



Recepten voor een

# **smartphonevrije school**

Digitale cultuurverandering:  
hoe pak je dat aan?



Het heeft de vorm van een creditcard, de grootte van een paspoort en licht op als een glimworm. Niets heeft onze ontmoetingen, slaapritme, liefdesleven, winkelgewoontes, nieuwsconsumptie, schoollessen, vakanties, reizen, dinertjes en zelfs onze wc-bezoekjes zó veranderd als de smartphone.

– Simon van Teutem, De Correspondent (28-8-2023)



# Een heet hangijzer

**Jongeren moeten op een verantwoorde manier leren omgaan met technologie en worden voorbereid op een samenleving waarin informatietechnologie een belangrijke rol speelt. Alle scholen zien dit als een belangrijk onderdeel van hun onderwijs en geven op hun eigen wijze invulling aan zogenoemde digikunde en mediawijsheid.**

De smartphone is binnen dit verhaal een heet hangijzer geworden. De laatste tijd neemt de discussie over met name smartphones in het onderwijs toe. Populaire smartphone-apps als TikTok, Snapchat, WhatsApp en Instagram zijn uitermate verslavend en scholen zien dat het bij een groeiende groep leerlingen ten koste gaat van het leren. Een steeds groter wordende stapel onderzoeken laat bovendien zien dat het veelvuldige gebruik van smartphones (en vooral sociale media) onze jongeren eenzamer, onzekerder en ontevredener maakt. De balans is zoek.

Begin juli heeft het ministerie van OCW een [dringend advies](#) uitgebracht over het gebruik van mobiele telefoons op scholen. Vanaf 1 januari 2024 is het in principe niet meer toegestaan om mobiele telefoons, tablets of smartwatches in de les te hebben, behalve als die worden gebruikt voor de lesinhoud, of als leerlingen om medische redenen afhankelijk zijn van hun apparaat. De komende maanden moeten scholen zelf gaan bepalen hoe zij hun smartphonebeleid vormgeven.

## Casus: het Amstelveen College

Het Amstelveen College liep voor de troepen uit en nam al eerder dit jaar het besluit om een smartphonevrije school te worden. Kennisland hielp de school het gesprek te voeren met alle betrokkenen en ideeën te verzamelen voor de invulling van het nieuwe smartphonebeleid. De inzet was om samen met leerlingen, ouders, docenten en andere medewerkers de bijbehorende cultuurverandering vorm te geven. Met een besluit alleen ben je er immers nog niet. Je in een smartphonevrije school begeven, als leerling, docent of ouder, is best even wennen.

We verzamelden een waaier aan input en ideeën op basis van onze gesprekken op het Amstelveen College. In dit inspiratiepakket hebben we onze inzichten omgezet naar 'recepten'. Er is namelijk niet één enkele 'juiste' manier om een smartphonevrije school vorm te geven. Net zoals bij koken draait het om creativiteit, experimenteren en veel proeven. De recepten bieden inspiratie aan scholen die ook bezig zijn met een (digitale) cultuurverandering en die praktische manieren zoeken om daarover op school in gesprek te gaan.

Lees [hier](#) meer over onze samenwerking met het Amstelveen College.



“Gun leerlingen, studenten en hun docenten een paar uur per dag vrij van de smartphone!”

– Wrister Grommers, rector

**Medio februari 2023 stuurt de rector van het Amstelveen College, Wrister Grommers, een brief naar alle leerlingen en ouders. In de brief staat dat het Amstelveen College vanaf schooljaar 23/24 een smartphonevrije school wordt; vanaf dan geldt het principe ‘telefoon thuis of in de kluis’. Het besluit werd genomen ruim voordat de overheid met het dringende advies en richtlijnen voor smartphonebeleid kwam. Kennisland ging in gesprek met Wrister: wat heeft de school ertoe bewogen om een smartphonevrije school te worden?**

**Wat was het moment dat je dacht: “Nu moet het afgelopen zijn, die smartphones moeten van school verdwijnen”?**

*“Het was een besef dat langzamerhand kwam. De afgelopen jaren is de impact van de smartphone sluimerend toegenomen. In coronatijd is het gebruik geëxplodeerd en ineens leek het apparaat overal te zijn en continu aan te staan. Het trappenhuis (de centrale zitplek in de pauzes op school) vulde zich meer en meer met naar het scherm kijkende leerlingen. Dat trof me en ik realiseerde me dat onze richtlijnen volstrekt onvoldoende waren. In gesprekken met docenten en met het MT bleek een ruime meerderheid ervan overtuigd dat het beter zou zijn de smartphone te weren van school.”*

