

DE ONLINE WERELD IN

WIJS

#2

Digitaal opvoeden voor
alle leeftijden

Gratis meeneemblad

DESKUNDIG ADVIES OVER MEDIAOPVOEDING

Wat alle gezinnen moeten weten

GRIP OP MOBIEL INTERNET

Help pubers hun mediagebruik te managen

ICT IN HET VOORTGEZET ONDERWIJS

Meester Gijs voorziet in een groeiende behoefte



mediawijzer.net

mijn kind
Online

veilig internetten

wat je kan doen en laten



vodafone

EN VERDER: SCHERMTIJDADVIES • BUZZWOORDEN-ABC • APPS VOOR UKKIES

INHOUD

5 5-8 JAAR: DIT HOUDT ZE BEZIG
Feiten & cijfers

6 MYTHES OVER KINDEREN EN MEDIA
Achtergrond

9 ZO VADER, ZO ZOON
Interview Menno & David

10 3X GAMEN SAMEN MET JE KIND
Interview

13 DE LEUKSTE APPS EN SITES VOOR 5-8 JAAR
Tips & advies

11

16 BIJ ONS THUIS
Interviews

18 9-12 JAAR: DIT HOUDT ZE BEZIG
Feiten & cijfers

20 WAT VOOR MEDIAGEBRUIKER BEN JIJ?
Test

22 ZO HOU JE HET PRIVÉ
Tips & advies

24 VEILIGHEID VOOROP
Tips & advies

‘OUDERS MOETEN
WETEN WAT HUN
KIND ONLINE
MEEMAAKT’

Bart Hofker
Vodafone

33

29

26 GRIP OP DE KOSTEN
Tips & advies

28 VODAFONE HELPT JE KIND ONLINE
Tips & advies

29 ZO MOEDER, ZO DOCHTER
Interview Samantha & Zoë

30 JONGE MEDIATOPPERS
Interviews

34 13-16 JAAR : DIT HOUDT ZE BEZIG
Feiten & cijfers

36 HELP PUBERS HUN MEDIAGEDRAG TE MANAGEN
Achtergrond

37 ZO VADER, ZO ZOON
Interview Harmen & Liam

42

38 OVER DE GRENS
Achtergrond

42 EN WAT DOET SCHOOL?
Achtergrond

45 ZO MOEDER, ZO DOCHTER
Interview Marion & Cherryl

46 BUZZWOORDEN-ABC
Tips & advies

49 BEELDSCHERMTIJD
Tips & advies

50 CHECKLIST VOOR OUDERS
Tips & advies

51 AFZENDERS EN COLOFON

BESLIS ZELF HOE JE JE KINDEREN BESCHERMT

Waarom is het zo belangrijk dat ouders inzicht krijgen in de digitale wereld waarin hun kinderen opgroeien?

‘Kinderen groeien tegenwoordig op met smartphones, tablets, games, apps en websites. Waar wij als volwassenen nog konden wennen aan de opkomst van digitale media, worden onze kinderen ermee geboren. Het is voor ouders belangrijk om te weten waar hun kinderen online aan worden blootgesteld. Zo kunnen ouders zelf beslissen waartegen zij hun kinderen willen beschermen of juist hoe digitale media positief kunnen bijdragen aan de opvoeding.’

Waarom vindt Vodafone dit belangrijk?

‘Kinderen maken gebruik van onze producten en diensten. Wij vinden het belangrijk dat zij op een verantwoorde en veilige manier mobiele technologie kunnen gebruiken. Het biedt volop kansen voor kinderen, zowel thuis als op school, maar er schuilen ook gevaren in. Denk daarbij aan zaken als privacy, digitaal pesten en contact met vreemden. Ik kan me voorstellen dat de snelheid waarmee de technologie zich ontwikkelt soms zo overweldigend is voor ouders dat ze door de bomen het bos niet meer zien. Wij willen ouders daarmee helpen en dat doen we onder andere met WIJS.’

Heb je zelf kinderen? Zo ja, ben je zelf wel eens in aanraking gekomen met het belang van een goede digitale opvoeding?

