

Leeuwarder Courant – 2 januari

Pubers lijken vergroeid met hun smartphone, is dat een vloek of zegen?

Auteur: Tim Fierant

Balk **Patti Valkenburg** is hoogleraar Media, Jeugd en Samenleving aan de Universiteit van Amsterdam. Zij doet al decennialang onderzoek naar de relatie tussen media en jongeren. Ze schreef meerdere boeken over de relatie tussen kinderen, jongeren en media, waaronder *Schermgaande jeugd* uit 2014.

Volgens **Valkenburg** zijn de debatten de afgelopen veertig jaar inhoudelijk veranderd, maar gaan ze eigenlijk ook steeds over hetzelfde: zorgen in de maatschappij, van ouders en docenten, over het media- en schermgedrag van kinderen en jongeren. „In de jaren tachtig waren we bezorgd over geweld op televisie. Later maakten we ons druk over reclame en de komst van commerciële zenders zoals RTL4. Weer later keken we met argusogen naar de eerste sociale media zoals cu2 en Hyves.”

Met de komst van al die innovaties waren er ook altijd ouders en leerkrachten die zochten naar een manier om hiermee om te gaan, weet **Valkenburg**. Ook nu is dat niet anders, in een tijd waarin kinderen op steeds jongere leeftijd een eigen mobiele telefoon krijgen en ze gebruik maken van sociale media als TikTok en Snapchat. Die apps maken gebruik van slimme algoritmes die in een mum van tijd precies weten welke filmpjes een kind leuk vindt, en die vervolgens eindeloos voorschotelen. Ouders vragen zich af of en in hoeverre ze dit gebruik moeten beperken, leerkrachten vragen zich af hoeveel telefoongebruik ze in het klaslokaal moeten toestaan.

'Tweezijdig zwaard'

Volgens **Valkenburg** verschilt de aantrekkingskracht die de telefoon en sociale media hebben per kind. „Ieder kind is uniek. Het is een tweezijdig zwaard, want veel jongeren noemen ook voordelen. Dat ze een beter gevoel voor humor ontwikkelen, of een betere kledingstijl. Maar ze worden er ook onzeker en jaloers van.” Onderzoek wijst volgens **Valkenburg** uit dat de positieve effecten nog altijd groter zijn dan de negatieve. Gamen verbetert de oog-handcoördinatie, leerprestaties, creativiteit, doorzettingsvermogen en het ruimtelijk inzicht. Van sociale media krijgen kinderen over het algemeen meer zelfvertrouwen en worden ze sociaal vaardiger. Via laptop of telefoon maken ze makkelijker vrienden en bestaande relaties worden intiemer.

Valkenburg weet uit haar eigen onderzoek dat sommige kinderen „simpelweg gevoeliger” zijn voor de verleidingen van de smartphone en sociale media. „Ze weten er best knap mee om te gaan hoor. Maar het allergrootste probleem is de weglekkende tijd. Er zijn kinderen die acht tot tien uur per dag op hun telefoon zitten. Als je ze daarnaar vraagt zeggen ze zelf ook wel dat dat wat veel is.”

„Maar we doen het zelf ook. Ouders zijn ook vergroeid met hun telefoon. Dus het is moeilijk te verdedigen. De telefoon voorziet nu eenmaal in een diepgewortelde behoefte, blijktbaar.”

'Enorme slaapttekorten'

Valkenburg ziet soms „enorme slaapttekorten” ontstaan omdat jonge pubers hun telefoon mee naar bed mogen nemen. „Daar moet je echt paal en perk aan stellen. Consistent handhaven. Dat is makkelijk gezegd, maar het is wel de enige manier.” Ouders die weten dat hun kind gevoelig zou kunnen zijn voor de invloed van sociale media, doen er volgens **Valkenburg** goed aan nog vóór de telefoon het huis in komt duidelijke afspraken te maken over gebruik.

Als ouder moet je volgens **Valkenburg** continu goed in de gaten houden of de balans uitslaat naar meer voordelen of meer nadelen. „Want helemaal verbieden kan eigenlijk ook niet. TikTok is overall, iedereen heeft het en een verbod kan er dan weer voor zorgen dat kinderen buiten de boot vallen.”

Volgens **Valkenburg** worden de gevaren van sociale media vaak overschat. „Voor de meeste kinderen geldt: het verbetert hun zelfvertrouwen en sociale vaardigheden. Er is maar één gevaar: dat ze er te veel mee bezig zijn.” Nog altijd wordt er veel waarde gehecht aan het stimuleren van het zelfvertrouwen van kinderen; volgens **Valkenburg** is het aanleren van zelfbeheersing minstens zo noodzakelijk.

De docenten: 'Ik wil hem niet zien'

Sietske van der Bij (41) is loopbaancoach en docent aan de bakkersopleiding van het Friesland College. Daar bepalen docenten zelf hoe in de klas met telefoons wordt omgegaan. „Dat is voor iedereen verschillend. Sommige collega's hebben het voor elkaar dat alle telefoons ergens op een tafel worden gelegd. Bij mij is het zo dat hij niet zichtbaar moet zijn. Maar hij is toch nog vaak aanwezig door geluidjes en getril.”

De telefoon kan in de klas verschillende functies innemen, weet Van der Bij, sommige positief en anderen negatief.

Het grootste probleem met mobieltjes is de weglekkende tijd