

**7 oktober
2017**



Onderzoek:

'10 jaar smartphone'

<http://opiniepanel.eenvandaag.nl>

Over het EenVandaag Opiniepanel

Het EenVandaag Opiniepanel bestaat uit ruim 50.000 mensen. Zij beantwoorden vragenlijsten op basis van een online onderzoek. De uitslag van de peilingen onder het EenVandaag Opiniepanel zijn na weging representatief voor zes variabelen, namelijk leeftijd, geslacht, opleiding, burgerlijke staat, spreiding over het land en politieke voorkeur gemeten naar de Tweede Kamerverkiezingen van 2012. Panelleden krijgen ongeveer één keer per week een uitnodiging om aan een peiling mee te doen. Op de meeste onderzoeken respondeert 60 tot 70 procent van de panelleden.



'10 jaar smartphone'

7 oktober 2017

Over dit onderzoek

Aan het onderzoek deden 19.684 leden van het EenVandaag Opiniepanel mee. Hiervan hebben er 18.622 een smartphone. Het onderzoek vond plaats van 18 tot en met 21 september 2017. Het onderzoek is na weging representatief voor zes variabelen.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met onderzoeker Rozemarijn Lubbe, rozemarijn.lubbe@eenvandaag.nl.

Samenvatting

Jongeren meer dan drie uur per dag op smartphone

Veel hebben neiging om constant op telefoon te kijken

Zes op de tien jongeren (60%) besteden elke dag minimaal drie uur aan hun smartphone. 15 Procent gebruikt de telefoon zelfs meer dan zes uur op een dag. Dat blijkt uit onderzoek van EenVandaag onder 715 leden van het Jongerenpanel en 19.684 leden van het Opiniepanel. EenVandaag ondervroeg de groepen over hun ervaringen met de smartphone, omdat die tien jaar bestaat.

Van de Opiniepanelleden gebruikt een kwart (25%) de smartphone naar eigen zeggen meer dan drie uur per dag. Toch vinden zowel de jongeren (68%) als de ouderen (84%) zichzelf niet verslaafd.

Aandrang om te kijken

Zes op de tien (60%) jongeren voelen regelmatig de aandrang om op hun telefoon te kijken, ook als ze weten dat er niks nieuws is. Drie op de tien (29%) leden van het Opiniepanel hebben die neiging. Zeven op de tien (69%) jongeren pakken hun smartphone meteen als ze wakker worden, 44 procent van de ouderen doet dat.

Positief of negatief?

De smartphone bestaat tien jaar. Over de invloed van de telefoon op de samenleving zijn de meningen verdeeld. Mensen die vinden dat de telefoon vooral een negatieve invloed heeft, denken dat de samenleving er individualistischer door is geworden. Ze wijzen op de terugloop van sociale interactie 'in het echte leven' omdat mensen 'meer aandacht geven aan hun telefoon dan aan hun gesprekspartner.' Ook noemen mensen smartphonegebruik in het verkeer. Anderen zeggen juist dat de smartphone mensen dichterbij elkaar heeft gebracht omdat wereldwijde communicatie via bijvoorbeeld mail, WhatsApp of sociale media makkelijker is geworden. Maar het belangrijkste voordeel van de smartphone is volgens de meesten dat een telefoon met internet overal kan dienen als bron van informatie.

2. Smartphone: verrijking of belasting?

Vindt u de smartphone een verrijking van uw eigen leven?

Een grote verrijking: 74%

Weinig verrijking: 26%

Weet niet / geen mening: 0%

Vindt u de smartphone een belasting van uw eigen leven?

Een grote belasting: 21%

Weinig belasting: 79%

Weet niet / geen mening: 0%

Als u moet kiezen: vindt u de smartphone dan vooral een verrijking of vooral een belasting van uw eigen leven?

Vooraf een verrijking: 79%

Vooraf een belasting: 13%

Weet niet / geen mening: 8%

Heeft de smartphone wat u betreft vooral een positieve of negatieve invloed op de samenleving?

Vooraf een positieve invloed: 38%

Vooraf een negatieve invloed: 41%

Weet niet / geen mening: 21%

3. Tijdsbesteding smartphone

Hoeveel uur per dag zit u gemiddeld op uw smartphone?

Tel alles bij elkaar op: dus appen, navigeren, bellen, social media checken etc.

Minder dan een uur:	27%
Tussen de 1 en 2 uur:	25%
Tussen de 2 en 3 uur:	21%
Tussen de 3 en 4 uur:	11%
Tussen de 4 en 5 uur:	5%
Tussen de 5 en 6 uur:	3%
Tussen de 6 en 7 uur:	2%
Tussen de 7 en 8 uur:	1%
Tussen de 8 en 9 uur:	0%
Tussen de 9 en 10 uur:	1%
Meer dan 10 uur:	2%
Weet niet / geen mening:	2%

Vindt u dat u eigenlijk te veel of te weinig bezig bent op uw smartphone, of bent u tevreden met uw huidige activiteit?

