

Je hebt kijken, maar geen



FREDRIK VINK VELDIE



The Corona Movie: monteer een filmpje van 5 weken thuisverlof. Leuk souvenir voor later. Pluspunt: bevat het magische woord 'filmpje'.



Goed nieuws: het grondwater staat weer op peil. Laat je kroost elke dag je auto wassen, zo steek je de burens de ogen uit.



KIJKEN KIJKEN



MOBILIE WERELDOEK



WV

Op twee schermen tegelijk: kan ons brein dat wel aan?

Schermen: ze zijn nu meer dan ooit ons contact met de buitenwereld. Zeker bij uw 16-jarige tiener, die in de zetel zit – correctie: hangt – en in drie werelden tegelijk lijkt te vertoeven. Op de grote tv kijkt hij naar *Temptation*, op zijn iPhone speelt een YouTube-vlogger en met een half oog houdt hij zijn huiswerk op Smart-school in het oog. Bij al dat multitasken krijgt die tiener nu zelfs hulp: Netflix laat buitenlandse series nu ook in het Nederlands inspreken, “omdat jongeren toch niet echt meer kijken”. Maar hoe kijken ze dan wel? En wat neem het tienerbrein eigenlijk op als het al die dingen tegelijk doet?

Tekst: Tom De Leur



Leer je kind één ding waar het u-ren op kan oefenen. Darts, bijvoorbeeld – putten in de muur zijn collateral damage.



Zet 's ochtends een stempel op de hand van je kind. Als die er 's avonds af is: handjes goed gewassen.



Victor de Leur (16) begint bijna elke dag met een aflevering van 'Storage wars'.



KAREL HEINERLICK

Die 16-jarige jongen in de zetel: dat is mijn zoon Victor. *God scheidt de dag en ik loop erdoor*, is zijn motto. Vergroeid met zijn iPhone, die hij gebruikt voor onophoudelijk overleg met vrienden via Snapchat, voor een eindeloze stroom filmpjes op YouTube én voor series op Netflix. "Papa, je moet écht eens kijken naar *Sex education*", zegt hij dan. Waarbij ik denk: beter dat hij naar een bejubelde tv-serie over de zoon van een sekstherapeute kijkt dan naar porno.

Elke avond om acht uur kijkt mijn zoon naar *Familie*. Niet op zijn telefoon, gewoon op tv. Weliswaar met zijn telefoon in de hand. Elke keer verbaast het me hóe hij naar zijn favoriete soap kijkt: de helft van de tijd kijkt hij gewoon niet, omdat hij op zijn telefoon zit. Alsof hij "zijn

momenten kiest", terwijl hij *Familie* kijkt: zo mist hij geen seconde van de acteerprestaties van Roel Vanderstukken. "Die is écht goed", zegt hij dan.

Die verminderde aandacht van tieners tijdens het tv-kijken is Netflix niet ontgaan. De streamingdienst die vorig jaar veertig procent van alle Vlamingen bereikte, gaat nu ook bij ons buitenlandse series laten inspreken in het Nederlands. Omdat de kijker erom vraagt, zegt Netflix. De kijker zegt wel dat hij bij een serie het Deense of Spaanse origineel verkiest, maar de cijfers wijzen uit dat de series beter bekeken worden wanneer ze in de moedertaal van de kijker zijn gedubd. Bovendien helpt dat dubben volgens Netflix ook om tieners bij de les te houden. De Amerikaanse serie *Fuller house*, het vervolg op het razend populaire *Full house* uit de jaren 80 en 90, wordt in

het Nederlands ingesproken "omdat tieners steeds vaker multitasken voor het scherm. Ze zijn bezig met hun telefoon en luisteren tegelijk met één oor naar het programma." Volgens mediaprofessor Lieven De Marez van de UGent zijn jongeren echt kampioen in het jongleren met schermen. "Tieners waren al deejay van hun sociale media en zijn dat nu ook van hun eigen kijkervaring. Ze stellen zelf hun menu samen op YouTube, Netflix, VTM Go en VRT NU. Mijn twee tienerdochters switchen met sprekend gemak van het ene naar het andere, sneller dan ik."