**Het verbannen van smartphones kan als een stap terug voelen in een wereld die constant vooruit beweegt. Op welke manieren zie je dit beleid als een stap vooruit in het onderwijs op school?**

*“De discussie rondom smartphones speelt al een aantal jaar. We hebben het echt ver uit de hand laten lopen. Niets doen is geen vooruitgang. Het is onze verantwoordelijkheid als schoolleiding om te zorgen voor een positief, stimulerend en veilig leerklimaat. En daar hoort ook bij dat we kritisch kijken naar nieuwe ontwikkelingen en de komst van smart devices op school.”*



We hebben het echt ver uit de hand laten lopen. Niets doen is geen vooruitgang.

*“We gaan als school mee met de tijd, dat is evident. We omarmen digitalisering en zorgen dat ons team over de nodige digitale bagage beschikt. Jongeren hebben baat bij digitaal vaardige leraren en een moderne onderwijsomgeving. Een belangrijk punt wordt echter vaak vergeten wanneer het gaat over digitalisering in het onderwijs: bij technologische ontwikkelingen staan het welzijn en de rechten van kinderen (en leraren!) vaak **niet** centraal. En daarbij gaat het zo snel dat we nauwelijks de tijd vinden om er kritisch naar te kijken. Dit doet een appèl op ons allen, en in het bijzonder op de leraren die voor de klas staan. Het lesgeven wordt echt moeilijker door de aanwezigheid van smartphones.”*

**Er zijn gemengde gevoelens over dit beleid, gezien de belangrijke rol van smartphones in ons dagelijks leven. Hoe ga je om met de weerstand?**

*“Het belangrijkste is het gesprek aangaan, te luisteren naar zorgen, bezwaren en ideeën. En de bereidheid hebben er ook iets mee te doen. Constructieve gesprekken over moeilijke onderwerpen zouden we veel meer moeten voeren. In de bijeenkomsten die Kennisland organiseerde zag je dat de deelnemers zelf met creatieve oplossingen kwamen. Smartphonebeleid is voor iedereen nieuw, en er zullen misschien vragen komen waar we niet meteen een antwoord op hebben. Nog niet alles is uitgedacht, maar als professionele onderwijsorganisatie zijn we alert, flexibel en goed in staat om bij te sturen waar nodig.”*

### **Wat zou je andere schoolleiders willen meegeven?**

*“Als ik het traject opnieuw zou doen, dan zou ik een proefperiode inbouwen. Zo kwamen we een mooi initiatief tegen van ROC Friese Poort ‘April op stil’. Zo’n proeftijd schept ruimte voor een collectieve ervaring en reflectie daarop. Bovendien kom je veel praktische zaken tegen waar je van kan leren. Collega- schoolleiders zou ik willen oproepen: ga de weerstand aan, ga erover in gesprek, je weet waar je het voor doet. Een paar uur per dag weg van ‘altijd aan’ is heel goed voor brein en lijf, een paar uur per dag je volle aandacht en focus om te leren, te dromen en te groeien. Gun leerlingen, studenten en hun docenten een paar uur per dag vrij van de smartphone!”*

Lees [hier](#) het hele interview met rector **Wriester Grommers**.



Ga de weerstand aan, ga erover in gesprek.





# Veldonderzoek op school

**Doel** Reflecties, meningen, zorgen en ideeën ophalen onder betrokkenen.

**Tijdsduur** Een schooldag.

**Ingrediënten**

- 2 pauzes
- 2 of meer interviewers
- Gespreksstarter
- Vragenkaartjes
- Notitieboek/laptop
- Online vragenlijst
- Posters met QR-code en link naar vragenlijst

