



## UvA-DARE (Digital Academic Repository)

### Media en ADHD: Mediagebruik lijkt een subtiel effect te hebben op kinderen die daar gevoelig voor zijn, maar onderzoek is nog gaande

Nikkelen, S.; Valkenburg, P.

**Publication date**

2013

**Document Version**

Final published version

[Link to publication](#)

**Citation for published version (APA):**

Nikkelen, S., & Valkenburg, P. (2013). *Media en ADHD: Mediagebruik lijkt een subtiel effect te hebben op kinderen die daar gevoelig voor zijn, maar onderzoek is nog gaande*. (CcAM Kennis; No. 8). Universiteit van Amsterdam, CcaM. <http://www.ccam-ascor.nl/images/CcaM-Kennis/130322%20Opzet%2010%20CCAM%20Kennis%20nr%208%20Media%20en%20ADHD%202013%20maart.pdf>

**General rights**

It is not permitted to download or to forward/distribute the text or part of it without the consent of the author(s) and/or copyright holder(s), other than for strictly personal, individual use, unless the work is under an open content license (like Creative Commons).

**Disclaimer/Complaints regulations**

If you believe that digital publication of certain material infringes any of your rights or (privacy) interests, please let the Library know, stating your reasons. In case of a legitimate complaint, the Library will make the material inaccessible and/or remove it from the website. Please Ask the Library: <https://uba.uva.nl/en/contact>, or a letter to: Library of the University of Amsterdam, Secretariat, Singel 425, 1012 WP Amsterdam, The Netherlands. You will be contacted as soon as possible.

## CcaM Kennis [nr. 8]

### Media en ADHD

## Mediagebruik lijkt een subtiel effect te hebben op kinderen die daar gevoelig voor zijn, maar onderzoek is nog gaande

Sanne Nikkelen en Patti Valkenburg  
Onderzoekscentrum Jeugd en Media  
Universiteit van Amsterdam  
Maart 2013

**Televisiekijken, gamen, chatten: kinderen zijn er steeds meer mee bezig. Tegelijkertijd krijgen steeds meer kinderen de diagnose ADHD. In hoeverre hangen die ontwikkelingen met elkaar samen? Worden kinderen drukker naarmate ze meer media gebruiken? Daar doen we bij CcaM onderzoek naar. We kijken welke aspecten van media – bijvoorbeeld snelheid, gewelddadigheid – kunnen bijdragen aan gedragsproblemen, en proberen zo te komen tot aanbevelingen voor ouders en hulpverleners.**

#### 1. Wat is er aan de hand?

Niet alleen ouders en leerkrachten klagen erover, maar ook de wetenschappelijke literatuur staat er bol van: kinderen besteden steeds meer tijd aan televisie, computer, smartphone en iPad, op een steeds jongere leeftijd. Ook zijn de media veranderd en de kindercultuur verandert mee. Programma's worden sneller, flietsender en soms ook gewelddadiger. Zelfs een programma als Sesamstraat biedt per minuut veel meer impulsen dan vroeger.



Wat doet die versnelling met de ontwikkeling van kinderen? Worden ze drukker en minder geconcentreerd, en kunnen ze hun impulsen minder goed onderdrukken naarmate ze meer televisiekijken, gamen en chatten? Het vermoeden bestaat dat mediagebruik ADHD-achtig gedrag kan veroorzaken. Maar of dat echt zo is, is moeilijk aan te tonen. Bij CcaM proberen we te kijken welke vermoedens op waarheid berusten.

#### 2. Neemt ADHD echt toe?

Een van de belangrijke vragen is of ADHD tegenwoordig echt vaker voorkomt dan vroeger. Feit is dat de diagnose steeds vaker wordt gesteld: nu bij circa 5 procent van de kinderen. Het medicijngebruik neemt ook toe. Maar daarmee is niet gezegd dat kinderen ook werkelijk drukker zijn dan vroeger. Wij gaan ervan uit dat er een glijdende schaal is als het gaat om ADHD. Kinderen zonder ADHD-diagnose kunnen immers ook druk en ongeconcentreerd gedrag vertonen. Alleen in bepaalde gevallen is er sprake van een probleem: als het gedrag veel voorkomt, lang aanhoudt en de emotionele, sociale of cognitieve ontwikkeling in de weg staat. Sommige kinderen hebben een aanleg voor ADHD. Of die aanleg al dan niet uitmondt in probleemgedrag is mede afhankelijk van omgevingsfactoren. Ook mediagebruik kan hierin een rol spelen.

## CcaM Kennis [nr. 8] Media en ADHD

### 3. Hoe onderzoekt CcaM dat?

Ten eerste leggen we alle bestaande onderzoeken naast elkaar en kijken we welk beeld dat oplevert. Dat doen we in een zogenoemde meta-analyse. Er zijn tot nu toe zo'n 35 studies gedaan naar het effect van mediagebruik op ADHD bij kinderen. Uit onze analyse lijkt naar voren te komen dat mediageweld een subtiel effect heeft op de rusteloosheid van kinderen. Ook blijkt dat kinderen die veel naar geweld kijken, meer moeite hebben zich te concentreren - maar in beide gevallen zijn de effecten gering, kleiner dan bijvoorbeeld het effect van mediageweld op agressie. Ook weten we nog steeds niet wat oorzaak en wat gevolg is in het verband tussen mediagebruik en ADHD. Veroorzaakt mediagebruik ADHD-verschijnselen of hebben kinderen met ADHD andere mediavorkeuren? Waarschijnlijk is het beide.

### 4. Hoe komt het dat de effecten van media op ADHD klein zijn?

Dat komt doordat eerder onderzoek geen rekening heeft gehouden met individuele verschillen tussen kinderen. De kleine effecten kunnen daardoor als het ware verdund zijn: 'uitgesmeerd' over veel verschillende kinderen. Om de effecten preciezer te bepalen, onderzoeken we momenteel twee leeftijdsgroepen: 3 tot 7 jaar, en 10 tot 14 jaar; we volgen beide groepen kinderen vier jaar lang. Om de snelheid en gewelddadigheid van de media te beoordelen, laten we kinderen en ouders een gedetailleerd mediadagboek bijhouden. Ook meten we omgevingsfactoren zoals de communicatie met ouders en omgang met vriendjes. Zo hopen we een veel genuanceerder beeld te krijgen van de relatie tussen mediagebruik en ADHD dan uit eerder onderzoek bekend is.



### 5. Zijn er al conclusies te trekken?

Het onderzoek is nog gaande, dus harde conclusies zijn er nog niet te trekken. Wel zijn er veel anekdotische aanwijzingen van ouders en leerkrachten dat kinderen opgefokt kunnen reageren na het zien van een druk programma. Vooral de combinatie van snelheid en geweld zou met name bij kinderen jonger dan 6 jaar daarvoor verantwoordelijk kunnen zijn. Uit ons meerjarig onderzoek moet blijken of dat kortetermijneffect op den duur ook invloed heeft op het functioneren van bepaalde kinderen thuis en op school. We willen ook graag weten welke factoren nu bepalen in hoeverre een kind hier gevoelig voor is. Als we dat weten, kunnen we uiteindelijk concretere aanbevelingen geven.

Achtergrondinformatie: CcaM doet de komende jaren verder onderzoek naar mediagebruik en ADHD. Kijk voor meer informatie en het laatste nieuws op [www.ccam-ascor.nl](http://www.ccam-ascor.nl).