Expeditie Temptation

Eén grote bedenking bij al dat multitasken: het bestaat niet. Dan zegt u natuurlijk: hoezo, multitasken bestaat niet? Je kan toch koken en naar *Dagelijkse kost* kijken? De

strijk doen en de radio beluisteren? Autorijden en een gesprek voeren met je passagier? En dus ook met een half oog naar een serie kijken terwijl je op je smartphone zit? Allemaal waar, maar er is een verschil tussen twee dingen tegelijk doen en twee dingen tegelijk verwerken. Cognitief psycholoog Wouter Duyck van de UGent: "Wat Netflix zegt, is absurd. Niemand kan twee dingen tegelijk kijken, ook tieners niet. Omdat je dezelfde functie in de hersenen aanspreekt en zo een flessenhals in de concentratie veroorzaakt."

Concentratie: daar draait het hem dus om. Ons brein focust zich automatisch op één ding, en laat de 'omgeving' naar de achtergrond verhuizen. Duyck: "Daarom kan je efficiënt studeren met klassieke muziek, maar niet met liedjes die je graag hoort en uit het hoofd kent: je acti-



Je moet naar de winkel. De handzeep is op.



Oké, mama en papa hebben nood aan een romantisch etentje. Laat de kinderen het maken/voorbereiden/opdien. En dan: bed in.



VICTOR DE LEUR (16)

- Woont in Hasselt
- Vierde jaar wiskunde-wetenschappen

DAGELIJKE SCHERMTIJD
4,5 uur



GEbruikt zijn SMARTPHONE VOORAL VOOR

Snapchat, Instagram, Netflix, YouTube, Spotify en Smartschool.

FAVORIETE PROGRAMMA'S (tv)

Familie, The A-team, Magnum P.I.

FAVORIETE PROGRAMMA'S (smartphone)

Friends, That seventies show, Flash, Arrow, Top boy.

BEPERKINGEN

"Geen gsm tijdens het eten of als ik ga slapen."

ZIT JIJ TE WACHTEN OP GEDUBDE REEKSEN OP NETFLIX?

"Totaal niet. Ik kijk Netflix vooral op mijn gsm en kan dan geen twee dingen tegelijk doen. De originele stemmen vind ik toffer en het is beter voor mijn Engels."

MAANDAG

KIJKTIJD (minuten)

Storage wars	7.30 - 7.45 u	16'
Friends 4 afl.	17.04 - 18.54 u	110'
Friends 1 afl.	18.54 - 19.12 u	18'
Moonlighting	19.12 - 19.30 u	18'
Familie	20.00 - 20.35 u	35'
Percy Jackson & the Olympians	20.35 - 21.30 u	56'

DINSDAG

Storage wars	7.30 - 7.40 u	10'
YouTube Acid	16.17 - 16.38 u	21'
Friends 1 afl.	18.12 - 18.25 u	13'
The A-team	18.25 - 18.35 u	10'
Friends 1 afl.	18.40 - 19.02 u	22'
Familie	20.00 - 20.35 u	35'
Champions league	20.35 - 21.30 u	56'

WOENSDAG

Below deck mediterranean	12.30 - 12.52 u	22'
Friends 1 afl.	13.32 - 13.54 u	22'
Friends 1 afl.	14.56 - 15.18 u	22'
Friends 1 afl.	15.52 - 16.14 u	22'
Familie	20.00 - 20.35 u	35'
Champions league	20.35 - 21.30 u	56'

DONDERDAG

Storage wars	7.25 - 7.39 u	14'
Friends 1 afl.	16.27 - 16.49 u	22'
Friends 1 afl.	18.17 - 18.38 u	21'
YouTube	19.05 - 19.45 u	40'
Familie	20.13 - 20.35 u	22'

VRIJDAG

Storage wars	7.30 - 7.38 u	8'
Temptation Island	21.27 - 22.15 u	48'

