



Moeten we de schermtijd van kinderen beperken?

Matiging is een kardinale deugd, stelde Aristoteles. Valt die deugd nog te praktiseren, nu smartphones bewust worden ontworpen voor onmatig gebruik?

door Jeroen Hopster beeld Bas van der Schot

'G od mag weten wat het met het brein van onze kinderen doet,' sprak Sean Parker over de verslavende algoritmes van Facebook, waarvan hij zelf medeoprichter is. Apple-goeroe Steve Jobs stelde in de opvoeding paal en perk aan de tijd die zijn eigen kinderen met digitale apparaten mochten doorbrengen. Een iPad kregen ze niet in handen. Jobs' opvolger Tim Cook, zelf kinderloos, ziet er strikt op toe dat zijn neefje geen sociale media gebruikt. Ze zijn niet de enigen in Silicon Valley: tal van techmagnaten, die de technologie als geen ander kennen,

zijn opmerkelijk streng over het smartphone- en internetgebruik van hun kroost. Ouderlijke overbezorgdheid of een teken aan de wand? In elk geval plaatst de alomtegenwoordigheid van schermen opvoedende ouders steeds vaker voor een dilemma. De iPad blijkt een uitstekende zoethouder voor zeurende kinderen. Tablets en computers worden actief ingezet in het lager onderwijs. In de hogere klassen van de basisschool heeft bijna iedereen een eigen smartphone. Komt dat de ontwikkeling ten goede? Of moeten er stappen worden gezet om de schermtijd van kinderen te verminderen?

NEE

Een goede opvoeding stoomt kinderen klaar voor een goed leven. Maar wat maakt een leven goed? Een mogelijk antwoord vinden we in de deugde-ethiek van Aristoteles. Deugden zijn karaktereigenschappen die een mens nodig heeft om een goed leven te leiden, om als mens te floreren. Ze geven blijk van een stabiele houding: een karakteristieke manier van handelen, kiezen, reageren en verlangen. Hoe komt die houding tot stand? Karakterdeugden verwerven we volgens Aristoteles door bepaalde gewoontes te ontwikkelen en tot uitvoering te brengen, en daarbij de juiste voorbeelden te volgen. Een moreel karakter ontwikkel je dus door te oefenen en te kijken naar rolmodellen. Dat brengt ons bij de rol van smartphones en tablets. Dragen die bij aan de ontwikkeling van kinderen tot deugdzaam personen? We leven in een snel hybriderende maatschappij, waarin cyberwijsheid als een van de belangrijkste deugden geldt. Door gebruik van smartphones en tablets leren kinderen van jongs af aan digitale vaardigheden. Met een smartphone op zak is encyclopedische kennis altijd binnen handbereik. Door het volgen van de juiste vlogs raken kinderen bovendien met nieuwe rolmodellen bekend. Natuurlijk, excessief gebruik van digitale apparaten is niet goed. Matiging, meent Aristoteles, is een van de vier kardinale deugden. Zolang kinderen zich echter weten te beheersen – en hun ouders hen daarbij goed begeleiden – is schermtijd zo slecht nog niet.

Smartphones kunnen helpen bij de morele ontwikkeling

JA

Volgens Aristoteles houdt elke deugd het midden tussen twee ondeugden, tussen tekort en overdaad. Wie zich te veel matigt valt ten prooi aan verwaarlozing; wie zich niet weet te matigen wordt hebberig en vraatzuchtig. Precies dat teveel – de onmatigheid – is een groot probleem met hedendaagse informatietechnologie. Een kleuter die een iPad in handen krijgt begint al snel te bingewatchen: het ene filmpje volgt gelijk op het andere. En dat geldt niet alleen voor kleuters; mensen lijken collectief verslaafd aan het scherm. Veel applicaties werken dan ook doelbewust verslaving in de hand. De algoritmes van YouTube en andere platforms zijn

erop afgestemd om gebruikers zo lang mogelijk aan het scherm te kluisteren. Geïnspireerd door de gokindustrie zijn functionaliteiten toegevoegd waardoor we oneindig door kunnen scrollen en de pagina's telkens automatisch worden vernieuwd. Bij elke like en na elk filmpje maakt het brein dopamine aan, wat de verslaving verder aanwakkert. Voor jonge-

ren brengt dat een extra risico met zich mee: vroege blootstelling verhoogt de kans op latere problemen. Dingen die niet dezelfde dopaminekick geven laten ze eerder links liggen. In een omgeving van continue online verleiding is de deugd van de matiging nauwelijks te praktiseren. Ouders moeten daarom actief stappen zetten om de schermtijd te beperken. En niet alleen die van hun kinderen; het is ook van belang dat ze zelf goed in de spiegel kijken. Van kinderen valt immers niet te verwachten dat ze zich matigen wanneer het goede voorbeeld ontbreekt. **F**