Te veel:	28%
Ik ben tevreden over mijn huidige activiteit:	71%
Te weinig:	1%
Weet niet / geen mening:	0%

Heeft u in het afgelopen jaar bewust geprobeerd minder tijd te besteden aan uw smartphone?

Ja, en dat is gelukt:	21%
Ja, en dat is niet gelukt:	11%
Nee:	68%

Hoe lang denkt u dat u zonder uw smartphone kunt?

Minder dan een half uur:	3%
Minder dan een uur:	2%
Een paar uur:	8%
Halve dag:	9%
Dag:	19%
Meerdere dagen:	21%
Week:	4%
2 weken:	2%
3 weken:	1%
Een maand:	2%
Langer dan een maand:	23%
Weet niet / geen mening:	5%

In hoeverre raakt u in de stress van onderstaande zaken?

	Erg in de stress	Weinig in de stress	Weet niet / geen mening
Als u geen wifi hebt / geen internet op uw smartphone	28%	72%	0%
Als u denkt dat u uw smartphone kwijt bent	75%	24%	1%
Als u niet op uw smartphone kunt	28%	72%	0%

Als u kijkt naar uw eigen smartphone gebruik: kloppen onderstaande stellingen dan wel of niet?

	Eens	Oneens	Weet niet / geen mening
'Mijn smartphone is het eerste wat ik pak als ik wakker word'	44%	56%	0%
'Als ik mijn smartphone vergeet, ga ik direct terug om hem te halen'	41%	56%	3%
'Ik merk dat ik steeds meer tijd besteed op mijn smartphone'	20%	76%	4%
'Ik raak geïrriteerd wanneer ik mijn smartphone niet bij de hand heb'	15%	82%	3%
'Regelmatig denk ik dat mijn smartphone trilt terwijl dat niet zo is'	15%	83%	2%
'Als ik merk dat ik een nieuw berichtje heb moet ik dat direct lezen'	29%	69%	2%
'Als ik 's nachts wakker word, check ik geregeld of ik nieuwe berichten heb binnengekregen'	7%	91%	2%

'Ik voel regelmatig de aandrang om op mijn smartphone te kijken ook als ik weet dat er niets nieuws is'	29%	69%	2%
---	-----	-----	----



4. Bent u verslaafd?

Je bent verslaafd als je mobiel ten koste gaat van andere belangrijker dingen, zoals nachtrust, huishoudelijke taken, school of werk en vrienden. Je concentratie gaat vaak achteruit en je grijpt vaak automatisch naar je mobiel. Je kunt geïrriteerd zijn als je niet bij je telefoon kunt. Je merkt dat je verslaafd bent doordat je meer en meer tijd op je mobiel doorbrengt, vaak meer tijd dan je van plan was.

Bent u verslaafd aan uw smartphone?

Ja:	15%
Nee:	84%
Weet niet / geen mening:	1%

'Ik kan me geen leven zonder smartphone voorstellen.'

Eens:	42%
Oneens:	54%
Weet niet / geen mening:	4%

Als u vlak voor het slapen gaan op uw smartphone bezig bent geweest, merkt u dan dat u minder goed of beter slaapt?

Dan slaap ik vaak minder goed:

Ik merk geen verschil:

Dan slaap ik vaak beter:

Weet niet / niet van toepassing:

Onderhoudt u uw sociale contacten vooral via uw smartphone of vooral in het echte leven (door af te spreken), of allebei ongeveer evenveel?

Vooraf via mijn smartphone:	14%
Vooraf in het echte leven:	36%
Allebei ongeveer evenveel:	49%
Weet niet / geen mening:	1%

Minister Melanie Schultz (Infrastructuur) wil dat het gebruik van een mobiel tijdens het fietsen verboden wordt. Omdat het bedienen van touchscreens het grootste risico zou opleveren, mag je ook je telefoon niet in een houder op je stuur bedienen. Als het verbod er komt, mag je dus je mobiel helemaal niet meer aanraken tijdens het fietsen.

Vindt u dat het verboden moet worden om uw mobiel te gebruiken tijdens het fietsen?

Ja:	82%
Nee:	15%
Weet niet / geen mening:	3%

5. Ouders

Onderstaande vragen zijn gesteld aan ouders met een of meer thuiswonende kinderen.

Heeft u wel eens onenigheid met u kind(eren) omdat u vindt dat hij/zij de smartphone teveel gebruikt?

Ja, dagelijks:	10%
Ja, wekelijks:	10%
Ja, maandelijks:	4%
Ja, een paar keer per jaar:	4%
Nee, vrijwel nooit:	45%
Weet niet / niet van toepassing:	27%

Heeft u afspraken met uw kind(eren) over waar en/of wanneer hij/zij de smartphone niet mag gebruiken?