‘Jazeker! Toen mijn dochter eens stiekem een feestje organiseerde toen ik niet thuis was, heb ik haar een maand lang haar telefoon ontnegd. Door die maatregel werd ik me er pas van bewust hoe belangrijk die telefoon voor haar was: sociale contacten verliepen voornamelijk via de telefoon.’

Waarmee kan dit magazine ouders helpen?

‘WIJS helpt ouders bij het begeleiden van hun kinderen in de online wereld. Het magazine geeft concrete tips en adviezen voor kinderen van verschillende leeftijden en vertelt ouders ook over nieuwe ontwikkelingen in de digitale wereld. WIJS is het resultaat van een samenwerking tussen Mijn Kind Online, Mediawijzer.net, Veilig Internetten en Vodafone om ouders te ondersteunen in de kansen en valkuilen die mobiele technologie met zich meebrengt. Doe er je voordeel mee!’

Bart Hofker
Directeur Consumentenmarkt

vodafone

5-8 jaar DIT HOUDT ZE BEZIG

KINDEREN KUNNEN ZELF AL INTERNETTEN OP DE COMPUTER OF TABLET, MAAR DOEN DAT VAAK NOG WEL ONDER TOEZICHT VAN HUN OUDERS. FILMPJES KIJKEN EN SPELLETJES SPELEN ZIJN FAVORIET. SOCIALE MEDIA ZOALS WHATSAPP EN INSTAGRAM GAAN PAS VANAF DE BOVENBOUW VAN DE BASISSCHOOL EEN ROL SPELEN.

87%

In 87% van de gezinnen is minimaal één smartphone aanwezig. Ouders hebben er vaak allebei één.

VEILIGHEID

Van de ouders van kinderen tot 8 jaar vraagt 56% zich af hoe ze de online veiligheid van hun kind kunnen garanderen.

MOEDERS EN VADERS
Moeders gebruiken vaker dan vaders samen met hun kind digitale media. In een op de tien gezinnen is het altijd de moeder die samen met het kind een spelletje op de smartphone of iPad speelt. In 37% van de gezinnen is het vaker de moeder dan de vader. Bij 9% is het vaker de vader, bij 44% is het gelijk verdeeld.

96%

In de meeste gezinnen met kinderen tot 8 jaar is een tv (96%) of laptop (88%) aanwezig.

88%

57%

van de ouders laat hun kind in deze leeftijdscategorie niet alleen op internet. Ze kijken daarom het liefst mee: bijna de helft van de ouders speelt online games met hun kind of kijkt samen filmpjes.

3/4

Ruim driekwart van de gezinnen heeft een tablet in huis. 70% van de kinderen tot 8 jaar maakt hier vaak gebruik van.

45% van de kinderen speelt er al mee vóór het eerste jaar.

LEREN

Gemiddeld maken kinderen 22 minuten per dag gebruik van een tablet. Ouders geven hun smartphone of tablet vaker aan kinderen om ze iets te leren of om te voorkomen dat hun kind achterloopt in ontwikkeling, dan om ze zoet te houden bij verveling.

TOP 5 REGELS DIE OUDERS VAN KINDEREN IN DEZE LEEFTIJD STELLEN AAN MEDIAGEBRUIK

1. We hebben afspraken over schermtijd
2. Geen gebruik van de mobiele telefoon/tablet tijdens het eten
3. Regels over wat ze wel/niet mogen doen met hun mobiele telefoon/tablet
4. Geen mobiele telefoon/tablet mee naar de slaapkamer
5. Geen mobiele telefoon/tablet tijdens huiswerk maken

Vier op de vijf ouders zegt de regels consequent na te leven.

ZOETHOUDERTJE

Ouders van deze groep kinderen zijn eerlijk over media als zoethoudertje. Een derde van de ouders vindt dat zij meer tijd hebben voor zichzelf wanneer hun kind gebruik maakt van media.

Ruim 11% van de ouders met kinderen tussen de 6 en 9 jaar vindt dat hun kind te lang bezig is met gamen.

11%

Alle kinderen tussen 6 en 12 jaar spelen games op internet. Jongens én meisjes gamen: jongens elke dag, meisjes een paar keer per week.

