

Zweden waarschuwt ouders: leg je telefoon weg als je bij je kind bent

In Zweden roept de overheid ouders op om de telefoon weg te leggen als je bij je kind bent. Een heldere boodschap, vindt Astrid Plugge [directeur van het Mare Gastouderbureau](#). 'Niet door te roepen dat schermen verboden moeten worden, maar door te benoemen wat het met contact doet. En dat is precies waarom het relevant is, ook voor de kinderopvang.'

[In J/M magazine stond onlangs een artikel over Zweden](#), waar de overheid een [brochure](#) heeft verspreid onder gezinnen met opgroeiende kinderen. De boodschap was helder: denk na over hoeveel tijd je als ouder op je telefoon zit als je bij je kind bent. De campagne richt zich dus niet alleen op de schermtijd van kinderen, maar ook op het gedrag van volwassenen en de invloed daarvan op het dagelijks contact.

In vrijwel ieder gezin en in veel opvoedsituaties spelen schermen een rol. Niet alleen bij kinderen, maar ook bij ouders. Een korte check van berichten, even iets opzoeken. Het gebeurt vaak zonder dat mensen het bewust plannen.

Niet ingewikkeld maken

In Nederland is er al langere tijd aandacht voor schermtijd en mediawijsheid, maar niet op deze manier. Zweden pakt het anders aan, zonder het ingewikkeld te maken. Niet door te roepen dat schermen verboden moeten worden, maar door te benoemen wat het met contact doet. En dat is precies waarom het relevant is, ook voor de kinderopvang.

Thuis, maar ook als professional

Daarom is het goed om dit onderwerp niet alleen thuis te bespreken, maar ook professioneel om helder te zijn over de norm. Opvang is juist een plek waar kinderen schermvrij zouden moeten zijn. En precies daar zit de uitdaging: in de opvang zijn schermen ook gewoon aanwezig. Op de BSO staat vaak een computer. Medewerkers en gastouders hebben hun telefoon dichtbij. In veel

organisaties wordt gewerkt met tablets voor administratie, registraties, overdrachten en communicatie met ouders. Ouders willen ook weten hoe het gaat en wat hun kind aan het doen is. Dat is allemaal verklaarbaar, maar het betekent wel dat schermen letterlijk binnen handbereik liggen, de hele dag.

Stapelen van schermtijd

Ook is het belangrijk om te erkennen dat schermtijd zich kan opstapelen. Veel kinderen kijken thuis al regelmatig televisie of gebruiken een tablet of telefoon. Als er daarnaast ook schermmomenten in de opvang zijn, kan de totale schermtijd over een hele dag hoger uitkomen dan wenselijk is, zeker bij jonge kinderen. En voor jonge kinderen zijn juist de momenten zonder scherm belangrijk: vrij spel, interactie, taal, bewegen en verveling. Daar leren ze van. En dan is de vraag of je als professional bewust blijft kiezen. Wanneer is het nodig? Wat ziet een kind en wat leert een kind van jou?

Helder en bruikbaar

De Zweedse boodschap is in dat opzicht helder en bruikbaar: leg je telefoon weg als je bij je kind bent. Niet als verwijt, maar als uitgangspunt. Het helpt om het gesprek over mediawijsheid terug te brengen naar de basis: beschikbaarheid, aandacht en voorbeeldgedrag.

Voor de kinderopvang geldt hetzelfde. Kinderen hebben er baat bij als opvang een omgeving is waar ruimte is voor spel en ontwikkeling en er aandacht is voor ze. En aandacht is niet iets wat je erbij doet. Aandacht is de basis. En als er één plek is waar dat zou moeten gelden, dan is het daar waar we kinderen opvangen.

De Zweedse boodschap is helder en toepasbaar: leg je telefoon weg als je bij je kind bent. Een goede reminder. Vooral voor iedereen die met jonge kinderen werkt.

Door: Astrid Plugge, Directeur Mare gastouderbureau