

De Houding en Aanpak van Ouders met betrekking tot Schermtijd van Kinderen van 8-12 jaar Binnen de Gezinscontext tijdens de COVID-19 Periode:

Een Kwalitatief Explorerende Studie

Kim Horsselenberg 6938922, Thirza van de Hoven 5830710

Premaster Clinical Child Family & Education Studies, Bachelor Pedagogische Wetenschappen,
Universiteit Utrecht

Docent: Dr. Paul L.M. Baar

Tweede beoordelaar: Dr. Esther Rutten

Cursus: Bachelor Thesis (200600042)

Datum: 02-07-2020

Abstract

Media screens are becoming more accessible and since the corona period, the time children spend behind a screen has increased by an hour per day on average. The aim of this exploratory study was to gain insight into the attitude and approach of parents with regard to screen time of their children aged 8 to 12 and to what extent this has changed through the COVID-19 period. From qualitative data obtained from 12 parents based on the ASE-behavioralinfluencingmodel, it was found that parents generally have a positive attitude towards screen time. However, less screen time is desirable. A good approach is setting rules and talking with children about screen time. With this, parents are not aware of the influences of their environment. Finally, more difficulties are experienced because of the COVID-19 period in shaping screen time, which reduces the sense of self-effectiveness. The attitude and approach of parents relaxes, which increases screen time. The main implication is therefore to provide information and organize courses to raise awareness and help with the parental approach to screen time.

Keywords: Screentime, ASE-model, COVID-19, Familycontext

Samenvatting

Media beeldschermen worden steeds toegankelijker en sinds de corona periode is de tijd die kinderen besteden achter een beeldscherm gemiddeld met een uur per dag toegenomen. Het doel van deze explorerende studie is inzicht krijgen in de houding en aanpak van ouders met betrekking tot schermtijd van hun kinderen van 8 tot 12 jaar en de mate waarin dit is veranderd door de COVID-19 periode. Kwalitatieve data is verkregen bij 12 ouders gebaseerd op het ASE-gedragbeïnvloedingsmodel. Hieruit is gebleken dat ouders over het algemeen een positieve houding hebben over schermtijd. Minder schermtijd is echter wel wenselijk. Een goede aanpak wordt vormgegeven door regels te stellen en het in gesprek gaan met de kinderen. Ouders zijn zich hierbij niet bewust van de invloed van de omgeving. Tot slot worden door COVID-19 meer moeilijkheden ervaren met het vormgeven van schermtijd, wat voor vermindering van gevoel van eigen effectiviteit zorgt. Mede hierdoor versoepelt de houding en aanpak van ouders waardoor de schermtijd toeneemt. De belangrijkste implicatie is daarom informatieverstopping en het organiseren van trainingen voor meer bewustwording en hulp bij de aanpak voor ouders.

Trefwoorden: Schermtijd, ASE-model, COVID-19, Gezinscontext

De Houding en Aanpak van Ouders met betrekking tot Schermtijd van Kinderen van 8-12 jaar Binnen de Gezinscontext

Technologie wordt toegankelijker binnen de gezinscontext (ouder(s) en overige gezinsleden). Door interactie met peers en het observeren en imiteren van ouders, leren kinderen al vanaf jonge leeftijd met elektronica, zoals tablets, telefoons en tv's, om te gaan (Nikken & Jansz, 2013). Daarbij groeit de consumptie van schermen en digitale media onder kinderen steeds meer (AJN, NVK, & V&VN, 2018; Blum-Ross & Livingstone, 2016; Coates, Hardman, Halford, Christiansen, & Boyland, 2019). Het gemiddeld aantal minuten dat een kind per dag achter een tablet of smartphone zit is gestegen van 90 minuten in 2012 tot 106 minuten in 2018 (Nikken, 2019). Binnen het CBS zijn nog geen cijfers te vinden over de schermtijd bij kinderen onder de 12 jaar. Wel blijkt dat in 2012, 61.5% van de personen van 12 jaar en ouder gebruik maakte van internetactiviteiten, en in 2019 wel 87.4% (Statline, 2019).

In de huidige situatie rondom COVID-19 wordt iedereen in Nederland verzocht zoveel mogelijk thuis te blijven. Door deze ontwikkeling is er bij gezinnen een toename in de tijd die kinderen achter een beeldscherm doorbrengen. De tijd die jonge kinderen gemiddeld besteden aan een beeldscherm zou sinds de corona crisis met bijna een uur per dag zijn toegenomen (Veltman & Nikken, 2020). Doordat dit huidige onderzoek wordt uitgevoerd in deze periode, zal dit worden meegenomen door expliciet te kijken naar mogelijke veranderingen in de houding en aanpak van ouders voor- en tijdens de COVID-19 periode.

Schermtijd verwijst in dit onderzoek naar het gebruik van media beeldschermen waarbij kinderen een minimale inspanning verrichten zoals, liggen, zitten, etc, oftewel: sedentair gedrag (NJI, 2015; Pate, O'Neill, & Lobelo, 2008). De activiteiten waaraan deze schermtijd wordt besteed hebben verschillende doelen. Zo zijn er activiteiten voor ontspanning en vermaak, voor sociale interactie en voor educatieve doeleinden (Chassiakos, Radesky, Christakis, Moreno, & Cross, 2016). Op het moment van deze studie waren de scholen gesloten en volgden de kinderen online onderwijs vanuit huis. Hierdoor zal er een stijging zijn in schermtijd met educatieve doelen (Veltman & Nikken, 2020).

Schermtijd en mediagebruik kennen een aantal positieve effecten. Zo zou het bijdragen aan de informatieverwerking, kennisverbreding en het zelfvertrouwen van kinderen (Green & Bavelier, 2003; NJI, 2015) Volgens Strasburger, Jordan en Donnerstein (2010) zou het ook de empathie en taalvaardigheid van kinderen vergroten. Daarnaast verbetert het de communicatie en

betrokkenheid met peers, en doet een kind nieuwe leerervaringen op (Chassiakos et al., 2016). Wel wordt hier benadrukt dat dit alleen geldt wanneer het medium is aangepast op de leeftijd van de kinderen en wanneer de schermtijd beperkt blijft.

Daarnaast kunnen er ook belangrijke negatieve effecten van overmatig mediagebruik zich voordoen. Zo zou het een negatieve invloed hebben op de slaapkwaliteit, aandachts- en leervermogen van kinderen (Di Bartolo & Braun, 2017; Moreno, 2013). Daarbij zorgt meer schermgebruik vaak voor minder fysieke activiteit (Burdette & Whitaker, 2005), wat de kans op problematiek zoals overgewicht verhoogt (Hernandez, Garcia, & Amankwah, 2019). Bovendien is te lang en te vaak stilzitten niet gunstig voor de lichamelijke en motorische ontwikkeling van kinderen (Pagani, Fitzpatrick, Barnett, & Dubow, 2010). Het is daarom van belang de schermtijd en mediagebruik van kinderen te controleren en te beperken.

