

7 tips voor het samen maken van goede afspraken

Doe de digideal!

Hoe ga je als gezin om met digitale media? En hoe maak je goede afspraken waar iedereen zich prettig bij voelt en ook echt aan houdt? Lees deze gesprekstips, maak jullie eigen digideal en hang de poster aan de muur. O ja, de deal geldt ook voor ouders!

— Tekst: Gemma Steeman — Illustraties: Ontwerphaven



WIJS tipt!

Jong geleerd is oud gedaan. Dat geldt zeker ook voor het verstandig omgaan met media. Als ouder kun je je kind al van jongs af aan het goede voorbeeld geven. Afspraken maken gaat makkelijker als kinderen weten hoe er binnen het gezin wordt omgegaan met media. Wacht dus niet tot je kind zijn eerste spelcomputer of smartphone heeft!

1 Wanneer even geen scherm?

Over de juiste hoeveelheid schermtijd zijn de meningen sterk verdeeld. Maak daarom liever afspraken over de momenten waarop jullie even géén media gebruiken. Gaan (sociale) media goed samen met huiswerk? Wat spreken jullie af over appen op de fiets en in de auto? Mag je op je telefoon tijdens het avondeten? En wat als er bezoek is? Veel jongeren krijgen te weinig nachtrust door schermgebruik in de avond, blijkt uit onderzoek van het RIVM. Spreek eens af een week lang 's avonds geen telefoon te gebruiken. Hoe ervaart iedereen dat? Voelt het beter?



2 Hoe bewaak je je privacy?

Tot een jaar of 10 accepteert een kind dat jij bepaalt wat mag en wat niet, maar pubers zoeken graag de grenzen op. Zij hebben meer behoefte aan privacy, ook online. Mag je als ouder in de telefoon van je kind kijken? Wat spreken jullie af over het posten en taggen van elkaar in foto's of video's? En wat doen jullie om je eigen privacy online te beschermen? Doorloop ook samen de privacy-instellingen van je accounts en maak daarbij afspraken over het delen van je echte naam en e-mailadres.

3 Hoe gedraag je je online?

Welke normen en waarden vinden jullie als gezin belangrijk? Wanneer gaat online gedrag te ver? Bedenk concrete situaties: een ruzie in de appgroep van de klas, een vechtpartijtje op het schoolplein – dat wordt gefilmd door omstanders – of haatreacties onder de YouTube-video van een klasgenoot. Wat als je zo'n vechtfilmpje of meme (spreek uit:

miem) niet zelf hebt gemaakt, maar wel doorstuurt? Vraag je kind eens naar voorbeelden van grappige memes. Waar ligt de grens? Duidelijke afspraken geven je kind houvast.

Kijk ook eens op hoezomediawijs.nl/onlineomgangsvormen.

4 Wat vind je van online geld uitgeven?

Hoe herken je een beveiligde verbinding als je webwinkelt, en wat spreken jullie af over bankieren via openbare wifi? Mag er geld worden uitgegeven aan in-app aankopen? En zo ja, hoeveel? De meeste ouders spreken met hun kinderen af dat die het eerst vragen voordat ze iets mogen kopen. Maar wat doe je als je per ongeluk op 'kopen' hebt geklikt?

5 Wat weet je over veiligheid?

Wat weten jullie over online veiligheid, en wat kunnen jullie van elkaar leren? Hoe bescherm je je wachtwoorden? Wat doen jullie om te voorkomen dat je slachtoffer wordt van een hacker of identiteitsfraude? Welke afspraken maken jullie over het gebruik van openbare wifi? Weet iedereen hoe je een phishingmail kunt herkennen? Lees meer op veiliginternetten.nl en maak duidelijke afspraken.