## Instructies

1. Kies een datum waarop zoveel mogelijk leerlingen op school zijn, dus niet tijdens een toetsweek.
2. Bepaal de vragen die je wil stellen aan leerlingen en medewerkers. Zoals: *Wat vind jij van het besluit? Waarvoor gebruik jij je smartphone op school? Wanneer heb je last van je smartphone? Wat ga je missen zonder smartphone op school? Waar maak je je zorgen over als je je smartphone niet mag gebruiken op school? Heb je ideeën over hoe je jouw tijd op school wilt invullen zonder smartphone?*
3. Ontwerp prikkelende (digitale) posters en/of Ansichtkaarten met een QR-code en een link naar een vragenlijst met bovenstaande vragen.
4. Hang de posters op en plaats informatie op digitale schermen op de dag van het veldonderzoek. Zorg ervoor dat leerlingen en medewerkers bij aankomst zien dat er die dag wat te gebeuren staat. Dit brengt het gesprek over het nieuwe smartphonebeleid alvast op gang.
5. Bedenk een ludieke gespreksstarter.
6. Gebruik de pauzes om het gesprek aan te gaan met zo veel mogelijk (verschillende) leerlingen en medewerkers. Gebruik vragenkaartjes als geheugensteun of laat leerlingen en medewerkers blind een kaartje trekken waarna ze antwoord geven op de vraag.
7. Schrijf tijdens of direct na de gesprekken op wat voor antwoorden je hebt gehoord.
8. Stuur de vragenlijst ook op naar ouders om hun meningen, zorgen en ideeën op te halen.
9. Analyseer de data, zowel van de gesprekken op school als van de online vragenlijst. Wat zijn zorgen en ideeën waarmee in het smartphonebeleid rekening moet worden gehouden?

## Belangrijk

Alle reacties mogen er zijn. Probeer je actief in te leven in de ander en wees je bewust van de leefwereld van leerlingen: zij kennen geen school zonder smartphone!

## Inspiratie

Voorbeeld van ansichtkaarten en een bord dat als gespreksstarter kan dienen:

*Zet je  
telefoon uit,  
de wereld  
heeft je  
nodig.*



*Moet ik  
inloggen  
om met je  
te praten of  
kan dat zo?*



Hoe denk jij over  
smartphonevrij?  
Geef je mening via:



[kl.nl/smartphone](https://kl.nl/smartphone)

Welk type  
smartphonegebruiker ben jij?



De Zombie



De Ghoster



De Scroller



De Beller



De Gamer



De Nieuwsgier



De Influencer

# Samen brouwen

**Doel** Ruimte geven aan verschillende perspectieven en oplossingen bedenken voor bestaande zorgen over het smartphonebeleid, samen met leerlingen, ouders en medewerkers.

**Tijdsduur** 2,5 uur per bijeenkomst.

**Ingrediënten**

- Wervingscampagne
- Podium
- Interactief theater
- Stoelen in theateropstelling
- Tafels met max. 8 stoelen per tafel
- Grote vellen papier
- Stiften/pennen
- Tafelnummers
- Expositie
- Stellingen voor een 'over-de-streep'-oefening
- Parkeerflap

## Instructies

1. Bepaal een datum of meerdere data waarop betrokkenen live samenkomen.
2. Bedenk van tevoren wat je met de input gaat doen.
3. Begin idealiter ruim twee maanden van tevoren met de werving. Communiceer duidelijk wat de kaders zijn voor de bijeenkomst, zodat deelnemers de juiste verwachtingen hebben. Waar zit exact de ruimte voor co-creatie?
4. Begin de bijeenkomst met een 'over-de-streep'-oefening als ijsbreker. Noem een stelling en laat deelnemers lopen naar de 'ja-kant' of 'nee-kant'. Bijvoorbeeld: *'ik word wakker en het eerste wat ik doe is mijn telefoon checken'*. Vraag één of twee deelnemers waarom zij voor die kant hebben gekozen.
5. Geef tijdens de bijeenkomst ruimte aan de emotionele onderstroom. Zorgen voor een veilige, intieme en open sfeer komt het proces ten goede. Interactief theater leent zich daar goed voor. Acteurs creëren herkenbare situaties rondom smartphonegebruik en vragen deelnemers daarop te reageren.
6. Maak inzichtelijk dat er verschillende perspectieven zijn op het smartphone-vraagstuk, zowel binnen als buiten de school. Een expositie met posters en videomateriaal leent zich hier goed voor. Ontwerp posters met prikkelende quotes uit het veldonderzoek, uit nieuwsberichten en uit wetenschappelijke artikelen. De posters en video's moeten verschillende perspectieven weergeven, dus zowel positief als negatief.
7. Bedenk met de groep oplossingen voor bestaande zorgen die zijn opgehaald tijdens het veldonderzoek. Gebruik hiervoor de ['world café'-methode](#). Verdeel relevante thema's over de tafels, één thema per tafel. Laat deelnemers kiezen over welk thema zij willen meedenken en vraag ze bij die tafel aan te schuiven,

maximaal 8 deelnemers per tafel. Laat deelnemers gezamenlijk brainstormen over oplossingen en deze op papier schrijven. Na 20 à 30 minuten kiezen de deelnemers een andere tafel uit voor ronde 2. Zorg voor tafelbegeleiders die bij alle rondes aan dezelfde tafel blijven zitten.