Ouders spelen over het algemeen een grote rol in het leven en bij de schermtijd van hun kinderen (Blum-Ross & Livingstone, 2016; Clark, 2011). Bij het controleren en verminderen van sedentair gedrag, zou de betrokkenheid van familie en ouders een belangrijke factor spelen (Biddle, Petrolini, & Pearson, 2014). Zo zouden kinderen uit gezinnen waar minder tijd en aandacht van ouders beschikbaar is (bijvoorbeeld eenoudergezinnen), meer tijd achter een scherm doorbrengen dan hun peers (Langøy, Smith, Wold, Samdal, & Haug, 2019). Dit onderzoek zal zich focussen op ouders uit gezinnen, waarbij één of meer kinderen tussen de 8-12 jaar zijn en thuis wonen. Voor deze leeftijdsgroep is gekozen omdat in deze periode nog veel invloed van de ouders aanwezig is, maar kinderen ook eigen verantwoordelijkheden krijgen. Daarnaast ontwikkelen zij op deze leeftijd hun sociale identiteit waarbij ook in het virtuele leven de invloed van peers een grote rol speelt (Delfos, 2015). Schermtijd maakt contact makkelijker en laagdrempeliger. In deze leeftijdsfase staat ook het ontwikkelen van cognitieve vaardigheden centraal, waar schermen gebruikt kunnen worden om dit doel te behalen (Delfos, 2015). Tevens is er nog weinig bekend over de schermtijd van deze doelgroep. Daarom is het interessant om de houding en attitudes van ouders bij deze leeftijd te onderzoeken.

Het doel van dit onderzoek is inzicht te krijgen welke factoren bijdragen aan een goede houding en aanpak naar de mening van ouders met betrekking tot de schermtijd van hun kinderen in de corona periode. Dit door achterliggende kwalitatieve verhalen van de al bestaande kwantitatieve resultaten en eerder besproken literatuur over schermtijd bij kinderen te verkrijgen. Zo kan de stijging in schermtijd tijdens de corona-periode beter begrepen worden. Interventies

die momenteel beschikbaar zijn, zijn niet ingericht op de omstandigheden tijdens corona periode, zoals het thuiswerken van ouders en het thuisonderwijs van kinderen. Dit terwijl wordt verwacht dat in de toekomst thuis- en online werken steeds vaker voor zal komen (Breat, Lippens, Moens, Sterkens & Weytjens, 2020). Daarom zal dit onderzoek implicaties formuleren voor organisaties zoals het NJI, zodat zij de resultaten kunnen gebruiken om specificatie in te brengen in huidige interventies en beter te kunnen aansluiten op de vaardigheden, wensen en behoeften van ouders naar aanleiding van de corona periode.

Er zijn verschillende interventies die gebruik kunnen maken van de implicaties. Zo is er een poster als onderdeel van de voorlichtingscampagne van de nationale denktank (2019) over de gevolgen van schermtijd ontwikkeld. Daarnaast is er de toolbox mediaopvoeding van het Nederlands Jeugdinstituut. Hierin staat per leeftijdscategorie beschreven welke risico's en voordelen media kan hebben op kinderen. Ook biedt de toolbox handvaten en tips voor zowel ouders als professionals (NJI, 2015). Tevens zijn er interventies over mediagebruik tijdens de corona crisis online gegaan. Zo geeft het Nederlands Jeugdinstituut tips voor ouders hoe ze thuisonderwijs kunnen inrichten (NJI, 2020).

Dit onderzoek zal zich focussen op de vraag: *Wat is de houding en aanpak van ouders met betrekking tot de schermtijd van kinderen van 8-12 jaar binnen de gezinscontext tijdens de COVID-19 periode?* De houding van ouders speelt een belangrijke rol bij de schermtijd van hun kinderen (Lauricella, Wartella, & Rideout, 2015). Zo zouden kinderen waarvan de ouders geloven dat schermtijd bijdraagt aan positieve emotionele uitkomsten, meer schermtijd hebben dan hun peers waarvan ouders zich zorgen maken over de risico's van mediagebruik (Nikken, 2018). Ook zou de schermtijd van kinderen worden beïnvloed door mediavaardigheden en kennis van de ouders en het zelfvertrouwen dat ouders hadden in het controleren van de schermtijd (Nikken & Opreë, 2018).

Om deze houding van ouders met betrekking tot schermtijd in kaart te brengen, wordt gebruik gemaakt van het ASE-model. Dit model is afgeleid van de Theory of Planned Behaviour (TPB). Het belang van het ASE-model helpt om gedrag te begrijpen en beredeneren (Ajzen, 2011; Pelling & White, 2009). Hierdoor worden de verbanden tussen de houding en aanpak duidelijk en kunnen interventies concreet inspelen op de oorzaken van het gedrag. Het ASE-model stelt dat de intentie om bepaald gedrag te vertonen uiteindelijk leidt tot het uitvoeren van gedrag. Deze gedragsintentie wordt in dit onderzoek de houding van ouders genoemd, en wordt

bepaald door de gedragsdeterminanten attitudes, ervaren sociale invloeden en eigen-effectiviteit (Kloek, van Lenthe, van Nierop, Schrijvers, & Mackenbach, 2006).

Houding

Attitude. De attitude is de houding van ouders ten opzichte van het gedrag op het gebied van schermtijd en wordt bepaald door ervaringen en overtuigingen ten opzichte van het gedrag. Dit is onder te verdelen in cognitieve (kennis), affectieve (gevoel en emotie) en conatieve (gewoonten) overtuigingen (Van Halem, 2013). Verwacht wordt dat meer kennis over nadelen van schermtijd en negatieve gevoelens zorgt voor een strengere aanpak om de schermtijd te beperken. Bij meer kennis over voordelen van schermtijd en positieve gevoelens zal het kind meer worden losgelaten en vrijheid krijgen op het gebied van schermtijd.

Ervaren sociale invloeden. Onder ervaren sociale invloeden valt onder andere de gezinsleden, maar ook de invloeden van buitenaf zoals mede-opvoeders, de sociale kring, media en scholen. Dit is te onderscheiden in sociale steun en sociale druk. De definitie is afgeleid van een combinatie tussen opvattingen van Van Halem (2013) en Hazelzet, Sanders, Langelaan, Giesen, & Keijzer (2011). Verwacht wordt dat ouders sociale steun als positief ervaren wat zorgt voor positieve reinforcement van de huidige houding op schermtijd en sociale druk als negatief wordt ervaren wat voor verandering van de houding zorgt.

Eigen effectiviteit. Onder eigen effectiviteit wordt verstaan: De verwachtingen die de ouder heeft wat betreft zijn eigen mogelijkheden om het gewenste gedrag uit te voeren. Daarbij gaat het over praktische zaken, zoals tijd hebben en komen zelfvertrouwen, onzekerheden en ontwikkelpunten (Hazelzet et al., 2011; van Halem, 2013). Verwacht wordt dat meer tijd, meer zelfvertrouwen en minder onzekerheden zorgt voor meer gevoel van eigen effectiviteit waardoor een positieve houding over schermtijd ontstaat.

Omgevingsfactoren. Omgevingsfactoren zijn factoren die invloed hebben op de houding en het gedrag, waar de persoon zelf geen invloed op heeft (Kloek et al., 2006). Door de huidige COVID-19 crisis is er veel invloed vanuit de maatschappij op het gezinsleven. Zo is bepaald dat veel ouders thuis moeten werken en dat kinderen thuisonderwijs krijgen. De verwachting is dan ook dat ouders een meer flexibele houding krijgen tegenover schermtijd door van de COVID-19 periode. De verandering in houding heeft op zijn beurt weer invloed op de aanpak van ouders. 84% Van de ouders zou blij zijn met schermtijd om kinderen bezig te houden in de corona

periode (Netwerk Mediawijsheid, 2020). De verwachting is dus dat ouders meer toelaten op het gebied van schermtijd en dat hun aanpak hierop wordt aangepast.

