



Schermtijd in tijden van corona

Uit een online bevraging van Mediawijs, het Vlaams Kenniscentrum voor Mediawijsheid, blijkt dat er nog steeds niet genoeg schermtoestellen voorhanden zijn in veel gezinnen, kinderen nog te vaak niet zelfstandig aan hun schooltaken kunnen werken en dat schermtijd hét zoethoudertje is voor gezinnen in tijden van corona. De belangrijkste bevindingen op een rijtje.

- 1) Kinderen en jongeren gebruiken media creatiever dan ooit tevoren.
- 2) 65% van de ouders kreeg van de school geen vraag of ze een extra toestel nodig hebben.
- 3) Schermen worden evenveel gebruikt voor schoolwerk als voor ontspanning.
- 4) Videobellen is stijger nummer 1, oma en opa zijn populair!
- 5) Ouders beleven het nieuws over corona samen met hun kind.
- 6) Nieuwe tijden, nieuwe regels: gezinnen herbekijken hun schermafspraken.
- 7) Schermen zijn tegenwoordig een ideaal zoethoudertje.
- 8) Ouders maken zich zorgen over hoe ze de schermtijd later zullen terugschroeven.

Kinderen en jongeren gebruiken media creatiever dan ooit tevoren

746 gezinnen vulden een online survey in over schermtijd, schoolwerk en mediagebruik in tijden van corona. De schermactiviteiten nemen een vlucht, waarbij we zien dat - over de hele groep kinderen, van 0-18 jaar - videobellen, gamen en filmpjes kijken de sterkste/grootste stijgers zijn. Bij jonge kinderen tot 7 jaar zien we dat videobellen het meest toenam (met 69,5%), gevolgd door 'gewoon' telefoneren (met 17,5%) en digitale boeken lezen (met 20%). Bovendien wordt er op een creatieve manier omgegaan met media: "Filmpjes kijken, foto's maken, gamen, praten met vrienden, TikToks maken, ... Zolang er maar afwisseling is."

65% van de ouders kreeg van de school geen vraag of ze een extra toestel nodig hebben

Schoolwerk en preteaching van thuis uit is een uitdaging, niet enkel praktisch maar ook technisch. 65% van de ouders met een kind ouder dan zes jaar kreeg geen vraag van de school voor een extra toestel. Gezinnen zonder een laptop voor de kinderen (of met te weinig toestellen) komen op die manier in de problemen, want bijna 40% van die ouders geeft aan afspraken te moeten maken over het delen van toestellen in huis. 83% van de ouders geeft bovendien aan dat hun kinderen dat schoolwerk niet zelfstandig aankunnen. Dit zorgt voor een enorme druk op de thuiswerkende ouders en kan ervoor zorgen dat kinderen een leerachterstand oplopen als ouders hen niet voldoende kunnen ondersteunen bij hun schoolwerk. Ook een slechte internetverbinding (1/10 kinderen) of het slecht kunnen omgaan met technologie en computers (1/10 kinderen) bemoeilijkt het schoolwerk van thuis uit.

"In deze moeilijke periode is het voor veel ouders en kinderen vaak puzzelen om de tijd op een nuttige manier in te vullen. Nieuwe technologie biedt heel wat mogelijkheden om met elkaar in contact te blijven maar ook om een goede balans tussen leren en ontspannen te vinden. Het is positief om vast te stellen dat veel kinderen en jongeren die balans goed vinden. De verschillende mediaspelers en onderwijssector hebben alvast de handen in elkaar geslagen om een kwalitatief hoogstaand aanbod te voorzien. Toch staan we ook voor belangrijke uitdagingen: een te grote groep van kwetsbare kinderen en jongeren hebben geen toegang tot deze nieuwe digitale middelen of kunnen hier niet goed mee overweg. Zij worden dubbel getroffen door deze coronacrisis. Het moet een absolute en gezamenlijke prioriteit zijn van alle actoren om deze groep actief op te zoeken en ook te begeleiden," aldus Benjamin Dalle, Vlaams minister van Brussel, Jeugd en Media

Schermen worden evenveel gebruikt voor schoolwerk als voor ontspanning

Er is een mooie balans tussen schermtijd voor schoolwerk en schermtijd voor ontspanning: kinderen brengen even veel tijd door (50/50) achter het scherm voor schoolwerk als dat ze doen voor vrijetijdsbesteding. Al valt dit natuurlijk niet volledig in te schatten: "Het is moeilijk om in de gaten te houden of mijn kind echt aan het werken is voor school of aan het spelen is." "Ze zoeken iets op voor school en zijn daardoor snel afgeleid door pop ups en andere zaken."

