

Maatwerk in persoonlijke groei



Beste ouders,

Van 5 t/m 12 november is het de week van de mediawijsheid. Het is een onderwerp dat ons allemaal bezig houdt en waar we wel eens vragen over hebben.

Hoe ga jij in jouw gezin om met media? Hebben jullie afspraken gemaakt over het gebruik van de tablet, televisie en smartphone? Veel opvoedvragen gaan over mediagebruik. In deze nieuwsbrief willen we jullie tips geven hoe je je kind kunt helpen om mediawijs op te groeien. Wij geven de tips aan de hand van 5 pijlers: Balans, Inhoud, Samen, Veilig en Plezier.

Hebben jullie nav deze nieuwsbrief nog vragen, dan kunnen jullie altijd met mij contact opnemen of de site van Mediawijsheid.nl bekijken om meer informatie op te zoeken.

Vriendelijke groeten,

Annette Louwersheimer

a.louwersheimer@schoolformaat.nl

1. Balans, momenten met en zonder

Veel ouders vragen zich af hoelang hun kind achter een beeldscherm zou mogen zitten. Elk gezin is daar anders in. Het is vooral belangrijk dat mediagebruik niet de enige activiteit is voor je kind. Ook tekenen, bouwen, lezen, bordspelletjes en lichamelijke activiteiten zoals klimmen, rennen en fietsen zijn belangrijk.

Tip: Zorg ervoor dat je kind niet alleen maar bezig is met media

Maak goede afspraken over wanneer je kind even geen media gebruikt

Tip: Vlak voor het naar bed gaan liever geen media

Het kind krijgt dan te veel prikkels om te verwerken en dat zorgt voor onrust.

2. Inhoud, weet welke media geschikt zijn

Wanneer een app, filmpje, boek of spelletje aansluit bij de belevingswereld van je kind, is dat goed voor de ontwikkeling. Je kind kan er dan veel van leren.

TIP: Bedenk wat jij belangrijk vindt en betrek je kind Wat wil je voor je kind (ontspanning, creativiteit, leren)? En wat past bij de ontwikkeling van je kind (denk aan het leren van het alfabet of 'doen-alsof-spelletjes')? Betrek je kind door te vragen wat het zelf leuk vindt.

Tip: Help je kind bewust te kiezen Praat met je kind over waarom Kijkwijzer of PEGI aangeef tot welke leeftijd iets schadelijk is en waarom het goed is je daaraan te houden. Vertel ook dat niet alles op het beeldscherm echt is, zoals monsters of acteurs. Door met je kind te praten leer je je kind om eigen keuzes te kunnen maken.

Tip: Vraag advies aan experts en andere ouders. Organisaties zoals Kijkwijzer en PEGI vertellen je tot welke leeftijd een film of game schadelijk kan zijn.

3. Samen, begeleid je kind

Het samen met je kind bezig zijn met media zorgt voor plezier, maar ook voor veiligheid. Je houdt als ouder zicht op wat je kind ziet en hoe hij of zij dit ervaart.

Tip: Praat met anderen over hoe zij het doen.

Tip: Praat met je kind over wat hij op een scherm ziet

Tip: Geef als ouder het goede voorbeeld door bewuste keuzes te maken wanneer je zelf media gebruikt en wanneer niet

4. Veilig voorkom risico's

Via media krijgen kinderen van alles te zien. Zodra kinderen kunnen lezen en schrijven gaan ze steeds vaker zelfstandig het internet op. Helaas krijgen ze dan ook dingen te zien die nog niet geschikt zijn voor hun leeftijd. Een goede begeleiding en filters kunnen ervoor zorgen dat je kind veilig media kan gebruiken.

Tip: Per ongeluk iets naars gezien? Stel je kind gerust. Soms krijgt je kind per ongeluk toch iets naars te zien. Check wat je kind gezien heeft en wat voor gevoel hij of zij erbij heeft. Laat je kind vooral zelf vertellen en sluit daarop aan.

Tip: Gebruik filters en ouderlijk toezicht Veiligheidsinstellingen en het gebruik van filters kunnen helpen voorkomen dat je kind ongeschikte dingen ziet. Er zijn verschillende apps die je hiervoor kan gebruiken, zoals Qustodio.

Tip: Maak goede afspraken Praat regelmatig met je kind over online veiligheid en maak afspraken. Bijvoorbeeld over het beschermen van persoonlijke gegevens of het doen van online aankopen in een app of een game.

5. Plezier, geniet van de mogelijkheden

Tip: Blijf met elkaar in contact Kinderen vinden tv-programma's voor volwassenen steeds interessanter. Kijk eens samen naar familieshows, talentenjachten of sportwedstrijden. Ook kan je in contact blijven met vriendjes en familie door bijvoorbeeld te skypen of facetimen.

Tip: Relax met media

Media zorgen voor ontspanning. Na een drukke dag samen op de bank hangen en een filmpje kijken of een spelletje spelen kan heel fijn zijn.

Tip: Wees creatief en maak dingen Je kan ook actief en creatief aan de slag met media. Zo zijn er apps waarin kinderen een eigen game, stad of wereld in elkaar zetten. En apps waarmee je zelf filmpjes of foto's kan maken.

Bron: mediawijsheid.nl