Aanpak

De genoemde gedragsdeterminanten bepalen de intentie en dit gecombineerd met barrières en vaardigheden, zorgt voor gedrag. De daadwerkelijke gedragingen die ouders uitvoeren op het gebied van schermtijd, wordt in dit onderzoek de aanpak van ouders genoemd (Kloek et al., 2006). De aanpak is van belang omdat interacties tussen kind- en ouder factoren een grote rol spelen bij schermtijd (Lauricella, Wartella, & Rideout, 2015). Een voorbeeld van een gedraging is dat ouders schermtijd als beloning gebruiken, of schermtijd ontnemen als strafmaatregel (Jordan, Hersey, McDivitt, & Heitzler, 2006). Een ander voorbeeld is dat ouders geen regels en consequenties opstellen betreffende scherm gebruik van hun kinderen, dit om conflicten te voorkomen, en om de kinderen bezig te houden of te kalmeren (Domingues-Montanari, 2016; Evans, Horner, & Jordan, 2011). Dit terwijl volgens Valkenburg, Piotrowski, Hermanns, & De Leeuw (2013) het stellen van regels een essentieel onderdeel is van media opvoeding. Ten slotte zouden ouders wel interesse hebben om stappen te ondernemen in het verminderen van schermtijd van hun kinderen, maar onzeker zijn over hun aanpak (Jordan et al., 2006).

Methode

Type onderzoek

Om meer inzicht te krijgen in de houding en aanpak van ouders met betrekking tot de schermtijd van hun kinderen, is er kwalitatief onderzoek gedaan. Op deze manier is er naast de kwantitatieve resultaten die al bekend waren, meer inzicht verkregen in de achterliggende mening, attitudes en omgevingsinvloeden op de houding en aanpak van ouders. Dit zodat er geanticipeerd kon worden op meer empirisch onderbouwde en verklarende informatie en interventies die de praktijk verbeteren (Britten, 2011). De kwalitatieve onderzoeksmethode is een diepte interview zodat een diepgaand beeld verkregen kon worden van individuele opvattingen en meningen (Boeije, 2010).

Respondenten

De onderzoekspopulatie voor dit onderzoek waren ouders van kinderen in de leeftijds categorie 8 t/m 12 jaar. Er werd gestreefd naar inhoudelijke representatie zodat de resultaten als indicatie kunnen dienen voor soortgelijke situaties met andere ouders. Door de

crisis rondom COVID-19 waren de scholen gesloten en moesten mensen zo veel mogelijk thuisblijven. Omdat het onzeker was hoe de ontwikkelingen rondom dit virus zouden verlopen, werden de interviews via online kanalen afgenomen. Tevens was Nederland in een intelligente lockdown, waardoor de keuze werd gemaakt voor een gemakssteekproef. Dit hield in dat er via sociale media kanalen oproepen werden gedaan om ouders te werven. Ook zijn er ouders vanuit de omgeving van de onderzoekers benaderd. Er zijn in totaal 12 respondenten geïnterviewd, waarvan 1 ouderpaar (man en vrouw) en 10 vrouwen.

Instrumenten

De dataverzamelmethode die is gebruikt voor deze studie bestond uit semigestructureerde diepte-interviews. Deze interviews werden online afgenomen aan de hand van een topiclijst. Eerst werd algemene geografische informatie bevestigd. Daarna werden er vragen over attitudes (bv. Wat vindt u van de schermtijd van uw kind(eren)?), ervaren sociale invloeden (bv. In welke mate voel je steun over de moeilijkheden op het gebied van schermtijd?), eigen effectiviteits verwachtingen (bv. In welke mate denk u controle te hebben over het schermtijd gedrag van uw kind?) en de aanpak (bv. Wat onderneemt u om de schermtijd van de kinderen vorm te geven?) tijdens de COVID-19 en daarvoor gesteld. Dit werd in eerste instantie gedaan via videobellen. Omdat niet werd verwacht dat de aanpak en houding met betrekking tot schermtijd als een gevoelig onderwerp ervaren werd, zagen de onderzoekers geen probleem in deze vorm van afname. Op deze manier konden de interviewers doorvragen en kon zowel de interviewer als de geïnterviewde voor duidelijkheid en opheldering vragen en konden er thema's aan het licht komen die van tevoren niet waren geanticipeerd. Hierdoor kon er een uitgebreid en omvattend interview worden afgenomen en kon de interne validiteit worden gewaarborgd.

Procedure

De topiclijst was voorafgaand aan de interviewfase getest door middel van proefinterviews. Aan de hand daarvan zijn vragen aangescherpt. Om de validiteit en betrouwbaarheid te kunnen waarborgen, is er voor een duidelijke opbouw van het interview gezorgd, welke van te voren is besproken, en werden interview technieken zoals regelmatig samenvatten en parafraseren toegepast. De semi-gestructureerde interviews duurden ongeveer 45 minuten. Voor de start van elk interview is er een informed consent doorgenomen en ondertekend door de respondent welke het ondertekende document terug hebben gestuurd.

Hierna werd er een voice-recorder aangezet die het interview heeft opgenomen. Om anonimiteit van de geïnterviewden te waarborgen werden de geluidsopnames achteraf anoniem getranscribeerd volgens de intelligent verbatim transcript methode in een document. De geluidsopnames en transcripten zijn opgeslagen op de U;schijf van de Universiteit Utrecht.

Analyse

Data-analyse is gedaan met behulp van het programma Nvivo. Aan de hand van de kwalitatieve analysemethode van Boeije (2010) werden eerst de tekstfragmenten geselecteerd op relevantie voor de onderzoeksvragen op basis van de vooraf geoperationaliseerde thema's van het ASE-model. Vervolgens werden deze tekstfragmenten gelabeld volgens open coderen en heeft op basis van deze labels middels axiaal coderen een deductieve analyse plaatsgevonden. De labels zijn conceptueel zo dicht mogelijk bij de oorspronkelijke citaten van de respondenten gebleven. Ten slotte werd door selectief coderen thema's samengevoegd en een antwoord gegeven op de hoofdvraag. Om de construct validiteit en betrouwbaarheid van de analyse te waarborgen, waren de onderzoekers tijdens de gehele analysefase in overleg. Bij meningsverschillen over de analyses zijn de onderzoekers in discussie gegaan zodat er consensus kon worden bereikt.

Resultaten

In deze resultatensectie worden de belangrijkste kernlabels besproken, welke cursief zullen worden weergegeven in de tekst, die vanuit de kwalitatieve analyse van interviews met 12 ouders zijn verkregen. Deze resultaten moeten opgevat worden in licht van corona periode. Doordat veel ouders in de corona periode thuis werkten en kinderen thuisonderwijs kregen, is de schermtijd, zoals verwacht, per dag meer geworden (behalve bij één ouder). Ook hebben ouders veranderingen in de houding en aanpak van schermtijd in deze periode omschreven. Deze houding is uitgewerkt in de gedragsdeterminanten attitude, ervaren sociale invloed en eigen effectiviteit, volgens het eerder genoemde ASE-model. Ook zijn de omgevingsfactoren en de aanpak beschreven.

Houding

Attitude. Ouders hebben veel *verschillen in de tijd* die kinderen aan schermtijd besteden omschreven. Waarbij sommige kinderen de hele dag door toegang hadden tot schermen en andere werden beperkt tot maximaal 1.5 uur per dag. Ondanks deze verschillen hadden alle kinderen wel toegang tot eigen of gedeelde schermen. Een resultaat was dat ouders op *de hoogte*

waren van mogelijke *effecten van schermtijd*. Hierbij benoemden zij elf voordelen en negentien nadelen. Enkele voordelen waren het leren van nieuwe vaardigheden, behendiger worden, minder eenzaamheid en het educatieve aspect dat schermtijd kan bieden. Veel genoemde nadelen waren dat kinderen minder zouden bewegen, minder buiten zouden zijn, individualistischer worden en dat er gevaren zijn aan internetgebruik. Daarnaast zijn er ook enkele ouders die hadden aangegeven het gevoel te hebben dat ze *niet op de hoogte zijn van de effecten*: “Wat precies de effecten zijn weet ik niet”(5).

