



Voor u uitgestippeld...

Het beeldscherm als bedreiging voor een goede hechtingsrelatie tussen ouder en puber?

Gelezen door Ting Ting Hu en Nancy Telleman

We praten volop over een social media verbod voor kinderen, maar hoe kritisch kijken we naar het schermgebruik van ouders zelf? Als ouder is het verleidelijk om 'nog héél even' op je scherm te kijken. Recent onderzoek laat zien dat veelvuldig schermgericht gedrag door opvoeders de gehechtheidsrelatie met hun puber beschadigt. Maar hoe hard is dit bewijs?

• STIP: wat lezen wij?

Wij lezen het artikel: "‘Mommy, do you love your phone more than me?’: Parental device use and the adolescent-caregiver attachment bond", van Grant et al. waarin is onderzocht wat adolescenten van het schermgerichte gedrag (device-centric behavior) van hun primaire opvoeder vonden, hoe ze zich hierbij voelden en hoe dit geassocieerd is met de gehechtheidsrelatie tussen opvoeder en adolescent.

Hoe gingen de onderzoekers te werk en wat vonden ze?

Het onderzoek is uitgevoerd in de Verenigde Staten onder 600 adolescenten van 12-17 jaar oud in augustus 2025. Zij werden via Qualtrics geworven, een veelgebruikte online enquête-tool. Deelnemers moesten Engels kunnen spreken, schrijven of begrijpen. De gemiddelde leeftijd was 14,5 jaar (SD 1,69) vooral 'wit' van kleur (75,5%). Er is alleen gefocust op moeder- en vaderfiguren. Andere ouderfiguren (zoals ooms en tantes) werden geëxcludeerd omdat deze groep te klein was (n=25). Hierdoor kwamen de onderzoekers mogelijk uit op (600-25=) 575 deelnemers. Dat staat echter niet duidelijk beschreven.

Om de percepties en gevoelens van de adolescenten met betrekking tot het schermgerichte gedrag van de primaire opvoeders te meten, hebben onderzoekers een eigen vragenlijst met 12 items ontwikkeld: de Device Attachment Interference Scale (DAIS). Een hogere score gaat gepaard met het vaker voorkomen van schermgericht gedrag van opvoeders.

Voor de gehechtheidsrelatie tussen opvoeder en adolescent gebruikten ze de Experiences in Close Relationships-Relationship Structures scale (ECR-RS) die een onderscheid maakt tussen een vermijdende en angstige hechtingsstijl. Hoe hoger de score is, hoe sterker de mate waarin deze onveilige hechtingsstijl voorkwam. De adolescenten vulden zelf de DAIS- en ECR-RS-vragenlijsten in op één bepaald moment.

De onderzoekers zagen dat een hogere DAIS-score consistent gepaard ging met een hogere ECR-RS-score (bij zowel de vermijdende als angstige hechtingsstijl) bij moeder- en vaderfiguren. Het effect is zo sterk dat het absoluut geen toeval kan zijn, zie hiervoor ook tabellen 1a en 1b. Hierbij toont de positieve regressie-coëfficiënt (b) de samenhang en de standaardfout (SE) de precisie van b (hoe kleiner SE is, hoe nauwkeuriger b is). Ter controle is hierbij de t-waarde getoond (die vertelt hoeveel standaardfouten b van 0 verwijderd is, waarbij geldt dat $|t| > 1,96$ significant is, dus zodoende de kracht van de significantie inzichtelijk maakt).

Tabel 1a: regressievergelijking DAIS-score - ECR-RS-score Moederfiguur

	b	SE	t	p
Vermijdende hechtingsstijl	0,630	0,077	8,180	< 0.001
Angstige hechtingsstijl	0,819	0,087	9,360	< 0.001

Tabel 1b: regressievergelijking DAIS-score - ECR-RS-score Vaderfiguur

	b	SE	t	p
Vermijdende hechtingsstijl	0,434	0,101	4,311	< 0.001
Angstige hechtingsstijl	0,990	0,105	9,399	< 0.001

Wat is van belang voor de interpretatie van de resultaten?

