

Telefoon weg? Beter contact

Onderzoekers hebben naar verschillende studies gekeken en die zeggen allemaal hetzelfde: het is niet best. Als ouders op hun telefoon zitten, hebben ze (veel) minder aandacht voor hun kind. Ook is het contact vaak minder goed. Ouders en kind praten minder met elkaar en spelen minder samen.

We noemen dit **scherm scheiding**.



Er is minder contact.

Ouders praten minder met hun kind, kijken hun kind minder vaak aan en gebruiken minder gebaren wanneer zij op hun telefoon zitten.



Meer negatieve emoties. Een kind wil contact met zijn vader of moeder. Als dat steeds niet lukt door de telefoon, wordt een kind sneller verdrietig, teleurgesteld of boos.

Het contact dat er is, is vaak minder goed. Ouders reageren langzaam en zien niet goed wat hun kind nodig heeft. Soms reageren ouders geïrriteerd en hebben zij minder geduld met hun kind.



Ze lopen achter in hun taalontwikkeling. Als ouders doordat ze afgeleid zijn, steeds stoppen met praten, leert het kind minder snel nieuwe woorden. Het is juist belangrijk om meteen terug te praten.



Ouders geven minder vaak antwoord. Kinderen stellen veel vragen. Hier leren ze van. Maar als ouders op hun telefoon kijken, geven ze veel minder vaak antwoord. Het kind voelt zich dan niet gehoord.

Gevaar niet op tijd zien

Ouders die afgeleid zijn door hun telefoon, zien gevaarlijke situaties minder snel.



Wij maken **samen** gezond gewoon



Hoe moet het dan wel?

Een kleine verandering kan een groot effect hebben. Scan de QR-code voor handige tips.