Videobellen is stijger nummer 1, oma en opa zijn populair!

Zoals we reeds aanhaalden, is videobellen erg populair. Kinderen maken veel *calls* naar vrienden (57%), maar nog meer naar grootouders (81%). Het gaat dan niet enkel over de 'klassiekere' gesprekken vanop afstand, er wordt ook voorgelezen, samen gegeten of er worden spelletjes gespeeld. Op deze momenten kan een thuiswerkende ouder zijn/haar

aandacht wat lossen en zijn/haar kind even alleen laten met het scherm. Samen met grootouders gamen of chatten is dan weer minder aan de orde (respectievelijk 1,6 en 6,6 %), met vrienden onderling is het wel erg populair (18,5 en 18,9 %). "Schermen zorgen voor online contact met vrienden en die afweging is soms ook moeilijk te maken: te veel schermtijd is niet gezond, maar geen contact met de buitenwereld ook niet. Het houdt hen een stukje uit de sociale isolatie." Er is naast het online contact met vrienden en familie ook contact met leerkrachten. Een op drie belt met zijn/haar leerkracht, zo'n 10% gebruikt ook chat.

Ouders beleven het nieuws over corona samen met hun kind

Kinderen willen in deze bizarre tijden mee zijn met de actualiteit. Karrewiet blijft de belangrijkste nieuwsbron in de lagere school, maar al vanaf het eerste leerjaar kijkt de helft van de kinderen ook mee met ouders naar het nieuws. Doorheen de lagere school stijgt dit cijfer, zelfs tot 64% in het vijfde en zesde leerjaar. Het lijkt er dus op dat corona zo een alomtegenwoordig en ingrijpend onderwerp is, dat gezinnen het nieuws hierover samen 'beleven'.

Nieuwe tijden, nieuwe regels: gezinnen herbekijken hun schermafspraken.

Over schermtijd worden er tegenwoordig binnen gezinnen heel wat woorden 'vuil gemaakt'. 65% van de ouders geeft aan meer te praten over schermen binnen het gezin. Bij de ouders met kinderen vanaf 6 jaar geldt dit zelfs voor 71% van alle ouders. Bovendien leidt dat praten over schermtijd (in vele gevallen) ook tot conflicten. ⅓ van de ouders ervaren meer conflicten over schermen sinds de start van de coronamaatregelen.

Door het lange thuiszitten gelden in vele gezinnen andere/nieuwe afspraken rond schermen. 77% van de ouders geeft aan andere afspraken te hebben over schermtijd dan voor de coronamaatregelen. De nieuwe manier van leven dringt dus duidelijk ook door in het schermgebruik, er wordt gezocht naar een nieuwe balans tussen schermtijd en andere tijd. Het is soms moeilijk zoeken: "De eerste dag hebben we een planning gemaakt met beperkte schermtijd, die hebben we op dag 2 al versoepeld en op dag 3 helemaal laten varen."

Er wordt meer afgesproken over de tijdslots (36,5%) en die tijdslots worden in veel gezinnen verlengd: 71% van de ouders geeft aan dat ze de schermtijd uitbreiden. Voor wie geen tuin heeft en moeilijk naar buiten kan, komt extra schermtijd vaak in de plaats. "Normaal zijn ze uren aan het ravotten op school, dat valt nu weg."

Toch gaven ouders ook aan dat ze zich zorgen maakten (53%) over de schermtijd van hun kinderen aan de start van de coronamaatregelen. "Onze zoon blijft de eindeloze stroom aan filmpjes volgen, waardoor hij zijn energie niet kwijtspeelt". Bij 27% van de ouders viel het uiteindelijk beter mee dan verwacht, voor 12% van de ouders loopt de zoektocht naar

een goede balans in schermtijd moeilijker dan verwacht. De overige 61% maakte een juiste inschatting van de schermtijd binnen hun gezin. "Ik blijf redelijk consequent wat schermtijd betreft. Mijn oudste dochter kan wel een extra tabletkwartier verdienen, door eerst een leeskwartiertje te doen."

Schermen zijn tegenwoordig een ideaal zoethoudertje.