ZATERDAG

YouTube	10.36 - 11.01 u	25'
Friends	12.48 - 12.55 u	7'
YouTube	12.55 - 13.13 u	18'
Friends	13.13 - 15.04 u	111'
YouTube	15.04 - 16.22 u	78'
YouTube	16.22 - 17.22 u	60'
Twitoh	17.22 - 18.04 u	42'
Friends 3 afl.	18.04 - 20.35 u	151'
Baby driver	20.35 - 22.22 u	107'

ZONDAG

YouTube	10.11 - 10.18 u	7'
Twitoh	10.18 - 10.27 u	9'
The A-team	12.21 - 12.47 u	36'
Twitoh	17.05 - 18.10 u	65'
YouTube	18.10 - 19.14 u	64'
Hitman: Agent 47	20.56 - 21.25 u	29'

Lieven De Marez. "Probeer dát programma maar eens van begin tot einde uit te kijken. (lacht) *Temptation island* kun je makkelijk met iets anders combineren: het is zo verkapt, zit vol herhalingen en vooruitblikken en eigenlijk zijn de hoogtepunten schaars.

Wouter Duyck volgt zijn collega:

"Ik kijk op dezelfde manier met een half oog naar *The sky is the limit*. Je mist niks als je ondertussen op je telefoon zit te kijken." Toch klinkt dat als een nachtmerrie voor tv-makers: dat je programma met een half oog wordt bekeken.

Rutger Beckers van productiehuis Sputnik Media ziet het bij zijn eigen

tienerzoon: "Die zit op zijn smartphone naar YouTube te kijken en ondertussen volgt hij met één oog *Expedite Robinson* op het grote scherm. Dat trekt zijn aandacht op de cruciale momenten. En uiteraard geeft hij vanachter zijn telefoon uitgebreid commentaar." (lacht) Zenders hebben zich veel te lang



Tips van onze experts die zelf kinderen in huis hebben

"Mijn zoon was tot vorig jaar volledig vrij in het gebruik van zijn smartphone, tot hij zelf met het verhaal kwam dat hij slecht sliep. Hij maakt nu gebruik van de 'schermtijd'-functie op zijn telefoon om bijvoorbeeld het gebruik van Instagram te beperken. **Na halfnegen blokkeert het hele gezin zijn smartphone en laten we alleen bellen, sms'en en whatsapp toe.**"

• Cognitief psycholoog Wouter Duyck

"Ik heb de **wifi thuis apart ingesteld voor elk gezinslid**. Die van mijn 12-jarige zoon valt uit om halfnegen, die van mijn dochter iets vroeger omdat ze jonger is. 's Morgens mogen ze niet online. De wifi blijft onbeperkt voor de ouders, wij zijn allebei ondernemers. Maar 's avonds proberen we het te beperken."

• Tv-producent Rutger Beckers

"Mijn drie tienerdochters krijgen geen beperkingen, maar op restaurant of aan tafel hoeven we niet eens te zeggen dat de smartphone daar niet kan. Ze nemen de smartphone ook **niet mee naar de slaapkamer.**"

• Tv-strateeg Wim Staelens

"Mijn kinderen zijn nog maar vier en vijf, maar ik probeer hen nu al duidelijk te maken dat niet elk dood moment aan tafel opgevuld moet worden met een tablet. Ik zal mijn kinderen later vragen de telefoon niet mee te nemen naar de slaapkamer en ook weg te leggen tijdens het huiswerk. Ik vind ook dat je als ouder rolmodel moet zijn door de smartphone zo weinig mogelijk te gebruiken bij het ontbijt en het avondeten. En wie wil testen of zijn kind verslaafd is: **trek de wifi eens uit. Hoe groter de weerstand, hoe groter de verslaving.**"

• Neuropsycholoog Elke Geraerts

"Meldingen van Snapchat en andere dingen moeten niet altijd aan staan. Dat probeer ik mijn kinderen bij te brengen. Ze snappen dat ze die bron van afleiding niet altijd naast zich moeten hebben. Het zou ook geen kwaad kunnen om met het hele gezin de smartphone een tijdje in een mand te leggen. Vergelijk het met een hond: als je die laat doen, zit hij in bed, in bad, achter het stuur. De hond hebben we getemd, de smartphone niet."