Uit de interviews kwam geen eenduidig antwoord naar voren over het gevoel van ouders over de mate van schermtijd. Zo gaven drie ouders aan *schermtijd te veel* te vinden, en waren acht ouders *tevreden over de hoeveelheid schermtijd* bij hun kind(eren). Met als genoemde reden dat het met de kinderen goed gaat. Ook het doel van schermtijd speelt een rol. Zo vonden ouders *educatieve schermtijd beter* dan schermtijd voor vermaak en ontspanning: “Ze kijken ook wel educatieve filmpjes waar ze veel van leren en dat vind ik erg positief” (5).

Hierbij werd echter benoemd dat schermtijd niet teveel moet worden. Ook hadden ouders benoemd dat zij liever hebben dat kinderen *alternatieve activiteiten* ondernemen in plaats van schermtijd, bijvoorbeeld het lezen van een boek of buitenspelen. Ondanks dat het merendeel van de ouders tevreden was over de schermtijd van de kinderen, gaven alle ouders wel aan dat *minder schermtijd* voor hun kind *wenselijk* is. “Mijn ideale wereld zou zijn dat ze ‘s ochtends en in de avond een uurtje tv kijken. Maar dat past ook niet meer bij deze tijd dus dat kan ik niet van ze verwachten” (4). De vraag die hierbij gesteld kan worden is wat de redenen zijn dat ondanks de aangegeven tevredenheid, minder schermtijd wel wenselijk is.

Andere factoren die invloed hadden op de attitude van ouders was ten eerste dat *door de corona periode ouders soepeler* zijn geworden in het omgaan met schermtijd van de kinderen. Hierbij zou het *wegvallen van veel alternatieve activiteiten* van kinderen, zoals sport en school, meespelen.

“Ik gun het hem wel en daarom doe ik daar nu niet moeilijk over. en dat heb ik ook uitgelegd, dat het nu andere tijden zijn en dat we daar nu soepeler in zijn. en dat als alles weer normaal zou zijn dat dingen dan wel weer anders worden bekeken” (7).

Ten tweede hebben ouders aangegeven het belangrijk te vinden *inzicht en controle te hebben in de schermtijd* van de kinderen. Zij vonden dat het hun taak is om de schermtijd te sturen en kinderen bewust te maken van de gevaren en de consequenties. Wel werd hierbij

aangegeven dat het *lastig te controleren* is wat er precies achter schermen gedaan wordt en hoelang de kinderen schermtijd hebben. “Met de corona periode wil je zelf ook nog werken, ik kan niet constant alles als een politieagent gaan controleren (...) dus daar pakt hij wel wat extra schermtijd” (7). Ten derde hadden zes ouders genoemd dat ze positiever zijn over schermtijd wanneer ze zien dat *kinderen er plezier door hebben*.

“Hij heeft heel veel plezier, als hij met zijn vriendjes een spel speelt. dat is heel leuk, ik vind het af en toe ook heel leuk om te horen. want dan heeft hij net zoveel plezier als wanneer hij met zijn vriendjes thuis speelt” (7).

Een andere factor was dat schermtijd *op educatief gebied veel voordelen* heeft zoals het verbeteren van taalontwikkeling en het ontwikkelen van vaardigheden en techniek. Ten slotte werd als veelgenoemde negatieve factor op de attitude van ouders benoemd dat *schermtijd irritatie opwekt* bij ouders wanneer kinderen er in blijven hangen of wanneer ze doorzeuren langer schermtijd te willen “Ook merk ik dat ze uitstelgedrag krijgen. Daar word ik wel geïrriteerd van” (5).

Ervaren sociale invloed. “Ja maar dat is meer een gelijklopende mening (...) zij hebben met dezelfde problematiek te maken, dus ik merk wel dat de lijn die wij volgen dat dat ook min of meer hun lijn wel is” (7).

Het merendeel (8) van de geïnterviewde ouders hadden aangegeven schermtijd *met andere ouders te bespreken*. Hierbij werd onder andere beschreven dat er *begrip en herkenning* wordt ervaren van andere ouders. Oordelen en verwachtingen werden daarentegen niet gedeeld. Ook hadden vijf ouders aangegeven dat hun handelen op het gebied van *schermtijd niet wordt beïnvloed door andere ouders*.

“Ja ieder zijn eigen ding. (...) ik heb daar geen mening over want iedereen moet voor zichzelf bepalen hoe jij je kind opvoedt en ja. ik kan wel zeggen het is slecht wat ze doet maar zij vindt het goed dus dan is het goed”(10).

Dit roept de vraag op of dit daadwerkelijk het geval is, of dat ouders niet op de hoogte zijn van de beïnvloeding waar ze aan worden blootgesteld.

Uit de interviews was geen eenduidig antwoord te concluderen over het ervaren van sociale druk over het onderwerp schermtijd. Ouders hadden wel aangegeven dat hun *eigen houding en aanpak niet veranderd* door de meningen van anderen. Ze zijn ervan op de hoogte dat anderen een andere mening hebben, wat hen aan het denken kan zetten, maar blijven doen

wat ze zelf goed vinden. “Ik merk wel eens dat wanneer ouders hun kind hier op komt halen, dat ouders dan zien dat ze net op de schermen mogen. Dan voel ik wel alsof ik dat moet uitleggen”(4).

Eigen effectiviteit/vaardigheden. Ouders omschreven een aantal factoren die hun eigen effectiviteit op het gebied van schermtijd stimuleert. Zo werden *relaxed* zijn, *consequent*, *duidelijk* en *flexibel* zijn als meest genoemde *positieve eigenschappen* beschreven. Ouders gaven ook aan *tevreden* te zijn *over de controle* die zij hebben over het schermtijd gedrag van hun kinderen. Dit omdat de *kinderen luisteren* naar de regels en grenzen die door de ouders worden opgesteld. “Als ik zeg dat de telefoons weg moeten dan gaan ze gewoon weg (...) en dan wordt er ook gewoon naar geluisterd”(11). Vijf van de twaalf ouders omschreven zich *bewust* te zijn van hun *voorbeeldfunctie* “Je moet zelf het goede voorbeeld geven want anders kun je het ook niet van je kinderen verwachten”(6).

Factoren die de eigen effectiviteit *belemmeren* was onder andere het *combineren van werk, aandacht geven en zicht houden* op schermtijd. Door alle drukte gaven ouders aan bang te zijn tekort te schieten in hun aanpak van schermtijd. Daarbij werd aangegeven dat *schermtijd op momenten fijn is* om te helpen bij het combineren van de verschillende taken die nu vanuit huis geregeld moeten worden. “Maar ook als ik iets moet doen voor werk, en ze hebben ruzie. Dan vind ik het ook fijn als ze even op schermtijd kunnen” (4). “Dan heb je zoiets van ga ff lekker film kijken dan heb ik ook even een momentje rust” (8).

