijzer en Pegi, hebben betrekking op eventuele schadelijkheid. Dat zegt niets over de eventuele geschiktheid. Een ingewikkelde puzzel kan onschadelijk zijn (voor alle leeftijden) omdat er geen seks of geweld in voorkomt, terwijl die puzzel tóch ongeschikt is voor kleine kinderen, omdat hij veel te moeilijk voor ze is. Over dat laatste zeggen Kijkwijzer en Pegi niets.

Criteria voor geschiktheid (voor kleine kinderen):

- Het product is speciaal gemaakt voor kleine kinderen.
- De inhoud is positief (geeft een goed gevoel).
- Het verhaal duurt niet te lang (of is in korte stukken te knippen).
- Het verhaal gaat niet te snel.
- Het verhaal sluit aan bij de leefwereld van het kind.
- Het verhaal bevat herhalingen.
- *De characters* zijn duidelijk verstaanbaar en spreken begrijpelijke taal.
- Er zijn geen harde geluiden, agressieve gebeurtenissen of angstaanjagende beelden.
- Het product stimuleert een gezamenlijke belevenis (met volwassenen of andere kinderen).
- De verhaallijn is duidelijk, kort en niet echt spannend. Vanaf 4 jaar kunnen kinderen een langer verhaaltje volgen en mag het een beetje spannend zijn en over emoties gaan.
- Het product bevat weinig tot geen reclame.
- De bedieningselementen (knoppen) zijn groot genoeg.
- Tot 3 jaar: geen geschreven teksten. Vanaf 3 jaar mag het product wel geschreven tekst bevatten, mits die tekst ook voorgelezen wordt.
- Het product is niet te moeilijk, maar nog wel uitdagend.
- Het product nodigt uit tot zelf proberen en ontdekken.

Colofon

De tekst van deze brochure is tot stand gekomen in samenwerking met Mediaopvoeding.nl (dr. Justine Pardoën en prof. dr. Peter Nikken), oktober 2013.

Nederlands Centrum Jeugdgezondheid

Churchillaan 11
3527 GV Utrecht
www.ncj.nl

ncj Nederlands
Centrum
Jeugdgezondheid

Beeldschermmedia en mediaopvoeding voor de allerkleinsten (0-6 jaar)

ncj Nederlands
Centrum
Jeugdgezondheid

Mediaopvoeding begint al heel vroeg: ook de jongste kinderen (0-6 jaar) komen al in aanraking met beeldschermmedia.

De meeste ouders met heel jonge kinderen hebben vaak al één of meer tablets of smartphones in huis. Deze apparaten hebben een grote aantrekkingskracht op baby's, dreumesen en peuters. Dit vanwege de eenvoudige bediening (met tikken en vegen) en de talloze leuke apps die al beschikbaar zijn, zelfs voor de allerkleinsten. Bovendien zijn ouders positief over deze media: ze vinden het goed voor de ontwikkeling van hun kind en voor later op school. Vaders vinden het leren omgaan met digitale media belangrijker dan moeders, maar het zijn toch meestal de moeders die samen met hun jonge kinderen de digitale media verkennen.

Wat kun je als JGZ-professional doen?

Hoewel nog weinig onderzoek gedaan is naar wat effectief is in de mediaopvoeding voor de allerkleinsten, weten we wel al iets over wat media doen bij jonge kinderen. Als JGZ-professional kun je het voortouw kunt nemen om te praten over het gebruik van televisie, computer, spelcomputers, tablets en mobiele telefoons. In de praktijk blijkt dat ouders daar graag over vertellen: ze zijn zelf net zo verbaasd als wij over hoe snel alles gaat.

Mediaopvoeding voor de allerkleinsten

In het kort komt mediaopvoeding voor de allerkleinsten hierop neer:

- Ouders geven het kind regels (voor tijd en toegang).
- Ouders bieden hulp (bij het gebruik van computer, smartphone of tablet).
- Ouders voorkomen dat hun kinderen in aanraking komen met riskante inhoud (bijvoorbeeld met behulp van Kijkwijzer) en onbekende personen.
- Ouders geven commentaar met aandacht voor onbekende woorden en begrippen.
- Ouders blijven in de buurt en genieten samen van media.
- Ouders begeleiden alles zoveel mogelijk met taal.

Door erover te praten, help je ouders te reflecteren over hun eigen mediaopvoeding. Met doorvragen kunt je ouders stimuleren om te vertellen hoe het thuis gaat. Terwijl ze erover praten, worden ouders zich bewuster van de keuzes die ze maken en krijgen ze meer vertrouwen in hun ouderschap. Ouders ervaren dat zelfs de jongste kinderen al moeite hebben om te stoppen met het spelen op een computer, laptop of tablet. Ouders moeten hun eigen keuzes kunnen maken, maar vinden het vaak fijn om hier met anderen over te praten, juist omdat het allemaal zo nieuw is.

Er bestaan geen vaste richtlijnen als het gaat om mediagebruik van kinderen, maar als JGZ-professional kun je wel het bewustzijn stimuleren, tips geven en kennis overdragen. Dat is belangrijk, want er zijn ook risico's. Daarnaast kun je vragen van ouders beantwoorden, verwijzen naar goede websites (met gevalideerde informatie) en weten waar je zelf meer informatie kunt vinden. Dit factsheet helpt u op weg, zodat je ouders kunt ondersteunen in de mediaopvoeding van hun jonge kinderen.

TIPS

Wat is mediaopvoeding?

Mediaopvoeding is dat deel van de opvoeding dat erop gericht is om kinderen bewust en selectief met het media-aanbod om te laten gaan en ervoor te zorgen dat kinderen leren de inhoud van dat aanbod kritisch te beschouwen en op waarde te schatten. Steeds vaker gaat het bij media ook om het maken van gezonde keuzes: niet alleen de inhoud doet ertoe, maar ook de tijd die je eraan besteedt. In de praktijk gaat het om gamen, internetten, apps gebruiken, tv-kijken en boekjes lezen (of luisteren). Ouders doen eigenlijk altijd aan mediaopvoeding, maar lang niet altijd zo bewust. En wat ze zelf doen of laten heeft een voorbeeldfunctie. Denk aan de tijd die ouders zelf aan internetten of lezen besteden, al of niet twitteren tijdens het tv-kijken, of stemmen bij tv-shows. Dat zijn allemaal signalen voor hun kinderen om te leren hoe je met media omgaat.

De belangrijkste regels voor kinderen tot 6 jaar

- Mediaproducten (zoals tv-programma's, dvd's, spelletjes, websites, apps) moeten passen bij de leeftijd. Let op met meekijken met oudere kinderen.
- Beeldschermtijd moet beperkt blijven.
- Kleine kinderen moeten er niet alleen mee worden gelaten.
- Alle mediabeleving wordt met taal begeleid door volwassenen. Praat over wat ze zien, voelen en horen. Stel vragen, benoem alles, laat dingen herhalen, laat raden wat er gaat gebeuren et cetera.

Verschillen per opleidingsniveau en sekse

In het ideale geval gebruiken ouders alle pedagogische middelen die hierboven genoemd zijn. Maar in de praktijk zien we verschillen:

- Hoger opgeleide ouders letten wat vaker op de tv-programma's die hun kinderen zien en praten vaker met hun kinderen over wat ze zien.
- Bij games zijn juist lager opgeleide ouders meer geneigd om op te letten, met hun kinderen samen te spelen en erover te praten.
- Vaders bemoeien zich in het algemeen minder met de mediaopvoeding dan moeders. Dit geldt overigens ook voor het stimuleren van lezen; moeders doen dat meer dan vaders.

TIPS