Er is sprake van belangrijke methodologische beperkingen die ook in het artikel vermeld worden:

- Het onderzoek is een momentopname: er kunnen geen conclusies over de oorzaak-gevolgrelatie worden getrokken;
- Voorzichtigheid is geboden bij het gebruik van de DAIS, omdat er meer onderzoek nodig is naar de validiteit;
 - De DAIS is ontwikkeld door een psychometrist en een mediapsycholoog en door verschillende experts getoetst. De validiteit en betrouwbaarheid van de DAIS is echter ontwikkeld met een populatie (van onbekende leeftijdsverdeling) uit behandelcentra. Dit kan de zeer significante effecten verklaren in de algemene populatie.
 - Daarnaast werden de DAIS en ECR-RS op hetzelfde moment ingevuld waardoor er een kans bestaat dat adolescenten die zich al negatief over hun verzorger voelden, op dat moment beide vragenlijsten negatiever invulden. Hierdoor ontstaat een verdere overschatting van het negatieve effect van het schermgerichte gedrag.
- Er is weinig bekend over de populatie, zoals sociaal-economische risico's of psychologische/psychiatrische kenmerken van de opvoeder. Daardoor bestaat onduidelijkheid over de generaliseerbaarheid van dit onderzoek. Qualtrics kan ook makkelijker toegankelijk zijn voor een specifieke (meer welvarende) subgroep. De extreme gevallen ontbreken, waardoor de gemiddelde 'onveilige hechting' in deze steekproef waarschijnlijk lager uitvalt. Hierdoor kan een afzwakking van het negatieve effect van het schermgerichte gedrag ontstaan.
- Het is onduidelijk of de opvoeders meelazen met de adolescenten tijdens het invullen, waardoor ze sociaal gewenste antwoorden gaven. Hierdoor wordt het negatieve effect van schermgericht gedrag afgezwakt.

• **STIP: wat kan de JGZ hiermee volgens de Stippel-Brigade?**

Waar de praktijk zich nu vooral richt op de schermtijd van het kind, laat deze studie zien dat het schermgerichte gedrag van de verzorger minstens even belangrijk kan zijn om te bespreken, zeker bij adolescenten.

Dit onderzoek bevestigt wat al langer wordt vermoed en kort in de JGZ richtlijn Ouder-Kindrelatie staat vermeld: schermgericht gedrag van de ouder vormt een potentieel risico voor de ouder-kindrelatie. Alledaagse, sensitieve interacties zijn cruciaal voor een veilige hechting; fysieke aanwezigheid alleen is niet genoeg. Als verzorgers volledig worden opgeslokt door hun beeldscherm, kunnen deze waardevolle momenten in het gedrang komen.

Omdat dit onderzoek een momentopname is en meerdere methodologische beperkingen kent, is het niet mogelijk om te concluderen dat schermgericht gedrag van de opvoeder daadwerkelijk leidt tot een onveilige hechting.

• **STIP: waarom dan?**

Een veilige hechting vormt het fundament voor de emotionele, sociale en cognitieve groei van een kind. Als deze verbinding onder druk staat, kan een kind later worstelen met onzekerheid, gedragsproblemen of heftige emoties. Wat veel ouders niet beseffen, is dat ook hun eigen mediagedrag hierin meespeelt. JGZ-professionals vervullen hierin een sleutelrol. Zij kunnen de ouder-kindrelatie bespreekbaar maken, signalen van een verstoorde hechting vroegtijdig herkennen en ouders de juiste ondersteuning bieden. Zo kunnen problemen voorkomen worden.

• **STIP: ook nog wetenswaardig...**

- [JGZ-richtlijn Ouder-kind relatie](#)
- [De wonderjaren | Het still face experiment](#)
- [Tips: zo geef je het goede voorbeeld](#)
- [Meer schermtijd, minder tijd voor ouder-kind-praat](#)

• **STIP: verantwoording**

Titel artikel: "Mommy, do you love your phone more than me?": Parental device use and the adolescent-caregiver attachment bond

Auteurs: Don Grant, Payne Winston-Lindeboom, Linda Ruan-lu, Karen E Shackleford, Barbara Nosal, Michael Roeske

DOI-code: [10.3389/fpsyg.2026.1766665](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1766665)

Tags: #ouder-kind-relatie, #hechting, #beeldschermgebruik