Andere veelgenoemde factoren die een negatieve invloed hadden op een verhoogde eigen effectiviteit waren *angst om controle te verliezen, niet op een lijn zitten als ouders, niet bewust zijn van de precieze tijdsbesteding* achter schermen en dat de *ouder zelf veel schermtijd gebruikt*. Meerdere (4) ouders omschreven bang te zijn om controle te verliezen wanneer kinderen ouder worden en een telefoon krijgen “hoe goed je als ouders ook zou willen je moet je ergens wel loslaten want je kan niet. dat is juist wat die pubertijd doet, je moet ze leren loslaten. maar dat is wel heel eng met zo'n telefoon”(9). Voor de leeftijd 8-12 jaar, wat in dit onderzoek is onderzocht, werd dit echter nog niet ervaren. Ook werd door ouders benoemd dat ze het *graag nog wat beter willen doen* op het gebied van de schermtijd van de kinderen. Wat ze voornamelijk willen verbeteren is *meer consequent zijn* “Het is moeilijk om de tijd bij te houden (...) Ze zitten er dan ongemerkt langer op dan dat wenselijk zou zijn (1)” *sensitiever zijn, flexibel zijn en meer met kinderen in gesprek gaan* over schermtijd.

Omgevingsfactoren. De *corona periode* is een belangrijke en veel genoemde factor die invloed had op het vormgeven van de schermtijd. Zowel voor een toename in schermtijd “Ik ben gewoon niet gewend de kinderen zolang om me heen te hebben. behalve de vakantie (...) nu kan je ook nog eens nergens heen”(8), als voor het ontstaan van *meer tijd voor het gezin* “Ik vind het er leuker op geworden! omdat we echt veel meer tijd voor elkaar hebben. kwantitatief en kwalitatief. We zien elkaar meer en de contacten die zijn ook intenser en intenser is vaak wel heel erg leuk” (7).

Alle ouders hadden benoemd dat *het weer een belangrijke rol* speelt in de hoeveelheid schermtijd. Bij slecht weer zijn ouders dan ook makkelijker en laten meer schermtijd toe. “Kijk heb je een keer een dag dat het alleen maar stort van de regen dan mogen ze heus wel een keer ‘s middags kijken”(9). Een laatste veelgenoemde omgevingsfactor is de *huidige tijd waarin we leven*. Ouders omschreven dat meer schermtijd hoort bij de tijd waarin we nu leven.

Aanpak

Het *afpakken of verminderen* van schermtijd was door negen ouders benoemd als aanpak wanneer kinderen niet luisteren. De specifieke regels over schermtijd verschilden echter veel van elkaar. Wel was de trend te zien dat ouders de regel *geen telefoon aan tafel en geen telefoon mee naar bed* hanteerden. Ook was door vier ouders benoemd dat ze *flexibel zijn in de regels*. Opvallend is dat ouders in eerste instantie aangeven geen regels door te voeren, maar na doorvragen bleek dit wel het geval.

De aanpak zou *effectief* zijn wanneer er *regels en duidelijkheid* werd gecreëerd. “Het werkt omdat het duidelijk is. We hebben een hele minimale discussie of je buiten de gestelde tijden op het scherm mag. Het is niet een strijd en geen onderwerp van gesprek omdat het juist zo duidelijk is” (4). Ook werd door drie respondenten omschreven dat het werkzaam is wanneer ouders *een alternatief aanbieden*. De derde genoemde factor voor een werkzame aanpak was volgens ouders dat de ouder moet *checken en controleren* wat het kind tijdens de schermtijd doet.

De belangrijkste factor in de aanpak van ouders op het gebied van schermtijd was het *gedrag van de kinderen* op het gebied van schermtijd *bespreken*. Dit bespreken kan gaan over de opgestelde regels en hoe het kind daarmee omgaat, of over de (gevoelige) informatie die kinderen verkrijgen via de schermen. “Ze delen ook wel wat ze zien op internet. Daar zijn ze heel open over. Dat ben ik zelf ook” (3).

Discussie

Het doel van dit onderzoek was inzichtelijk krijgen welke factoren bijdragen aan een goede houding en aanpak naar de mening van ouders met betrekking tot de schermtijd van hun kinderen. En implicaties formuleren voor organisaties zoals het NJI. Hierdoor kan de stijging in schermtijd tijdens de corona periode beter begrepen worden en kunnen organisaties zoals het NJI de resultaten gebruiken om specificatie in te brengen in huidige interventies en beter kunnen aansluiten op de vaardigheden, wensen en behoeften van ouders naar aanleiding van de corona periode.

Houding

Voorafgaand aan dit onderzoek werd verwacht dat meer kennis over nadelen van schermtijd en negatieve gevoelens voor verandering in de *attitude* en een strengere aanpak zou zorgen om de schermtijd te beperken. Bij meer kennis over voordelen van schermtijd en positieve gevoelens zou het kind meer worden losgelaten en vrijheid krijgen op het gebied van schermtijd. Uit de literatuur bleek dat de schermtijd van kinderen wordt beïnvloed door mediavaardigheden en kennis van de ouders. Uit dit onderzoek komt naar voren dat ondanks ouders meer kennis hadden over negatieve effecten van schermtijd dan positieve effecten, ze kinderen nog steeds schermtijd geven en over het algemeen tevreden zijn over de hoeveelheid schermtijd. Een verklaring hiervoor zou kunnen zijn dat ouders aangeven dat het goed gaat met de kinderen, en zich daarom geen zorgen maken. Verdere redenen voor de positieve *attitude* ten opzichte van schermtijd zijn dat ouders het gevoel hebben inzicht en controle te hebben over de schermtijd van hun kinderen, kinderen plezier hebben door schermtijd en dat er op educatief gebied veel voordelen zijn. In alle tijden geldt wel dat de schermtijd beperkt moet blijven. Ook de literatuur geeft hierover aan dat schermtijd alleen positieve effecten heeft wanneer de schermtijd beperkt blijft (Chassiakos et al., 2016). Factoren die bijdragen aan een negatieve *attitude* is de irritatie die schermtijd opwekt bij ouders, de moeilijkheid van het controleren van de schermtijd activiteiten en het doel van schermtijd. Op basis van deze redenen zouden ouders, ondanks de tevredenheid, het wenselijk vinden dat kinderen minder schermtijd krijgen, wat overeenkomt met de literatuur (Jordan et al., 2006).

Over *ervaren sociale invloed* werd verwacht dat ouders sociale steun als positief zouden ervaren wat voor positieve reinforcement van de houding op schermtijd zou zorgen en sociale druk als negatief zou worden ervaren wat voor verandering van de houding zou zorgen. Uit de

interviews blijkt echter dat er geen druk wordt ervaren door ouders. Zo zouden zou schermtijd wel besproken worden met andere ouders en zou er begrip en herkenning worden ervaren. Oordelen en verwachtingen werden daarentegen niet gedeeld. Aangegeven werd dat ouders weinig druk ervaren en het gevoel hebben dat het eigen handelen niet wordt beïnvloed door andere ouders. Dit kan komen doordat negatieve feedback vaak pas wordt gegeven wanneer er een meer diepe relatie tussen mensen ontstaat. Terwijl positieve feedback al vanaf het begin, ook bij oppervlakkige relaties gegeven wordt (Finkelstein, Fishback, & Tu, 2017). Dit kan resulteren in meer positieve reinforcement tussen ouders, waarvan bekend is dat dit bekrachtigend werkt om bepaald gedrag in stand te houden (Sanders, Parent, & Forehand, 2018).