8. Mochten er gedurende de bijeenkomst vragen opkomen waar nog geen antwoord voor is, schrijf die dan op de 'parkeerflap' (een wit vel papier).
9. Sluit af door te zeggen wat je met de opgehaalde input gaat doen en wanneer betrokkenen terugkoppeling kunnen verwachten.

## Belangrijk

Er was op dit punt in het proces op het Amstelveen College al behoefte aan het delen van ervaringen van andere scholen die een vergelijkbaar smartphonebeleid hebben. Wat kunnen we van hen leren? Wat werkt goed en wat niet?

## Inspiratie

Voorbeeld van een flyer met programma en posters met quotes uit het veldonderzoek (zoom in):

**Voor een echt gesprek heb je geen wifi nodig.**

23 • 24 • 25 mei

Kom naar een van de bijeenkomsten en deel je zorgen, vragen én ideeën over smartphonevrij!

**AMSTELVEEN COLLEGE**

**Wanneer:** 23, 24, 25 mei  
**Waar:** aula  
**Voor wie:** leerlingen, ouders en onderwijspersoneel  
**Inclusief:** hapjes en drankjes

**16.00** Inloop  
**16.30** Welkom door rector Wriester Grommers  
**16.45** **Expositie:** wat zeggen leerlingen, ouders, medewerkers en de wetenschap over smartphonevrij?  
**17.15** **Theater:** wat levert het op als we een paar uur per dag vrij kunnen zijn van onze smartphones? En waarom voelt het voor sommige mensen als vrijheid en voor anderen niet?  
**18.00** **World Cafés:** samen bedenken we oplossingen voor bestaande zorgen. Hoe gaan we bijvoorbeeld om met last-minute roosterwijzigingen? En hoe kunnen leerlingen, ouders en medewerkers elkaar bereiken in geval van nood? Denk mee!  
**19.00** Einde

Kies een van de opties:

**Wat zegt het Amstelveen College?**  
Reacties op het besluit

"Waarom maken we niet gewoon strengere regels tijdens de lessen in plaats van meteen een heel verbod?"  
- leerling

"Moedig en wijs besluit. Dit lijkt mij de enige logische keuze."  
- ouder

**"Goed plan, red de zombies!"**  
- medewerker

"Ik vind het een goed initiatief, maar ben sceptisch over hoe het op een fijne manier uitgevoerd kan worden."  
- medewerker

"Het telefoongebruik loopt de spulgaten uit: kinderen hebben ons nodig om de balans te vinden."  
- medewerker

"Ik vind dit niet de juiste methode, de mobiliteit is onderdeel van deze tijd en we moeten jongeren juist leren omgaan met de smartphone."  
- leerling

**AMSTELVEEN COLLEGE**

**Wat zegt de wetenschap?**

"Alleen al de aanwezigheid van een smartphone (zonder de smartphone te gebruiken) kan leiden tot lagere scores op toetsen."  
- Thornton, Faires, Robbins & Rollins, 2014

"Bijna alle vo-docenten vinden dat hun leerlingen (te) veel tijd besteden aan hun smartphone. Bijna de helft van hen maakt zich daar zorgen - of zelfs grote zorgen over."  
- Ducc, 2017

"De smartphone kan afleiding geven, met name bij kinderen en jongeren, omdat hun impulscontrole in het brein nog niet goed ontwikkeld is."  
- Schreuders et al., 2018

"Apps kunnen behulpzaam zijn bij schoolwerk, mits er sprake is van instructie, oefenen en feedback. Vrij gebruik van smartphones, tablets en laptops tijdens lessen heeft juist een negatief effect op leerprestaties."  
- Kennisatlas, 2016; NRO, 2023

**AMSTELVEEN COLLEGE**

**Wat zegt de buitenwereld?**

**Mobieltesverbod - Stop met symptoombestrijding, begin bij de kern van het probleem!**

"Leren stimuleren doe je niet door het verbieden of afpakken van mobieltes. Mobieltes kunnen inderdaad afleidend zijn, maar als je duidelijke afspraken maakt - die per docent kunnen verschillen - zijn mobieltes juist een aanwinst in het leven van de docent en scholier. Stop met criminaliseren en start met reguleren. Open de ogen voor de echte problemen in het onderwijs!"  
- Landelijk Actie Netwerk Scholieren (LAKS)