• Mediaprofessor Lieven De Marez

veert met die liedjes een centrum in de hersenen dat zich eigenlijk met het huiswerk moet bezighouden. Een mens kan niet multitasken, wel serieel monotasken. Dat betekent dat je tussen taken kunt wisselen, maar dat gaat altijd gepaard met een kost. Doe de test met een tiener die naar Netflix kijkt op tv en tegelijk op YouTube zit op zijn smartphone: door die zogenaamde taakwisselkost krijgt die tiener maar de helft mee van wat hij bekijkt. Dat is gewoon de biologie van ons brein. Ons systeem is niet gemaakt om twee dingen tegelijk aandacht te geven."

Een eminent *Temptation*-deelnemer stelde het ooit filosofisch: "Je hebt kijken. En je hebt *kijken*." Maar dat klopt dus niet: twee dingen tegelijk kijken, kan niet. Al zijn er wel programma's die daar zich opvallend goed toe lenen. Jawel, zoals *Temptation island*, zegt



Maak eindelijk dat fotoboek van je kind. Je hebt nu toch 43.475 digitale foto's klaarstaan.



Laat de kinderen in de tuin van oma en opa spelen. Zij kunnen zwaaien van achter het raam.





Sam Claeys zit niet te wachten op de gedubde reeksen op Netflix. "Ik kijk zelfs met Engelse ondertitels."

SAM CLAEYS (13)

- Woont in Zulte
- Derde middelbaar economie

DAGELIJKE SCHERMTIJD
3,5 uur

GEBUIKT HAAR SMARTPHONE VOORAL VOOR

Instagram, Snapchat en Netflix.

FAVORIETE PROGRAMMA'S (tv)

De mol, Blind getrouwd en De luizenmoeder.

FAVORIETE PROGRAMMA'S (smartphone)

Friends en Glee. "En samen met mijn mama kijk ik 'The good place' op Netflix."

BEPERKINGEN

geen. "Maar mijn mama stuurt me wel een halfuur voor bedtijd naar boven, dan kan ik nog even op mijn telefoon. Als ik ga slapen, zet ik hem op stil."

ZIT JIJ TE WACHTEN OP GEDUBDE REEKSEN OP NETFLIX?

"Totaal niet. Ik kijk zelfs met ondertitels in het Engels, want vaak is dat Engels zo slecht vertaald in het Nederlands dat de grappen gewoon niet meer grappig zijn."

MAANDAG

KIJKTIJD (minuten)

Friends op Netflix	17.00 - 17.30 u	30'
De luizenmoeder	20.00 - 20.30 u	30'
Beste kijkers	20.30 - 20.45 u	15'
Friends	21.30 - 22.00 u	30'

DINSDAG

Friends	19.00 - 19.30 u	30'
De mol	20.30 - 21.30 u	60'
Olee	21.30 - 21.45 u	15'

WOENSDAG

Friends	15.15 - 16.00 u	45'
Beat VTM	20.00 - 20.20 u	20'
The good place	20.20 - 21.30 u	70'

DONDERDAG

Friends	19.30 - 19.45 u	15'
The good place	20.30 - 21.30 u	60'

VRIJDAG

Mr. & Mrs. Smith	21.30 - 22.30 u	60'
------------------	-----------------	-----

ZATERDAG

Friends	11.00 - 11.30 u	30'
---------	-----------------	-----

ZONDAG

Friends	12.00 - 12.30 u	30'
Friends	13.00 - 14.00 u	60'
Friends	18.00 - 18.30 u	30'
Blind getrouwd en De mol	20.00 - 23.00 u	180'

neergelegd bij de dominantie van YouTube bij jonge kijkers, vindt Beckers: "Je hoorde elke keer: hoe kunnen wij in godsnaam concurreren met YouTube?" Sputnik Media gaf in 2018 het antwoord op die vraag met een serie die een jaar later het meest gegoogelde woord werd in België: *wtFOCK*, kort voor de kreet "what the fuck". *wtFOCK* is een soap voor jongeren die aanvankelijk alleen via het internet te bekijken was. Gedurende een korte periode werden elke dag één of twee afleveringen van een paar minuten gedropt, met groot succes: de helft van alle Vlaamse 15- tot 20-jarigen keek er

naar, online waren er wekelijks een half miljoen kijkers.