GEADVISEERDE SCHERM TIJD
4-6 JAAR: 10 à 15 minuten per keer, tot maximaal 1 uur per dag; 6-8 jaar: maximaal 1 uur per dag, verdeeld over periodes van maximaal 30 minuten.

MYTHES

OVER KINDEREN & MEDIA

OVER KINDEREN EN DIGITALE MEDIA WORDT VEEL BEWEERD. WAT MOET JE GELOVEN EN WAT IS COMPLETE ONZIN? MEDIADESKUNDIGEN PETER NIKKEN (NEDERLANDS JEUGDINSTITUUT), JUSTINE PARDOEN (BUREAU JEUGD EN MEDIA) EN REMCO PIJPERS (MIJN KIND ONLINE/KENNISNET) OVER DE MEEST HARDNEKKIGE MYTHES.

MYTHE I

Je wordt dom van digitale media

REMCO
'Digitale media kunnen een bijdrage leveren aan het leren voor school'

Het voortdurende gebruik van digitale media zorgt ervoor dat het geheugen ongetraind blijft en daardoor steeds kleiner wordt. We kunnen toch alles opzoeken op internet en hoeven dus nooit meer iets te onthouden. Het gevolg is dat hoe meer we digitale media gebruiken, hoe meer ons geheugen achteruit gaat. Dat was althans de conclusie van een geruchtmakend onderzoek van de Duitse psychiater en geheugenonderzoeker Manfred Spitzer. De 'iPad-scholen', waarop kinderen vanaf vier jaar met een tablet werken, noemt hij zelfs kindermishandeling. Word je dom van digitale media?

PETER NIKKEN 'Dat is klinkklare onzin. Door het gebruik van media, waarmee je makkelijker dingen kunt vinden, word je niet dommer. Maar het gaat er wel om hoe je die media inzet. Van alleen maar simpele tekenfilms kijken word je misschien niet slimmer, maar van bijvoorbeeld oefenen met games word je bekwaam in vaardigheden

die je op een andere manier niet kunt oefenen.' Kinderen kunnen hun voordeel doen met wat digitale media ze te bieden hebben, vindt ook **REMCO PIJPERS** 'Dingen veranderen en sommige mensen raken daardoor in paniek. Maar digitale media kunnen juist heel goed een bijdrage leveren aan bijvoorbeeld het leren voor school. Bijna elk klaslokaal heeft een digitaal schoolbord, kinderen gebruiken WhatsApp om met elkaar te overleggen en ze zoeken extra informatie over hun schoolwerk op Google en YouTube.' **PETER NIKKEN** 'Kinderen gebruiken media gretig en willen onderzoeken, exploreren en uitzoeken wat ze ermee kunnen. Het gaat om variatie in wat je doet en de juiste hulp en interactie met ouders, broertjes, zusjes en leerkrachten. Gebruik goede apps en websites, dan kunnen media juist een waardevol instrument zijn om de algemene intelligentie te ontwikkelen.'

MYTHE II

Van veel gamen raak je verslaafd

REMCO
'Stel regels op voor het gebruik van alle beeldschermen'

Gamen is leuk, maar wanneer speelt je kind meer games dan verstandig is? **PETER NIKKEN** 'Het is een veel gehoorde vraag en zorg van ouders: Zijn games verslavend? Zitten mijn kinderen te veel achter beeldschermen? We kunnen deze mythe nog niet helemaal ontkrachten, maar we kunnen ook niet zeggen dat het de waarheid is.'

JUSTINE PARDOEN 'Lang niet alles wat je intensief onderneemt, is een verslaving. Er wordt pas van een verslaving gesproken als het problemen gaat veroorzaken in het dagelijks leven, en dit gaat bijna altijd samen met problemen thuis, op school of met vrienden. Zolang het goed gaat op school, kinderen hun sociale afspraken nakomen en ook interesse blijven houden in andere dingen dan gamen, is er niks aan de hand.' Peter Nikken: 'In de verslavingszorg is een toename te zien van jonge-

ren met een beeldschermverslaving, maar afgaand op studies is slechts een paar procent van de jongeren echt verslaafd. Deze studies zijn wel een momentopname, dus mogelijk hebben deze jongeren over een half jaar geen problemen meer. Het is een mythe dat alle jongeren verslaafd zijn, maar er zijn wel risico's verbonden aan veel gamen. Je moet goed in de gaten houden dat het niet uit de hand gaat lopen en daar als ouder op tijd bij zijn. Te veel is nooit goed.'