Bij het controleren en verminderen van sedentair gedrag, zou de betrokkenheid van familie en ouders een belangrijke factor spelen (Biddle, Petrolini, & Pearson, 2014). Deze betrokkenheid raakt in het geding tijdens de corona periode waarbij het combineren van werk, aandacht geven en zicht houden een uitdaging is van ouders op de *eigen effectiviteit*. Schermtijd wordt hierbij gebruikt om ouders te ontlasten. Uit literatuur blijkt dat ouders onzeker zijn over hun aanpak om schermtijd te verminderen (Jordan et al., 2006). Genoemde factoren uit de interviews zijn: angst om controle te verliezen, niet op een lijn zitten met partner, niet bewust zijn van de precieze tijdsbesteding en ouders zelf veel schermtijd gebruiken. Dit heeft een negatieve invloed op het vertrouwen die de ouder heeft om het gewenste gedrag op het gebied van schermtijd uit te voeren (Kloek et al., 2006). Dit was in overeenstemming met de verwachting dat meer tijd, meer zelfvertrouwen en minder onzekerheden voor meer gevoel van *eigen effectiviteit* zorgt waardoor een positieve houding over schermtijd ontstaat. Volgens Nikken en Opree (2018) wordt de schermtijd van de kinderen beïnvloed door de mate van zelfvertrouwen die ouders hebben in het controleren van de schermtijd. Dit is terug te zien in de interviews, waar ouders aangeven controle over de schermtijd te hebben, omdat er naar hen geluisterd wordt wanneer zij grenzen stellen. Tevens zijn ouders zich bewust van hun voorbeeldfunctie. Volgens de sociale leertheorie van Albert Bandura (1997) wordt gedrag in stand gehouden en aangeleerd door anderen te observeren. Doordat ouders op de hoogte zijn van deze voorbeeldfunctie kunnen zij hierop inspelen bij het vormgeven van de gewenste schermtijd bij hun kinderen. Deze factoren zorgen voor het stimuleren van een positieve eigen effectiviteit bij ouders.

Zoals verwacht zijn er diverse *omgevingsfactoren* die invloed hebben op het vormgeven van schermtijd. Verwacht werd dat de corona periode voor een toename zou zorgen op de gemiddelde schermtijd per dag bij kinderen. Dit omdat de corona periode de houding van ouders tegenover schermtijd zou versoepelen. Uit de interviews blijkt dit ook het geval en werd het wegvallen van alternatieve activiteiten als verklaring gegeven. De literatuur verwees echter alleen naar een stijging in educatieve doelen (Nikken & Jansz, 2013), uit dit onderzoek is gebleken dat er een algemene stijging was, zowel educatief als recreatief. Daarbij zorgt de corona periode voor meer tijd voor het gezin wat een positieve bijdrage heeft voor de eigen effectiviteit. Ook weersomstandigheden heeft een belangrijke invloed op de schermtijd van de kinderen. Bij mooi weer is te zien dat schermtijd minder wordt, terwijl het bij slecht weer toeneemt. Wat van belang is, is dat de kinderen mee gaan met de tijd. Dit is niet verrassend aangezien technologie toegankelijker wordt binnen de gezinscontext en kinderen al vanaf jonge leeftijd met elektronica, zoals tablets, telefoons en tv's, om leren gaan (Nikken & Jansz, 2013). Deze omgevingsfactoren maken dat ondanks ouders aangeven minder schermtijd voor hun kinderen te willen, de houding flexibeler wordt waardoor de kinderen meer schermtijd krijgen.

Aanpak

Een voorbeeld van een gedraging is dat ouders schermtijd als beloning gebruiken, of schermtijd ontnemen als strafmaatregel (Jordan, et al., 2006). Deze aanpak is ook voortgekomen uit de interviews. Opvallend is dat ouders in de eerste instantie omschrijven weinig tot geen regels te hebben over de aanpak van schermtijd, maar na doorvragen er diverse regels naar voren komen. Dit kan komen doordat ouders niet bewust zicht hebben op hun opvoeding en hoe zij deze vormgeven, en is het moeilijk in te schatten welke aanpak daadwerkelijk wordt doorgevoerd. Volgens Valkenburg, Piotrowski, Hermanns, & De Leeuw (2013) is het stellen van regels een essentieel onderdeel van mediaopvoeding. Ook de geïnterviewde ouders zijn zich hier bewust van en hebben ervaren dat het stellen van regels en duidelijkheid effectief is bij de aanpak van schermtijd. Hierbij is het flexibel omgaan met regels belangrijk waarbij is opgemerkt dat ouders flexibeler zijn in de regels als het gaat educatieve schermactiviteiten. Andere werkzame methoden van aanpak is het aanbieden van alternatieven en de schermtijd van de kinderen checken en controleren.

Een belangrijke factor in de aanpak is dat het gedrag van kinderen met betrekking tot schermtijd wordt besproken in het gezin zoals ook naar voren kwam uit de resultaten. Dit kan

gaan over de inhoud en eventuele gevaren, maar ook over de redenties achter de regels die ouders opstellen. Dit belang wordt ook ondersteund volgens de literatuur die zegt dat actieve betrokkenheid en open communicatie van ouders over schermtijd van de gezinsleden, een effectieve manier zou zijn om aan mediaopvoeding te doen (Symons, Ponnet, Walrave & Heirman, 2017; Yafei & Shuliang, 2016; Van West, 2017)

Conclusie

De vraagstelling van het onderzoek was “Wat is de houding en aanpak van ouders met betrekking tot de schermtijd van kinderen van 8-12 jaar binnen de gezinscontext tijdens de COVID-19 periode?” Geconcludeerd kan worden dat er zowel verschillen als overeenkomsten zijn in houding en aanpak tussen ouders. Ouders hebben over het algemeen een positieve houding en zijn tevreden of de schermtijd in het gezin, minder schermtijd is echter wel wenselijk. Een goede aanpak wordt vormgegeven door het stellen van regels, en het in gesprek gaan met de kinderen. Ouders zijn zich bewust van de meningen van anderen, maar niet van de invloed hiervan op hun houding en aanpak. Tot slot worden door COVID-19 meer moeilijkheden ervaren met het vormgeven van schermtijd, wat voor een verminderd gevoel van eigen effectiviteit zorgt. Mede hierdoor versoepelt de houding en aanpak van ouders waardoor de schermtijd toeneemt. Ouders zien dit echter niet als een probleem.

Limitaties

Dit onderzoek moet in licht worden gezien van een aantal limitaties. Ten eerste zijn de respondenten via zelfselectie geselecteerd waardoor ouders misschien meer gemotiveerd waren om te praten dan bij een andere vorm van selectie. Daarentegen zijn, als gevolg van de Corona periode, de ouders geïnterviewd via beeldbellen in plaats van face-to-face. Hierdoor was het contact minder persoonlijk wat kan hebben gezorgd voor minder openheid vanuit de ouders. Daarbij zijn de analyses gedaan op basis van de verhalen van ouders, en is er niet naar daadwerkelijke aanpak gekeken. Dit kan hebben gezorgd voor sociaal wenselijke antwoorden of voor antwoorden die de gewenste situatie schetsen meer dan de werkelijke situatie. Achteraf hadden er kinderen bevroegd kunnen worden om te checken of zij bevestigden dat ouders de daadwerkelijke aanpak omschreven. Ten derde was het tijdens de dataverzameling periode mooi weer in Nederland, hierdoor kunnen minder problemen op het gebied van schermtijd zijn opgetreden dan het geval zou zijn geweest bij slechter weer en kan er dus een verkeerd beeld zijn geschetst. Achteraf gezien hadden de interviews over een langer tijdsbestek moeten plaatsvinden

om zo de situatie in kaart te brengen tijdens meerdere weersomstandigheden. Een laatste limitatie is de verhouding geïnterviewde vaders en moeders. Uit de interviews kwam naar voren dat vaders en moeders binnen een gezin anders met schermtijd omgaan, echter is er voor dit onderzoek maar één vader geïnterviewd. Wanneer meerdere vaders meegenomen zouden worden, zou dit mogelijk voor andere resultaten hebben gezorgd.