Ouders zijn in coronatijden blij dat er schermen zijn. 93% van de ouders gaf aan blij te zijn dat ze schermen hebben (zodat ze intussen zelf wat werk kunnen verrichten). "Het is heel moeilijk om thuiswerken te combineren met de 2 kinderen. Daarom wordt er makkelijker meer scherm- en gametijd gegeven." Schermen worden vaker als zoethoudertje gebruikt, zeker bij jonge kinderen. 68% van de ouders geeft aan dat ze schermen vaker gebruiken om hun kind bezig te houden dan anders. Bij de 0- tem 6-jarigen geeft zelfs 75% van de ouders aan dit te doen. "We gebruiken tv nu bewust om een beetje rust en ruimte voor onszelf als ouders te hebben, voor deze situatie keken ze enkel in het weekend even wat filmpjes en tv." De extra schermtijd zorgt bij ouders soms wel voor een schuldgevoel. "Het is handig, maar het knaagt wel."

Ouders maken zich zorgen over hoe ze de schermtijd later zullen terugschroeven.

Dat corona de verhoudingen tussen schermtijd en vrije tijd hertekent, is duidelijk. Videobellen is de grote winnaar om contact met vrienden en familie te onderhouden. Kinderen brengen nu meer tijd door achter het scherm, zowel voor school als ter ontspanning. Er is een mooi evenwicht in de schermtijd voor school en voor ontspanning. Schoolwerk blijft voor veel ouders wel een uitdaging: de combinatie met thuiswerk blijkt niet eenvoudig en er zijn niet in elk gezin genoeg toestellen voorhanden. Nieuwe afspraken zorgen voor conflicten en voor vele ouders rijst de vraag hoe het verder moet na corona. Kan je zomaar al je regels over schermen terugschroeven of is er een nieuw tijdperk aangebroken?

Enkele MediaNest tips

Zit je zelf nog met vragen over de schermtijd in jouw gezin? Dan kan je altijd een kijkje nemen op www.medianest.be. Hieronder alvast enkele tips van MediaNest:

1. Wees niet te streng voor jezelf, in deze coronatijden mag het al eens wat meer zijn. Voel je dus zeker niet schuldig als zoon- of dochterlief even extra voor de tv zit zodat je wat kan werken.
2. Vraag je je af wat 'te veel' schermtijd is? Zorg vooral voor een gezonde balans: laat gerust wat extra schermtijd toe, maar zet daar tegenover ook genoeg andere ontspanning: beweging, tekenen, koken, wandelen.

3. Heb je toch nog discussies over schermen? Kader dan nog eens duidelijk de problemen en maak aan je kind duidelijk dat er uitzonderlijk andere regels en afspraken gelden. Misschien helpt het als jullie de afspraken vastleggen op papier?
4. Online contact hoeft niet beperkt te blijven tot videobellen, chatten of gamen: experimenteer een keer met online (gezelschaps)spelletjes, samen koken of laat de grootouders een uurtje 'babysitten' door hen via videochat verhaaltjes te laten voorlezen of een spel te spelen.
5. Ontspannende schermtijd voor je kind hoeft niet passief te zijn: je kind kan zelf foto's trekken, video's maken ... En dat kan je ook samen doen! Al eens een TikTok video gemaakt met je kind? Weet dat je het eindresultaat niet moet online zetten!
6. Serveer nieuws op kindermaat als je merkt dat je kind zich zorgen maakt. Laat hen bijvoorbeeld naar Karrewiet kijken in plaats van het Journaal. Zo krijgen ze nieuws te zien, aangepast aan hun leeftijd.

Vragen?

- **Coördinatie en onderzoek MediaNest**
Karen Linten - 0476 45 53 66 - karen.linten@mediawijs.be
- **Persverantwoordelijke Mediawijs**
Elke Boudry - 0486258620 - elke.boudry@mediawijs.be

Over Mediawijs

Mediawijs is het Vlaamse Kenniscentrum Digitale en Mediawijsheid van de Vlaamse overheid en imec vzw. Mediawijs wil alle burgers van Vlaanderen en Brussel in staat stellen om bewust, actief, kritisch en creatief media te gebruiken om deel te nemen aan onze maatschappij.

Over MediaNest

MediaNest, een initiatief van Mediawijs i.s.m. meer dan 20 partners, is een website waar ouders terecht kunnen met al hun vragen over de mediaopvoeding van hun kind. Hoelang mag je kind naar een scherm kijken? Welke afspraken maak je rond games en sociale media? Op www.medianest.be vind je het antwoord.