Ja:	27%
Nee:	45%
Niet van toepassing:	29%

Als ja

Houdt/houden uw kinderen zich over het algemeen aan deze afspraken?

Ja, over het algemeen wel:	90%
Nee, over het algemeen niet:	7%
Weet niet / geen mening:	3%

6. Sociale media

Bij welke van onderstaande sociale media heeft u een account? U kunt meerdere antwoorden aankruisen.

WhatsApp:	85%
Facebook:	69%
Twitter:	34%
Instagram:	30%
LinkedIn:	34%
Snapchat:	14%
Pinterest:	20%
YouTube:	40%
Anders, nl:	3%
Ik zit niet op sociale media:	7%

Hoeveel tijd bent u dagelijks kwijt aan al uw sociale media accounts?

Met sociale media bedoelen wij bijv. Facebook, Twitter, maar ook WhatsApp.

Tussen de 0 en 1 uur:	60%
Tussen de 1 en 3 uur:	30%
Tussen de 3 en 5 uur:	7%
Meer dan 5 uur:	2%
Weet niet / geen mening:	1%

Vindt u zelf dat u te veel of te weinig tijd kwijt bent aan sociale media of bent u tevreden met uw huidige activiteit?

Te veel:	18%
Ik ben tevreden over mijn huidige activiteit:	78%
Te weinig:	1%
Weet niet / geen mening:	3%

Heeft u het afgelopen jaar bewust één of meer sociale media accounts gesloten en/of bent u inactief geworden omdat u vond dat u er te veel tijd aan besteedde?

Ja:	20%
Nee:	80%

Wat voor beeld geeft u over het algemeen van uw eigen leven op sociale media?

Voorals positief:	24%
Realistisch, zowel positief als negatief:	57%
Voorals negatief:	2%
Weet niet / geen mening:	17%

In hoeverre maken sociale media u onzeker over hoe leuk uw eigen leven is?

Erg onzeker:	9%
Niet erg onzeker:	85%
Weet niet / geen mening:	6%

'Door sociale media heb ik vaak het gevoel dat het leven van anderen leuker is dan dat van mij'

Mee eens:	12%
Mee oneens:	80%
Weet niet / geen mening:	8%

In hoeverre ervaart u sociale media als een verrijking van uw leven? Sociale media zijn voor mij...

Een grote verrijking:	35%
Weinig verrijking:	61%
Weet niet / geen mening:	4%

In hoeverre ervaart u sociale media als een belasting van uw leven? Sociale media zijn voor mij:

Een grote belasting:	15%
Weinig belasting:	83%
Weet niet / geen mening:	2%

Als u moet kiezen: ervaart u sociale media dan vooral als verrijking of vooral als belasting?

Voorals als een verrijking:	57%
Voorals als een belasting:	21%
Weet niet / geen mening:	22%

De volgende drie vragen zijn alleen gesteld aan mensen die een smartphone hebben en betaald werk in loondienst verrichten.

Hoe vaak bekijkt u buiten werktijd werkmails en/of handelt u af werktelefoontjes af die via een smartphone binnenkomen?

Vrijwel iedere dag:	22%
Meerdere dagen per week:	15%
Meerdere keren per maand:	9%
Vrijwel nooit:	51%
Weet niet / geen mening:	3%

Hoeveel uur besteedt u per week buiten werktijd aan het afhandelen van werk gerelateerde berichten en telefoontjes via uw smartphone? Gemiddeld:

Ik doe dit vrijwel nooit:	60%
0 – 3 uur per week:	28%
3 – 6 uur per week:	6%
6 – 9 uur per week:	2%
9 – 12 uur per week:	1%
12 – 15 uur per week:	0%
Meer dan 15 uur per week:	0%
Weet niet / geen mening	3%

In hoeverre ervaart u het als een belasting wanneer u buiten werktijd op een smartphone werkmails bekijkt of werktelefoontjes beantwoordt?

Een grote belasting:	27%
Weinig belasting:	70%
Weet niet / geen mening	3%

Onbereikbaar?

Sinds begin 2017 is in Frankrijk in de wet opgenomen dat werknemers buiten werktijd hun werktelefoon niet hoeven op te nemen en werkmails niet hoeven te lezen en beantwoorden. De Franse overheid heeft deze wet ingesteld omdat zij zagen dat werknemers het steeds moeilijker kregen om tijdens privétijd het werk van zich af te zetten. Dit komt deels door de smartphone die mensen de hele dag bij zich hebben

waardoor zij constant verbonden zijn.

Zou het een goed of een slecht plan vinden wanneer in Nederland een wet wordt ingevoerd dat werknemers buiten werktijd niet hoeven te reageren op werkberichten?

Een goed plan:	70%
Een slecht plan:	16%
Weet niet / geen mening:	14%

