

# Adam Alter - Superverslavend

Je kon de afgelopen weken geen krant openslaan of er stond wel een interview in met Adam Alter, universitair hoofddocent Marketing en Psychologie aan New York University en auteur van het boek [Superverslavend](#). Ik besloot het boek te lezen tijdens mijn vakantie. Een mooi moment, want ik had net besloten die week zoveel mogelijk offline te blijven... dat wil zeggen even geen social media, WhatsApp of e-mail. Iets wat niet helemaal is gelukt, maar dat terzijde.

Alter behandelt in zijn boek het verslavende aspect van smartphones, apps en social media en pretendeert ook aan te geven wat je eraan kunt doen. Het boek is opgebouwd uit drie delen. In het eerste deel staat het begrip gedragsverslaving centraal. In deel 2 bespreekt Alter in zes hoofdstukken de zes ingrediënten van gedragsverslaving en deel 3 gaat over de toekomst van gedragsverslaving en geeft Alter een aantal mogelijke oplossingen.

Vanwege mijn werkzaamheden (met als belangrijkste doelgroep professionals in de kinderopvang, ouders en jonge kinderen) was ik vooral benieuwd naar wat Alter juist over de jonge kinderen te zeggen had.... Ik hoopte op iets vernieuwends, maar het is geen wetenschappelijke publicatie en de auteur brengt geen nieuwe cijfers naar voren uit nieuw onderzoek.

Waarom moet je het dan wel lezen? Simpel. Alter houdt ons met zijn boek een pijnlijke spiegel voor. Het is even slikken, maar goed om te lezen hoe gedragsverslaving werkt en hoe het verslavende aspect in stand wordt gehouden door de industrie. Hij schrijft toegankelijk en brengt in zijn boek verschillende inzichten van verschillende disciplines bij elkaar en dat is prettig. Het bevestigde mij in elk geval in [de missie](#) die wij met Kind & Media hebben en [de boodschap](#) die we uitdragen. Hij waarschuwt voor teveel gebruik, maar is realistisch genoeg om aan te geven dat compleet negeren geen zin heeft en dat het voorbeeldgedrag enorm belangrijk is.

Wat betreft de (jonge) kinderen wordt de verslaving volgens Alter nog eens extra gevoed door ouders die de iPad (of een andere device) gebruiken om kinderen te entertainen. Alter zegt daarover: "IPads maken de taak van de ouders een stuk makkelijker. Ze bieden kinderen die van video's of games houden een eindeloze en hernieuwbare hoeveelheid entertainment... Maar ze creëren ook gevaarlijke gewoonten waar kinderen op latere leeftijd maar moeilijk vanaf komen." Dat is nu precies de reden waarom we willen dat professionals zich inzetten ten aanzien van mediaopvoeding. Zij spelen een cruciale rol: niet alleen omdat ze een voorbeeld kunnen zijn voor de kinderen, maar misschien ook wel voor de ouders (zonder dat er met het vingertje gewezen wordt).

Alleen dan kunnen we als volwassenen een goede basis (lees: gewoontes) creëren bij de kinderen wat betreft mediagebruik. Dat kun je als ouder niet alleen, want op straat, bij vriendjes, opa en oma en ga zo maar door zien kinderen anderen verstrikt in een schermpje. Het kan dan misschien om werk gaan, maar als kind zie je dit verschil niet.

Zullen we eens beginnen als volwassenen om na te denken hoe kinderen media gaan gebruiken en hoe we ervoor zorgen dat zij dit voorbeeld zien?

Meer weten? Kind & Media is een vervolg op Digidreumes en is opgezet in samenwerking met [Mediasmarties](#). Op de site [www.kindmedia.nl](http://www.kindmedia.nl) vind je niet alleen inspiratie om meer uit media te halen, maar kun je ook meer lezen over de missie en de samenwerkingspartners.

[Denise Bontje](#) is coördinator van Kind & Media. Ze geeft trainingen en inspiratiebijeenkomsten over mediaopvoeding aan pedagogisch medewerkers en leerkrachten.