Maar bewijst het succes van zo'n online soap net niet dat alles tegenwoordig kort en *snackable* moet zijn voor die tieners met hun beperkte aandachtsspanne? Wim Staelens gelooft van niet. Hij bepaalt voor mediabedrijf SBS mee de strategie van tv-zenders Vier en Vijf en heeft zelf drie tienerdochters. "Vorige zondag zaten we samen naar *De mol* te kijken, met lichte vertraging, om de reclame te kunnen doorspoelen. (lacht) Tijdens dat doorspoelen, zaten mijn dochters én ik op onze smartphone. *Zie jullie nu zitten*, zei

mijn vrouw." Staelens gelooft nog altijd dat tieners een programma wél de nodige aandacht zullen geven als het dwingend genoeg is. "Mijn dochters kunnen uren naar Netflix kijken. Of op de klassieke tv naar *De mol*, *Thuis* en *The Voice van Vlaanderen*. Dat zijn nog altijd programma's die tieners samen met de rest van het gezin bekijken."

Volgens Kristof Demasure, woordvoerder van SBS België, is dat de reden waarom een programma als *De mol*'s avonds om acht uur begint: "Zo kunnen de tieners op zondagavond ten laatste om kwart voor tien naar bed. Het zijn de jongeren die te

genwoordig de afstandsbediening vasthouden. Er zijn steeds meer nieuw samengestelde gezinnen. Als zo'n gezin de moeite doet om samen iets te bekijken, kun je er als zender maar beter voor zorgen dat je op dat moment iets voor iedereen te bieden hebt dat op een deftig uur wordt uitgezonden. *Temptation island* is dan weer iets anders: er is voor een tiener vaak niets leuker dan dat alleen te bekijken, op de telefoon."

De betere leuter-tv

Bij Vier werkt Wim Staelens aan strategieën voor programma's op



Laat de kinderen elke dag hun eigen outfit kiezen. Toch niemand die het ziet.



Verstop 35 snoepen over het hele huis, één voor elke dag.





INGE JONNET

Yarne El Mabrouk legt zichzelf geen beperkingen op. "Al probeer ik mijn smartphonegebruik te limiteren tijdens het studeren."

YouTube. "Vlaamse kinderen kijken massaal naar YouTube. Vraag maar aan de zender RTL in Nederland: tien à twintig procent van hun kijkers op YouTube komt van België." De kwaliteit van de filmpjes is de voorbije jaren ook fors toegenomen omdat YouTube het succes van een filmpje niet langer laat afhangen van het aantal keren dat het wordt angeklikt, maar van hoelang het wordt bekeken. Zo is de gemiddelde duur van een filmpje op YouTube in iets meer dan tien jaar tijd gestegen van twee naar vijftien minuten. En wie een tiener een kwartier wil boeien, moet zich onderscheiden in kwali-

teit. "Mijn dochters kijken systematisch naar vloggers als De Zoete Zusjes en De Bellinga's. Vroeger was dat 'leuter-tv', nu is dat heel mooi gemaakt, met de klassieke trucs die tv hanteert. Dat soort filmpjes laat dat multitasken perfect toe, natuurlijk. En ik snap dat tieners zowel Netflix als YouTube op hun smartphone bekijken: die telefoon is hun toestel, hun ding, zij beslissen."

Of ze nu echt multitasken of niet: het tienerbrein krijgt met al die schermen en al dat aanbod nog weinig rust. Gezond kan dat niet zijn, zou je dan denken. Neuropsychologe Elke Geraerts vindt het kwalijk dat

Netflix multitasken bij jongeren tijdens het kijken in de hand werkt: "Dat getuigt van weinig ethiek. Constant van het ene scherm naar het andere wisselen, maakt ons vatbaarder voor hapklare prikkels en maakt ons brein lui, we ontleren om in de diepte te gaan."

