



Smartphonevrij opgroeien

Kinderen behoeden voor de schade en afleiding door smartphonegebruik. Dat is de missie van het ouderinitiatief Smartphonevrij Opgroeien. We spreken erover met Merel Uildriks, een van de initiatiefnemers, en Elize Jong, directeur van Onze Amsterdamse School.

TEKST: KARIN VAN BREUGEL BEELD: PIXABAY

De initiatiefnemers van Smartphonevrij Opgroeien hebben zich laten inspireren door Smartphone Free Childhood, een beweging die begin 2024 in Engeland startte. Uildriks zegt over haar eigen motivatie: 'Net als veel volwassenen heb ik een haat-liefdeverhouding met mijn smartphone. Zodra je kinderen een smartphone geeft, weet je dat dat een heel belangrijk ding wordt in hun leven. Vorig jaar vroeg ik me steeds vaker af: waarom doen we dat eigenlijk?' Nadat Uildriks een webinar van Smartphone Free Childhood had gevolgd, ging het balletje rollen en waren er al snel zeven gedreven ouders die in Nederland een ouderbeweging wilden beginnen. Zij pleiten voor uitstel van het geven van een smartphone aan kinderen. Voor de zomer lanceerden zij hun website. Uildriks: 'Vanaf dag één zijn we overspoeld door reacties van ouders, scholen, politici en bedrijven. Binnen de kortste keren had onze nieuwsbrief vierduizend abonnees en

hebben ouders van tweehonderd scholen in Nederland zich aangesloten bij de ouderbeweging. Dit is duidelijk een onderwerp dat veel mensen bezighoudt.'

IMPACT VAN SMARTPHONES

Er komt steeds meer wetenschappelijk bewijs over de impact van smartphones op kinderen en tieners. Zo reduceren smartphones het concentratievermogen en correleren ze met mentale gezondheidsproblemen. Ook zijn ze enorm verslavend. Uildriks zegt daarover: 'De vormgeving, inrichting en content is volledig gericht op het verslaafd maken van de gebruiker. Voor volwassenen is het al een grote uitdaging om daar weerstand aan te bieden, maar voor kinderen

is dat helemaal niet te doen. Hun brein is nog niet af, de impulscontrole is nog nauwelijks ontwikkeld.'

Elize Jong, directeur van Onze Amsterdamse School, voegt daaraan toe: 'Als je vroeger naar huis ging, kon je de sociale omgeving van school even achter je laten. Thuis was een plek waar je rust kon nemen. Door de smartphone nemen kinderen de sociale omgeving mee naar huis en begeven zij zich eigenlijk de hele tijd met elkaar in een groep. We zien bijvoorbeeld ook kinderen met een smartphone die nog heel laat online zijn en sterk de behoefte voelen om elke dag iets te posten. Ik vind het ook zorgelijk dat kinderen zich online niet zo goed kunnen gedragen. Het communiceren via een scherm is vervreemdend. Kinderen zeggen soms de meest vreselijke dingen tegen elkaar die ze in de normale wereld nooit zouden zeggen. Omdat kinderen elkaar niet zien, wordt de communicatie onpersoonlijk.'

BEDREIGING

Het lijkt alsof sociale media ervoor zorgen dat kinderen meer met elkaar in verbinding staan en van elkaar kunnen leren, maar eigenlijk is dat niet zo, zegt Uildriks. 'Algoritmes bepalen wat kinderen zien, ze zitten in hun eigen echokamer. Dat druist in tegen het Kinderrechtenverdrag, dat bepaalt dat jongeren recht hebben op informatie. Sociale media ontnemen kinderen informatie.' 'Klopt', zegt Jong. 'In het kader van burgerschapsvorming mag je dat gerust een zorgelijke ontwikkeling noemen. Wat ik ook een belangrijk punt vind: de leesvaardigheid. Die is afgelopen jaren gedaald en blijft maar dalen. Er zijn aanwijzingen dat dit deels verklaard kan worden door het bovenmatige gebruik van de smartphone. Dat vind ik aannemelijk klinken. Als je op je smartphone zit, ben je niet aan het lezen. En als je wel aan het lezen bent, heb je een bepaalde mate van rust, focus en concentratie nodig. Met die smartphone naast je word je steeds afgeleid.'

SOCIALE DRUK

Wat zeker gezegd moet worden: Smartphonevrij Opgroeien is niet tegen smartphones. Dat scholen aandacht besteden aan digitale vaardigheden en mediawijsheid vindt Uildriks heel belangrijk. De ouderbeweging verzet zich alleen tegen het automatisme waarmee kinderen op de basisschool een smartphone krijgen. Uildriks: 'Op het moment dat een kind bijvoorbeeld zelf op de fiets naar school of naar de sportclub gaat, is een telefoon natuurlijk heel handig. Maar wij zeggen: begin met een simpele telefoon, zonder internet: een 'start-phone'. Nu heeft zo'n 90 procent van de 11-jarigen al een smartphone. Ouders hebben het gevoel dat ze geen ruimte hebben om hierin een andere keuze te maken; de sociale druk is enorm. Wij denken dat dat anders zou moeten zijn, dat er ruimte moet zijn voor een bewuste en onderbouwde keuze. Uit de sociologie weten we dat groepsdruk verdwijnt als 25 procent van de groep anders besluit. Dat zijn in een gemiddelde klas dus maar zes of zeven kinderen.' Jong zegt over die sociale druk: 'Die is er gewoon, dat geldt in principe voor

alles wat kinderen doen, dus ook voor die telefoon. De meeste ouders willen dat hun kind erbij hoort en niet te ver afwijkt.'

LANDELIJKE COMMUNITY

De ouderbeweging wil dat er ruimte komt voor kinderen om zonder smartphone op te groeien. 'We kunnen wel denken: de smartphone hoort bij deze tijd. Maar is dat wel zo? De eerste iPhone kwam pas in 2007 op de markt. Zoals bij elke beweging komt er ook een tijd voor bezinning en hervorming. Zitten we met z'n allen op de goede weg en willen we dat ons kind met een smartphone opgroeit? Wij nodigen ouders uit om hierover in gesprek te gaan', aldus Uildriks.

'Dit houdt duidelijk veel mensen bezig'

Ouders die de aanschaf van een smartphone willen uitstellen kunnen een WhatsApp-groep starten, bijvoorbeeld met mede-ouders van school. De WhatsApp-groep kan zich aansluiten bij de community van Smartphonevrij Opgroeien. Op de site van de ouderbeweging staan informatie en een toolkit om het gesprek te starten met mede-ouders, bijvoorbeeld tijdens een ouderavond of koffieochtend. Uildriks' advies: 'Houd zo'n bijeenkomst laagdrempelig. Heb het gewoon met elkaar over de smartphone en over de mogelijkheid om de aanschaf uit te stellen totdat het kind wat ouder is. Ik heb er vertrouwen in dat er verandering kan plaatsvinden. Ook internationaal zien we hoopgevende ontwikkelingen. Ouderbewegingen schieten uit de grond en in landen als Frankrijk en Australië is inmiddels wetgeving in de maak.' Jong besluit: 'Er is helemaal niks mis met het beschermen van kinderen. Ik denk dat we het over pakweg tien jaar een schande vinden dat we dit allemaal gewoon lieten gebeuren en dat het net zoiets wordt als met roken en drinken: dat stel je gewoon uit!' ◀

Meer info

Lees meer over de ouderbeweging Smartphonevrij Opgroeien en over hoe u kunt meedoen op www.smartphonevrijopgroeien.nl

