

Mediaopvoeding

Als we het over media en kinderen hebben gaat het vaak over de negatieve ervaringen die kinderen met media opdoen, zoals pesten en gameverslaving. Dat media juist ook veel kansen bieden voor kinderen krijgt vaak minder aandacht. Door kinderen wegwijs te maken in hun mediagebruik en te leren reflecteren op hun mediagedrag ontwikkelen ze al op jonge leeftijd de vaardigheden om alle kansen van media te benutten.



Wat is mediawijsheid?

Mediawijsheid staat voor alle vaardigheden die je nodig hebt om actief en bewust mee te kunnen doen in de mediasamenleving. Ouders en scholen moeten kinderen leren hoe de media werkt en wat de impact kan zijn. En natuurlijk ook wat de kansen en de mogelijkheden zijn.

Bij mediaopvoeding gaat het erom dat u ervoor zorgt dat uw kind uiteindelijk media zelfstandig kan gebruiken, daarbij zijn/haar tijdsbesteding in de gaten kan houden, de informatie kan begrijpen, kan doorzien wat waar en onwaar is en wat waardevol is, en dat hij/zij weet hoe de media invloed kunnen uitoefenen.

Tips voor mediawijs opvoeden

- 👍 Door sociale media vanaf jongs af aan bespreekbaar te maken, zorgt u ervoor dat het een vanzelfsprekend onderwerp van gesprek is.
- 👍 Stel als ouder grenzen en regels in het gebruik van media. Kinderen vinden dat ook fijn. Blijf duidelijk maken wat u van dingen vindt, zonder het kind te veroordelen.
- 👍 Grijp een krantenartikel of een roddel aan om een gesprek te beginnen over situaties waarin uw kind kan belanden: "Heb je daar wel eens van gehoord? Wat zou jij doen in zo'n situatie?"
- 👍 Druk uw kind op het hart dat het u alles mag vragen. En houd u daar ook aan. Zeg gerust dat je iets niet weet, en zoek het dan (samen) op.
- 👍 Belangrijker dan de precieze beeldschermtijd is dat u afspraken maakt. Daarnaast is het belangrijk om voor balans te zorgen. Andere activiteiten (zoals met vriendjes spelen, buiten zijn etc.) mogen niet ten koste gaan van de beeldschermtijd. Kinderen die eraan wennen om beperkt te worden in beeldschermtijd, hebben in de puberteit minder moeite om een beperking te aanvaarden.
- 👍 Probeer samen te bedenken wat er mis kan gaan. Een kind dat zich dat eens voorgesteld heeft, begrijpt beter waarom u thuis regels invoert. Vertel bijvoorbeeld dat beelden die eenmaal op internet staan, er waarschijnlijk nooit meer af te halen zijn.
- 👍 Kinderen hebben de neiging eerst te doen en er pas daarna over na te denken. Wanneer je een kind van tevoren laat nadenken over mogelijke risicosituaties, train je om minder impulsief te handelen. Vraag bijvoorbeeld aan uw dochter: "wat zou jij doen als iemand je voor de webcam vraagt om te kijken of je geschikt bent voor een fotoshoot?"

Interessante websites

- www.mijnkindonline.nl en www.mediaopvoeding.nl.
- Doe samen met uw kind de test op www.kenjevrienden.nu.
- Ontdek met de MQ test (te vinden op www.weekvandemediawijsheid.nl) hoe mediawijs u zelf bent.
- Voor jonge kinderen: www.digidreumes.nl, www.mediasmarties.nl en www.mybee.nl.

Voor vragen of advies over gezondheid en opvoeden kunt u terecht bij het CJG, www.cjg.nl.