Ondanks deze limitaties heeft dit onderzoek ook sterke punten. Zo heeft het semi-gestructureerde karakter de kwalitatieve insteek gerechtvaardigd door voor genoeg ruimte te zorgen om de kracht van het verhaal naar boven te laten komen en door te vragen naar de aard en eigenschappen. Maar zorgde het ook voor genoeg structuur om gewenste onderwerpen aan te halen en om antwoord te geven op de onderzoeksvraag. Tevens zorgde het ASE-model voor een duidelijke basis waarmee op een deductieve manier geanalyseerd kon worden en er gestructureerde analyses plaats kon vinden.

Implicaties

De verkregen inzichten aan de hand van dit onderzoek leiden tot een aantal implicaties. Diverse deskundigen spreken van het belang om mediaopvoeding in gezinnen te verbeteren (Nikken, 2018; Valkenburg, 2005). Uit dit onderzoek blijkt echter dat ouders de zorgen over schermtijd delen en zich niet bewust zijn van problemen. Dit terwijl bewustwording de eerste stap is in een veranderingsproces (Kloek et al., 2006). Alleen wanneer ouders bewust zijn van de problemen, en de noodzaak ervan inzien, verandert de houding en gaan zij actief werken aan hun aanpak. Het is van belang dat beschikbare informatie bij de ouders terecht komt waarbij het goed gaat met de kinderen. Deze geven aan geen hulp nodig te hebben, waardoor informatie hen niet bereikt. Daarom zou er ingezet moeten worden op informatieverschaffing. Dit zou kunnen via de newsfeed van de school van de kinderen of op ouderavonden. De school kan hierbij verwijzen naar bestaande interventies, van bijvoorbeeld het NJI, waar op een toegankelijke manier effecten en tips over schermtijd besproken worden.

Tevens wordt aangeraden handvatten te geven voor een werkzame aanpak om schermtijd ‘goed’ vorm te geven. Belangrijke wensen en behoeften van ouders hierbij zijn meer consequent willen zijn, sensitiever zijn, flexibel zijn en met kinderen in gesprek gaan. Het is van belang dat er op deze behoefte van ouders ingespeeld wordt omdat uit dit onderzoek blijkt dat dit belangrijke kernwaarden zijn voor een goede aanpak van schermtijd. De ‘Toolbox Mediaopvoeding’ (NJI, 2015) omvat reeds tipsheets over de aanpak van mediagebruik voor

ouders, welke overeenkomen met de resultaten van dit onderzoek zoals regels opstellen, consequent zijn en flexibel wanneer nodig door met kinderen in gesprek te gaan. Sinds 2015 zijn er al tips bekend, echter geven ouders nog steeds aan behoefte te hebben aan extra ondersteuning en tips. Daarom wordt aangeraden informatie te verschaffen door beroepskrachten aan ouders en trainingen te ontwerpen en te organiseren over omgaan met mediaopvoeding die aansluit bij de bovengenoemde kernwaarden. Wanneer de resultaten van dit onderzoek verder niet toegepast worden zullen veel interventieprogramma's niet optimaal worden ingericht. En zal er een 'gap' blijven tussen wat in de ogen van professionals nodig is en waar ouders behoeften aan hebben. Hierdoor zal er veel tijd worden gestoken in het helpen van ouders zonder dat dit daadwerkelijk verandering teweeg brengt.

In het vervolg kan onderzoek zich richten op het verkrijgen van informatie over de moeilijkheden die ervaren worden met het combineren van thuiswerken en het vormgeven van schermtijd bij kinderen. Verwacht wordt dat door de Corona periode in de toekomst meer mensen thuis en online zullen blijven werken. Ouders waarbij kinderen thuis zijn geven aan minder tevreden te zijn over deze werkvorm (Breat, Lippens, Moens, Sterkens & Weytjens, 2020). Daarom is het van belang te kijken naar de wensen en behoeften van ouders op dit gebied, zodat zij in staat zijn om de schermtijd op een goede manier vorm te geven. Zowel naar behoeften van ouders als professionals.

Literatuur

- Ajzen, I. (2011). The theory of planned behaviour: Reactions and reflections. *Psychology & Health, 26*, 1113-1127. doi:10.1080/08870446.2011.613995
- Baert, S., Lippens, L., Moens, E., Sterkens, P., & Weytjens, J. (2020). *Wat denken Vlaamse werknemers over de gevolgen van de coronacrisis voor hun carrière?* Geraadpleegd op 23 juni, 2020 van: <https://biblio.ugent.be/publication/8656401/file/8656402>
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Biddle, S. J., Petrolini, I., & Pearson, N. (2014). Interventions designed to reduce sedentary behaviours in young people: A review of reviews. *British Journal of Sports Medicine, 48*, 182-186. doi:10.1136/bjsports-2013-093078
- Blum-Ross, A., & Livingstone, S. (2016). *Families and screen time: Current advice and emerging research (17)*. Geraadpleegd op 26 maart 2020, van: <http://eprints.lse.ac.uk/66927/1/Policy%20Brief%2017-%20Families%20Screen%20Time.pdf>
- Boeije, H. (2010). *Analysis in Qualitative Research*. Los Angeles, America: Sage Publication.
- Britten, N. (2011). Qualitative research on health communication: What can it contribute? *Patient Education and Counseling, 82*, 384-388. doi:10.1016/j.pec.2010.12.021
- Burdette, H. L., & Withaker, R. C. (2005). Resurrecting free play in young children: Looking beyond fitness and fatness to attention, affiliation and affect. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine, 159*, 46-50. doi:10.1001/archpedi.159.1.46
- Chassiakos, Y. R., Radsky, J., Christakis, D., Moreno, M. A., & Cross, C. (2016). Children and adolescents and digital media. *Pediatrics, 138*, 1-20. doi:10.1542/peds.20162593
- Clark, L. (2011). Parental mediation theory for the digital age. *Communication Theory, 22*, 323-343. doi:10.1111/j.1468-2885.2011.01391.x
- Coates, A. E., Hardman, C. A., Halford, J. C. G., Christiansen, P., & Boyland, E. J. (2019). Social media influencer marketing and children's food intake: A randomized trial. *Pediatrics, 143*, 1-11. doi:10.1542/peds.2018-2554
- Delfos, M. (2015). *Ontwikkeling In Vogelvlucht* (6de editie). Amsterdam, Nederland: SWP.
- Di Bartolo, C. A., & Braun, M. K. (2017). *Pediatrician's guide to discussing research with patients*. New York, America: Springer
- Domingues-Montanari, S. (2017). Clinical and psychological effects of excessive screen

