

Kinderen en social media

Inhoud

- Wat is social media?
- De risico's van social media
- Tips voor ouders over social media



Kinderen groeien op met computers, smartphones en tablets. Ze raken al op jonge leeftijd vertrouwd met internet en social media, soms zelfs handiger dan hun ouders. Zit jouw kind al op social media of is hij/zij dat van plan? Dan hebben wij zeven handige tips voor jou als ouder!

Als volwassene ben je misschien al bekend met de voordelen én nadelen van social media. Natuurlijk wil je je kind beschermen en begeleiden op dit gebied. Maar hoe houd je als ouder in de gaten wat je kind doet op social media? Wat is verstandig om toe te staan, en wat niet? Misschien komen deze vragen vooral op als je kind ouder wordt en naar de middelbare school gaat.

Hieronder vind je informatie en tips om je vragen te beantwoorden.

Wat is social media?

Social media is de verzamelnaam voor online platformen waar mensen contact met elkaar kunnen hebben. Denk aan populaire kanalen zoals:

- Facebook
- YouTube
- Twitter
- Pinterest
- Instagram
- TikTok
- Snapchat

Vooral Instagram, TikTok en Snapchat zijn populair onder kinderen. Op social media maken gebruikers een profiel aan om berichten, foto's of video's te delen. Ze kunnen dit doen met vrienden, in een groep, of zelfs met iedereen ter wereld.

De risico's van social media

Het grootste risico van social media is dat iemand met verkeerde bedoelingen contact zoekt met je kind, zoals bij "grooming". Ook kunnen anderen soms foto's of video's van je kind gebruiken om hem of haar te pesten. Verder kan social media verslavend zijn; veel kinderen vinden het moeilijk om hun telefoon neer te leggen.

Kinderen en social media: 7 tips voor ouders

Tip 1: Verdiep je in social media

Maak zelf een profiel aan op de platforms die je kind gebruikt. Je hoeft niet actief mee te doen, maar het helpt om te begrijpen hoe alles werkt. Op internet en in boeken vind je ook veel informatie over social media voor ouders.

Tip 2: Begin samen en maak afspraken

Praat met je kind over social media en maak duidelijke afspraken. Denk bijvoorbeeld aan:

- **Schermtijd:** Hoeveel tijd mag je kind per dag op het internet?
- **Downloaden:** Welke apps mag je kind gebruiken? Veel social media-apps zijn bedoeld voor kinderen vanaf 13 jaar.
- **Privacy:** Met wie mag je kind chatten en foto's of video's delen?



Tip 3: Bespreek zelfvertrouwen en eigenwaarde

Social media kan leuk zijn, maar soms ook minder prettig. Bespreek met je kind dat iedereen zichzelf mag zijn en dat pesten niet oké is. Laat weten dat het altijd goed is om dingen te vertellen als ze iets vervelends meemaken.

Tip 4: Toon interesse in het online leven van je kind

Net zoals je vraagt naar hun schooldag, kun je ook vragen hoe hun online dag was. Bij jongere kinderen is het verstandig om in de gaten te houden waar ze online naar kijken. Je kunt eventueel een account aanmaken om vrienden met je kind te zijn op social media en zo een oogje in het zeil te houden.

Tip 5: Geef vertrouwen, maar blijf betrokken

Loslaten hoort bij opvoeden, ook op social media. Praat regelmatig met je kind en laat weten dat hij/zij altijd bij jou terecht kan, ook als er iets mis is gegaan.

Tip 6: Bespreek de gevolgen van online pesten

Vertel je kind dat online pesten heel vervelend kan zijn. Het kan mensen erg verdrietig en alleen maken. Moedig je kind aan om hulp te zoeken bij een volwassene als hij/zij zelf gepest wordt of pestgedrag bij anderen ziet.

Tip 7: Houd een oogje in het zeil

Vooraf bij jongere kinderen is het prima om af en toe te controleren welke sites en apps ze gebruiken. In sommige chatgroepen kunnen dingen gezegd worden die niet leuk zijn. Denk eraan dat kinderen nog begeleiding nodig hebben in hun online gedrag.

Tot slot: Social media kan ook heel leuk zijn!

Social media biedt kinderen de kans om:

- Af te spreken met vrienden
- Te kletsen met familie
- Leuke foto's te delen
- Video's te sturen naar opa en oma
- Vrienden te vragen om hulp met huiswerk

Met deze tips kun je je kind op een fijne en veilige manier begeleiden bij het gebruik van social media.

Vul vooral ook samen met uw kind de enquête in.

Klik op de link hieronder of kopieer deze in uw browser: [Media Skillz enquête](#)