

Opvoeden in een digitale wereld: ingewikkeld?

Internet, smartphones en sociale media zijn niet meer weg te denken in ons leven. Waar je ook bent, je ziet het overal om je heen. Zo komen ook kinderen al jong in aanraking met tablets, filmpjes op YouTube, games en sociale media. Maar hoe ga je daar als ouder nu mee om?

De digitale wereld van nu vraagt om mediaopvoeding!

Mediaopvoeding gaat enerzijds over het inrichten van de leefomgeving van de kinderen. U als ouder bepaalt welke media apparaten er in huis komen. Anderzijds gaat mediaopvoeding over dat kinderen uiteindelijk in staat zijn om zelfstandig media te kunnen gebruiken. Daarvoor moet een kind leren om de inhoud van het media-aanbod kritisch te kunnen beoordelen en het op waarde weten te schatten. Daar hebben ze hun ouders bij nodig! Onderzoek laat zien dat jongeren en volwassenen zo'n zes tot acht uur per dag bezig zijn met media. Als ouder bent u dus ook een voorbeeld voor uw kind.

Tip: Sta eens stil bij uw eigen media gedrag. Wat leert uw kind hiervan?

Beeldschermtijd

'Hoe lang mag mijn kind nu achter de tv of tablet?' is een veel gestelde vraag op dit moment. Hier zijn geen duidelijke regels voor. Wel zijn er richtlijnen gegeven. Hoe gaat het binnen uw gezin als u kijkt naar de volgende richtlijnen?

- 4 - 6 jaar: 10 à 15 minuten per keer, tot maximaal 1 uur per dag.
- 7 - 9 jaar: maximaal 1 tot 1,5 uur per dag, verdeeld over periodes van maximaal 30 minuten.
- 10 - 12 jaar: maximaal 2 uur beeldschermtijd per dag.

Tip: Betrek uw kind hierbij en maak bijvoorbeeld kaartjes met een bepaalde tijdsduur erop. Spreek af hoe lang er per dag gebruik mag worden gemaakt van media. Geef uw kind zelf de regie over de inzet van zijn tijdsduur kaartjes. Zijn de kaartjes op, dan is de beeldschermtijd voorbij. Zo is de situatie voor iedereen duidelijk!

Blijf in gesprek

Met media bezig zijn is leuk en biedt kinderen kansen. Er zijn veel educatieve filmpjes en spellen die de ontwikkeling van kinderen kunnen stimuleren. Maar kinderen kunnen ook te maken krijgen met verschillende risico's, zoals cyberpesten. Het is daarom belangrijk dat u als ouder goed zicht houdt op het online gedrag van uw kind.

Tip: Vraag eens hoe het was op internet: 'Heb je vandaag leuke filmpjes gezien op YouTube?' en 'Nog iets grappigs gepost op Facebook?' of 'Wie zou ik moeten volgen op Instagram?'

Tip: Ga samen met uw kind gamen of filmpjes kijken en blijf als ouder op de hoogte van de nieuwste online ontwikkelingen en sociale netwerksites.

Kortom, als u denkt aan mediaopvoeding, denk dan aan het geven van het goede voorbeeld en praat met uw kind(eren) over media en de keuzes die je daarin maakt.

Veel media plezier en -wijsheid gewenst!

Meer informatie

Bent u nieuwsgierig geworden naar meer informatie of op zoek naar praktische tips?

Kijk dan eens op de volgende websites. Deze bieden veel leuke en interessante informatie.

www.mijnkindonline.nl
www.mediawijsheid.nl
www.mediaopvoeding.nl