- time on children. *Journal of Paediatrics and Child Health*, 55, 333-338. doi:10.1111/jpc.13462
- Evans, C.A., Horner, J., & Jordan, A. B. (2011). Only two hours? A qualitative study of the challenges parents perceive in restricting child television time. *Journal of Family Issues*, 32, 1223-1244. doi:10.1177/0192513X11400558
- Finkelstein, S. R., Fishbach, A., & Tu, Y. (2017). When friends exchange negative feedback. *Motivation and Emotion*, 41, 61-83. doi:10.1007/s11031-016-9589-z
- Green, C. S., & Bavelier, D. (2003). Action video game modifies visual selective attention. *Nature*, 423, 534-537. doi:10.1038/nature01647
- Van Halem, N. (2013). *Lekker belangrijk: Leefstijl en gezondheidsbevordering van jongeren*. Groningen, Nederland: Noordhoff Uitgevers.
- Hazelzet, A., Sanders, J., Langelaan, S., Giesen, F., & Keijzer, L. (2011). *Stimuleren van scho-ling bij lager opgeleide werknemers*. Geraadpleegd op 12 mei 2020, van <https://repository.tudelft.nl/view/tno/uuid%3A3bbd2246-2a0e-4ca1-bc8c-9c374c55d663>
- Hernandez, R. G., Garcia, J. T., & Amankwah, E. K. (2019). A look back at healthy lifestyle behavioral patterns among school-age children: Are we neglecting healthy weight for overweight kids? *Childhood Obesity*, 15, 271-279. doi:10.1089/chi.2018.0334
- Jeugdartsen Nederland, Nederlandse Vereniging voor Kindergeneeskunde, & Verpleegkundigen en Verzorgenden Nederland. (2018). *Factsheet beeldschermgebruik van dichtbij*. Geraadpleegd op 6 april 2020, van <https://ajnjeugdartsen.nl/wp-content/uploads/2018/10/Factsheet-beeldschermgebruik-2018-1.pdf>
- Jordan, A. B., Hersey, J. C., McDivitt, J. A., & Heitzler, C. D. (2006). Reducing children's television-viewing time: A qualitative study of parents and their children. *Pediatrics*, 118, 1303-1310. doi:10.1542/peds.2006-0732
- Kloek, G. C., Van Lenthe, F. J., Van Nierop, P. W. M., Schrijvers, C. T. M., & Mackenbach, J. P. (2006). Stages of change for moderate-intensity physical activity in deprived neighborhoods. *Preventive Medicine*, 43, 325-331. doi:10.1016/j.ypmed.2006media
- Langøy, A., Smith, O. R. F., Wold, B., Samdal, O., & Haug, E. M. (2019). Associations

- between family structure and young people's physical activity and screen time behaviors. *BioMedicine Central Public Health*, 19, 1-10. doi:10.1186/s12889-019-6740-2
- Lauricella, A. R., Wartella, E., & Rideout, V. J. (2015). Young children's screen time: The complex role of parent and child factors. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 36, 11-17. doi: 10.1016/j.appdev.2014.12.001.05.003
- Moreno, M., & Gannon, K. (2013). Social media and health. Young adult health. In D. Rosen & A. Joffe (Eds.), *Adolescent Medicine: State of the art reviews* (pp. 538–552). USA: American Academy of Pediatrics.
- Netwerk Mediawijsheid. (2020). *Iene Miene Media aanvullend flitsonderzoek*. Geraadpleegd op 14 april 2020, van <https://www.mediawijzer.net/wp-content/uploads/sites/6/2020/03/Iene-Miene-Media-flitsonderzoek-2020.pdf>
- Nikken, P. (2018). Parents' instrumental use of media in childrearing: Relationships with confidence in parenting, and health and conduct problems in children. *Journal of Child and Family Studies*, 28, 531-546. doi:10.1007/s10826-018-1281-3
- Nikken, P. (2019). *Iene Miene Media: Een review van het mediagebruik van kinderen tussen de 0 en 6 jaar in Nederland sinds 2012*. Geraadpleegd op 25 juni 2020, van <https://www.mediawijzer.net/wp-content/uploads/sites/6/2019/03/Iene-Miene-Media-review-MUD19.pdf>
- Nikken, P., & Jansz, J. (2013). Developing scales to measure parental mediation of young children's internet use. *Learning, Media and Technology*, 39, 250-266 doi:10.1080/17439884.2013.782038
- Nikken, P., & Oprea, S. J. (2018). Guiding young children's digital media use: SES-differences in mediation concerns and competence. *Journal of Child and Family Studies*, 27, 1844-1857. doi:10.1007/s10826-018-1018-3
- Nederlands Jeugdinstituut. (2015) *Begrippenlijst media opvoeding*. Geraadpleegd op 26 maart 2020, van <https://www.nji.nl/nl/Download-NJi/Publicatie-NJi/Begrippenlijst-mediaopvoeding.pdf>
- Nederlands Jeugdinstituut. (2020, 7 april). *Omgaan met de gevolgen van het coronavirus. Thuisonderwijs*. Geraadpleegd op 16 april 2020, van <https://www.nji.nl/nl/coronavirus/Professionals/Steun-in-dagelijks-leven/Thuisonderwijs>
- Pagani, L. S., Fitzpatrick, C., Barnett, T. A., & Dubow, E. (2010). Prospective

- associations between early childhood television exposure and academic, psychosocial, and physical well-being by middle childhood. *Journal of American Medical Association Pediatrics*, 164, 425-31. doi:10.1001/archpediatrics.2010.50
- Pate, R. R., O'Neill, J. R., & Lobelo, F. (2008). The evolving definition of 'sedentary'. *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 36, 173-178. doi:10.1097/jes.0b013e3181877d1a
- Pelling, E. L., & White, K. M. (2009). The theory of planned behavior applied to young people's use of social networking web sites. *CyberPsychology & Behavior*, 12, 755-759. doi:10.1089/cpb.2009.0109
- Sanders, W., Parent, J., & Forehand, R. (2018). Parenting to reduce child screen time: A feasibility pilot study. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 39, 46-54. doi:10.1097/DBP.0000000000000501.
- Statline. (2019, 8 oktober) *Internet; toegang, gebruik en faciliteiten*. Geraadpleegd op 2 april 2020, van <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/83429NED/table?fromstatweb>
- Stichting de Nationale DenkTank. (2019) *Optimaal digitaal*. Geraadpleegd op 24 maart 2020, van <https://nationale-denktank.nl/wp-content/uploads/2019/12/Optimaal-Digitaal-Eindrapport-Nationale-DenkTank-2019.pdf>
- Strasburger, V. C., Jordan, A. B., & Donnerstein, E. (2010). Health effects of media on children and adolescents. *Pediatrics*, 125, 756-767. doi:10.1542/peds.2009-2563
- Symons, K., Ponnet, K., Walrave, M., & Heirman, W. (2017). A qualitative study into parental mediation of adolescents' internet use. *Computers in Human Behavior*, 73, 423- 432. doi:10.1016/j.chb.2017.04.004
- Valkenburg P. M. (2005). *Schadelijke media en weerbare jeugd: Een beleidsvisie 2005-2010*. Amsterdam: The Amsterdam School of Communications Research
- Valkenburg, P. M., Piotrowski, J. T., Hermanns, J., & De Leeuw, R. (2013). Developing and validating the perceived parental media mediation scale: A self-determination perspective. *Human Communication Research*, 39, 445-469. doi:10.1111/hcre.12010
- Veltman, M., & Nikken P. (2020). *Iene Miene Media: Aanvullend flitsonderzoek 2020*.

mediagebruik door kinderen van 0 tot en met 6 jaar in coronatijd. Geraadpleegd op 10 april 2020, van <https://www.mediawijzer.net/wp-content/uploads/sites/6/2020/03/Iene-Miene-Media-flitsonderzoek-2020.pdf>

Van West, D. (2017). Omgaan met digitale media. *Bijblijven*, 33, 241-250. doi:10.1007/S12414-017-0220-3

Yafei, Q. I., & Shuliang, M. O. (2016). Active mediation of parents in the use of media in children and adolescents. *Advances in Psychological Science*, 24, 1290-1299. doi:10.3724/SP.J.1042.2016.01290