Geraerts heeft de vzw Better Minds at School opgericht, om scholen bewust te maken van het belang van 'breinhygiëne'.

Maar haar collega Wouter Duyck deelt haar pessimisme niet: "De studies die zagezgd aantonen dat een brein schade zou oplopen door multitasken, tonen alleen aan dat multi-

tasken iets met ons brein doet. Maar dat doet lezen ook, of tennissen. De discussie doet me denken aan de Griekse filosoof Plato, die meer dan tweeduizend jaar geleden al waarschuwde voor de gevaren van het boek: als we dingen gaan opschrijven, gaan we nooit meer iets onthouden." (lacht)

"Ik maak mij meer zorgen over de gevolgen van die beslissing van Netflix voor de kennis van het Engels", zegt Duyck. "Vlaamse jongeren spreken net beter Engels door de ondertiteling. Vélér beter dan hun Waalse collega's, die al jaren *Friends* kijken met Franse stemmen."

YARNE EL MABROUK (16)

- Woont in Laarne
- Vijfde jaar wiskunde-wetenschappen

DAGELIJKSE SCHERMTIJD

4 - 5 uur

GEBRUIKT ZIJN SMARTPHONE

VOORAL VOOR

Snapchat, Instagram, spelletjes, Netflix, Spotify, YouTube, TikTok en Messenger

FAVORIETE PROGRAMMA'S (tv)

De mol. "Ik kijk ook wel eens mee naar 'Thuis' of het nieuws."

FAVORIETE PROGRAMMA'S (smartphone)

Stranger things, Elite, Narcos en Avatar op Netflix. "Ik kijk ook veel NBA-basket op YouTube."

BEPERKINGEN

"Geen. Al beperk ik mijn smartphone-gebruik wel tijdens het studeren."

ZIT JIJ TE WACHTEN OP GEDUBDE REEKSEN OP NETFLIX?

"Nee. Ik verkies het origineel, ook bij Spaans gesproken reeksen als 'Narcos' en 'Elite'. Bij Engelstalige series heb ik geen ondertitels nodig, maar in andere gevallen helpen ondertitels om de taal een beetje te leren."

MAANDAG

KIJKTIJD (minuten)

Highlights basketbal	7.35 - 7.50 u	26'
YouTube (basketbal)	16.46 - 17 u	14'
Netflix: Avatar 1 afl.	22.45 - 23.10 u	26'

DINSDAG

Basketbal	7.55 - 8 u	6'
YouTube	16 - 18 u	120'
Netflix: Avatar 1 afl.	21.10u - 21.35 u	26'
Netflix: Avatar 1 afl.	23.43 - 00.08 u	26'

WOENSDAG

Netflix: Avatar 2 afl.	12.36 - 13.25 u	29'
Champions League	22u40 - 24 u	80'

DONDERDAG

Basketbal op YouTube	17.06 - 17.20 u	14'
Netflix: Avatar 2 afl.	20.38 - 21.30 u	62'
Facebook en Ik	21.35 - 22.22 u	47'

VRIJDAG

Bad boys	22 - 24 u	120'
----------	-----------	------

ZATERDAG

Het journaal	13u - 13.40 u	40'
Netflix: Elite 1 afl.	13.20 - 14.15 u	66'
Het journaal	19.30 - 20.10 u	40'

ZONDAG

Het Journaal	13 - 13.45 u	46'
Spider-man: Far from home	14.50 - 16.55 u	126'
De mol	20.30 - 22 u	90'
Mr. and Mrs. Smith	23.15 - 1.15 u	120'



Verstop opnieuw 35 snoepen over het hele huis. Kind 1 heeft ze gisteren allemaal opgegeten.



Sletseschieten. Probeer vanachter een lijn om ter verst je slets - badsloef, teenslipper, alles is goed - te lanceren. Hou een klasment bij met krijtstreepjes op de vloer.