6 Hoe zorg je voor een positief zelfbeeld?

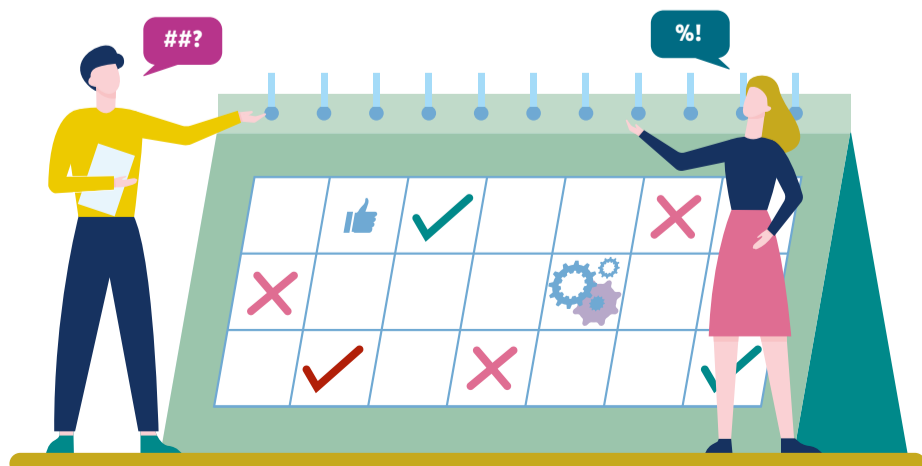
Sociale media hebben impact op het zelfbeeld van kinderen. Dat kan positief uitpakken (je kunt er jezelf uiten), maar ook negatief. Wat leren jullie elkaar over 'het perfecte plaatje'? Hoeveel waarde hecht je kind aan tags op de juiste plek of het aantal volgers? Hoe denken jullie binnen het gezin over sexy foto's om likes te krijgen? Of over het gebruik van filters voordat je een foto post? Praat erover, stel vooral ook vragen ('Wat is een oogtag?') en je komt meer te weten over de online belevingswereld van je kind.

7 Waar kijk je naar?

Er staan iedere dag nieuwe apps of filmpjes online. Maar hoe maak je daaruit een goede keuze? Ongeschikte media kunnen beangstigend of verwarrend zijn, bijvoorbeeld door geweld, scheldwoorden of seksuele beelden waar je kind nog niet aan toe is. Het is dus belangrijk om te kiezen voor goede inhoud. Spreek bijvoorbeeld af dat jullie de leeftijdsaanduidingen van De Kijkwijzer voor films en tv-series en PEGI voor games serieus nemen.

WIJS tipt!

- Op hoezomediawijs.nl kan je kind zelf aan de slag met mediawijsheid. Ook vind je er informatie over veilig en slim gebruik van internet en (sociale) media.
- De MediaDiamant helpt ouders thuis het gesprek over mediaopvoeding op gang te brengen: mediawijsheid.nl/mediadiamant.




Onze Digideal

Dit is de digideal van

Deal 1: Schermregels


(Hoe lang achter elkaar? Wanneer niet? Met welk device? Waar in huis met en zonder? Etc.)






Deal 2: Kijken en spelen

(Welke filmpjes kijk je en welke niet? Welke games speel je? Met wie speel je online? Etc.)






Deal 3: Privacy


(Mag je altijd in elkaars telefoon kijken? Taggen jullie elkaar wel of niet? Welke foto's delen jullie online? Etc.)






Deal 4: Samen


(Wat doe je wel en niet op de familie-app? Waar kijken jullie samen naar? Welke online ervaringen deel je? Etc.)






Deal 5: Veiligheid

(Hoe bescherm je je wachtwoord? Mag je online geld uitgeven? Wat spreek je af over openbare wifi? Etc.)







DATUM & PLAATS

HANDTEKENING KIND(EREN)

HANDTEKENING OUDER(S)/VERZORGER(S)

Maak samen met jouw gezin een digideal

Je kunt gebruikmaken van de gesprekstips op deze poster, maar voeg ook gerust je eigen deals toe! Het werkt het beste wanneer kind  én ouder/verzorger  de digideal samen invullen!

Deze poster is ook te downloaden op vodafoneziggo.nl/wijs.