**Brief aan mijn smartphone**

"Jij weet alles van mij, mijn diepste geheimen en grootste verlangens. Je weet welke kledingstukken op mijn verlanglijstje staan, welke kadootjes ik met kerst zal kopen en voor wie, welke recepten ik kook, we boeken laatst nog samen een vakantie, je kent mijn banksaldo... Maar ik heb echt wat meer afstand nodig, je komt te dichtbij, ik denk niet dat dat bindingsangst is, wel voel ik tot in mijn tenen dat ik wat meer ruimte voor mezelf nodig heb. Dus neem ik je niet meer overal mee naartoe. Zet ik je soms zelfs 'uit.' 's Nachts laat ik je in de woonkamer liggen. Partij is such a sweet sorrow, maar er is geen weg terug voor mij."  
- student over een week zonder smartphone

**AMSTELVEEN COLLEGE**

# Online terugkoppeling naar ouders

**Doel** Ouders informeren over de invulling van het nieuwe smartphonebeleid. Ouders weten dan waar zij aan toe zijn wanneer het nieuwe smartphonebeleid van start gaat

**Tijdsduur** 1 uur, online.

**Ingrediënten**

- Uitnodiging inclusief link naar online meeting
- Teams (videobellen)
- Presentatie
- Q&A
- 1 of 2 sprekers vanuit het schoolteam

## Instructies

1. Verstuur ruim een maand van tevoren een uitnodiging voor de online terugkoppeling in de vorm van een webinar, inclusief Teams-link.
2. Neem de webinar op en vermeld dit ook aan het begin van het gesprek.
3. Nodig deelnemers uit hun vragen in de chat te stellen. De vragen worden na de presentatie beantwoord.
4. Bespreek tijdens de presentatie de volgende onderdelen:
  - *Waarom kiezen we voor een nieuw smartphonebeleid?*
  - *Welke ervaringen van medewerkers en leerlingen liggen hieraan ten grondslag?*
  - *Welke wetenschappelijke inzichten volgen we?*
  - *Welk proces hebben we doorlopen (zoals bijvoorbeeld recept 1 en recept 2)?*
  - *Hoe ziet het beleid eruit?*
  - *Welke keuzes hebben we gemaakt op basis van de zorgen en ideeën van betrokkenen? Hoe gaan we om met uitzonderingen op het beleid? Hoe bereik je je kind in geval van nood?*
  - *Wat zijn voorwaarden voor succes?*
 Zie [hier](#) de presentatie voor het Amstelveen College, met onder andere ervaringen van andere scholen.
5. Beantwoord de vragen uit de chat.
6. Deel de webinar met betrokkenen, zodat zij die kunnen terugkijken indien gewenst.

## Tip

De online terugkoppeling is met name een geschikte vorm om ouders te informeren. Leerlingen worden op school ingelicht over de invulling van het nieuwe smartphonebeleid. Het helpt om een filmpje te maken waarin het beleid helder wordt uitgelegd. Op deze manier weet je zeker dat alle leerlingen dezelfde informatie krijgen, zodat er geen miscommunicatie ontstaat.

# Jongeren aan zet

**Doel** Jongeren krijgen budget om pauze-activiteiten te organiseren als alternatief voor de smartphone. Dit zorgt voor eigenaarschap onder jongeren.

**Tijdsduur** Enkele weken.

**Ingrediënten**

- Groepsbegeleider (dit kan een jongerenwerker, onderwijsondersteuner of docent zijn).
- Een groep leerlingen
- Budget

## Instructies

1. De begeleider verzamelt een groep leerlingen om zich heen.
2. Deze groep krijgt een budget tot hun beschikking. Zij mogen samen bepalen hoe zij het activiteitenbudget willen besteden. Willen zij een tafelvoetbaltafel? Meer bankjes? Een spelletjesbibliotheek? Etcetera.

## Belangrijk

Zorg ervoor dat deze groep ook bestaat uit leerlingen die normaal gesproken minder gehoord worden, bijvoorbeeld doordat zij niet in een leerlingenraad of MR-raad zitten, of uit zichzelf niet snel naar voren zouden stappen.



# Jouw school ook smartphonevrij?



**Heb je hulp nodig op jouw school om samen met leerlingen, ouders en collega's tot een goed en gedragen smartphonebeleid te komen?**

**Neem dan contact op met Fabienne ([fr@kl.nl](mailto:fr@kl.nl)) of Monique ([ms@kl.nl](mailto:ms@kl.nl)) van [Kennisland](#)!**



**KENNISLAND**

Samen vernieuwen.