

VRAAG VAN DE MAAND

Jeugd en Gezin Gooi en Vechtstreek | november 2021

Jeugd en Gezin Gooi en Vechtstreek | Burgemeester de Bordesstraat 80, 1404 GZ Bussum | (035) 692 63 50 | www.jggv.nl

HOE BEGELEID IK MIJN KIND ONLINE?

Het onderwerp mediaopvoeding is actueler dan ooit! Door de verschillende lockdowns zijn we veel meer online. Ook kinderen hebben in deze periode meer schermtijd gehad. Hoe zorg je nu weer voor een gezonde balans?

Plezier

Online media wordt onder andere gebruikt omdat je er veel van kunt leren, het ontspannend kan werken en je makkelijk in contact kan komen met elkaar. Kinderen en jongeren benutten media ook om zichzelf te ontwikkelen; ze uiten zich via sociale media, websites, vlogs, blogs en filmpjes. Dit stimuleert hun spel en hun fantasie en helpt ze – al experimenterend – om zelfvertrouwen op te bouwen

en een eigen identiteit te vinden. Het is als ouder belangrijk om hiervoor de ruimte te bieden en ze (social) media te laten gebruiken om te ontspannen en met elkaar in contact te blijven.



Veilig

Het vermijden van risico's is belangrijk in de mediaopvoeding. Seksueel getinte foto's of gewelddadige video's: via media krijgen kinderen en jongeren soms dingen te zien die nog niet geschikt zijn voor hun leeftijd. Of ze krijgen te maken met cyberpesten of virtuele diefstal. Met duidelijke afspraken, een goede begeleiding en eventuele filters zorg je ervoor dat je kind veilig online kan. Daarnaast gebruiken jonge kinderen ook vaak een tablet of telefoon van hun ouders, denk dus van te voren na over welke apps erop geïnstalleerd zijn.

Veilig mediagebruik begint met wat je aan media in huis haalt. Maak goede afspraken met elkaar over het gebruik van media in huis en praat met elkaar over de risico's. En mocht het toch mis gaan, grijp in en durf – waar nodig – advies te vragen aan professionals.

Samen

Door samen gebruik te maken van diverse media, verhoog je zowel het plezier als de veiligheid. Je ziet als ouder wat je kind online doet en hoe hij/zij dit ervaart. Dat levert mooie momenten op om een gesprek te beginnen. Zolang je zelf het goede voorbeeld geeft en uitlegt op welke manier er (in het gezin) met media wordt omgegaan, zullen kinderen het normaal vinden om te vertellen wat ze meemaken in de online wereld. Blijf nieuwsgierig naar wat je kind met media doet. Stel vragen als: wat is jouw favoriete filmpje op YouTube? Je mooiste plek in Minecraft? Vraag je kind om het uit te leggen en luister naar wat je kind vertelt.

Inhoud

Het is belangrijk dat kinderen media gebruiken die passen bij hun leeftijd en ontwikkelingsfase. Wanneer ze beelden of taalgebruik voorgeschoteld krijgen waar ze eigenlijk nog te jong voor zijn, kunnen ze bang worden, in de war raken of een verdraaid beeld van de werkelijkheid krijgen. Een kind kan bijvoorbeeld gaan denken dat er elk moment oorlog kan uitbreken.

Wanneer media aansluiten bij de belevingswereld van je kind, heeft dit juist een positief effect op de ontwikkeling. Je kind kan er dan veel van leren. Een goede app of online tool kan de fantasie prikkelen, nieuwsgierig maken en aanzetten tot spel en naspelen.

Balans

Veel ouders maken zich zorgen over de tijd die een kind besteedt aan media. Het is vooral belangrijk dat media niet de enige activiteit is voor je kind. Ook tekenen, bouwen, lezen, bordspelletjes en lichamelijke activiteiten zoals klimmen, rennen en fietsen zijn belangrijk. Help je kind hierbij door zelf het goede voorbeeld te geven, afspraken te maken over de momenten waarop media 'aan' en 'uit' staan en andere leuke dingen te bedenken die je met je kind samen kan doen of die je kind kan doen samen met vrienden.

Laat je kind vlak voor het naar bed gaan geen gebruik maken van (digitale) media. Een kind krijgt dan

te veel prikkels en indrukken om te verwerken, en het blauwe licht van het beeldscherm kan mogelijk bijdragen aan moeite met inslapen.

Persoonlijk advies nodig? We denken graag met je mee!

Mocht je na het lezen van deze informatie meer informatie willen hebben over mediawijsheid? Bekijk de verschillende aspecten van 'de Mediadiamant' op www.mediawijsheid.nl/mediadiamant

Neem gerust contact met ons op! Wij hebben ook een mediacoach in huis die met je in gesprek kan gaan om advies op maat te geven. Bereikbaar via ons servicebureau:

Telefoon: 035 – 6926350 | e-mail: info@jggv.nl.

Op onze [website](#) en via Social Media (@JeugdGezinGV) geven wij ook praktische informatie over gezond opgroeien en opvoeden.



Disclaimer

Deze nieuwsbrief is uitsluitend informatief ten behoeve van ouders en verzorgers van minderjarigen binnen de regio Gooi en Vechtsteek. Delen van deze informatie via de website of nieuwsbrieven van de scholen in de regio is toegestaan.