REMCO PIJPERS 'Kinderen worden in veel gevallen vrij gelaten om zelf te bepalen wat wel en niet goed voor ze is. Ze worden weinig gecontroleerd door hun ouders, terwijl dat wel nodig is. Stel regels op voor het gamen en voor het gebruik van alle beeldschermen, óók de smartphone. Je kunt het apparaat ook wegleggen.'

MYTHE III

Kinderen zijn digitaal veel handiger dan hun ouders

Kinderen van nu zijn digitale allesweters, waardoor ouders het idee hebben dat ze achterblijven. Is er een digitale kloof tussen ouders en kinderen? **REMCO PIJPERS** 'Een kloof suggereert dat er een afstand is die niet meer overbrugd kan worden. Dat is niet zo. Kinderen ervaren het zelf vaak ook helemaal niet als kloof, de onzekerheid zit vooral bij de ouders. Ouders denken dat hun kinderen alles begrijpen wat er op internet gebeurt, maar dat valt wel mee.' Ouders moeten zich niet laten intimideren door de digitale vaardigheden van hun kinderen, vindt ook **PETER NIKKEN**. 'Kinderen zijn wat de techniek betreft misschien sneller, ze proberen meer dingen uit en zijn minder bang om fouten te maken. Maar als het aankomt op bijvoorbeeld het kunnen overzien van de gevolgen van hun mediagebruik, hebben ouders meer kennis en overzicht. Kinderen zijn over wat ze tegenkomen, over de inhoud dus, soms ook heel onzeker, alleen beseffen ze dat niet. Het is

daarom niet erg als ouders eerlijk aan hun kinderen meegeven dat ze het ook niet altijd weten. Dat helpt kinderen.' In tegenstelling tot wat wel wordt beweerd, worden de verschillen in digitale vaardigheden tussen ouders en kinderen juist steeds kleiner. **PETER NIKKEN**: 'We gebruiken allemaal smartphones, tablets en laptops. Hierdoor worden we allemaal steeds handiger.' **REMCO PIJPERS** 'Kinderen kunnen hun ouders helpen en ouders stimuleren hun kind ook door ze als deskundige te behandelen. Zo wordt de afstand verkleind.' Belangrijk is dat ouders en kinderen goed met elkaar blijven praten over het gebruik van digitale media. **REMCO PIJPERS** 'Kinderen raken soms hopeloos de weg kwijt op internet of maken vervelende dingen mee. Ze vinden het fijn om er met hun ouders over te praten, al weten hun ouders er misschien minder van af. En als ouder kun je het goede voorbeeld geven, door te laten zien dat er méér is dan je smartphone en je tablet.'

PETER
'Het helpt kinderen als ouders toegeven dat ze het ook niet weten'



Drs. **REMCO PIJPERS** is mede-oprichter van Mijn Kind Online, dat sinds begin 2014 deel uitmaakt van stichting Kennisnet. Remco Pijpers is auteur van tal van rapporten en boeken over jeugd en nieuwe media, in het bijzonder sociale media.



Prof. dr. **PETER NIKKEN** is psycholoog en gespecialiseerd in de invloed van media op de ontwikkeling van kinderen. Hij is bijzonder hoogleraar Mediaopvoeding aan de Erasmus Universiteit Rotterdam. Daarnaast werkt hij bij het Nederlands Jeugdinstituut als expert op het gebied van kinderen en media.

IV MYTHE IV Kinderen kunnen media-multitasken

JUSTINE
‘Door verschillende taken tegelijkertijd uit te voeren, doe je er veel langer over’

Kinderen doen vaak van alles tegelijk. De televisie aan, laptop op schoot en mobieltje in de hand, whatsappend en facebookend, terwijl ze onder-tussen ook nog hun huiswerk aan het maken zijn. Ze lijken daar op het eerste gezicht geen moeite mee te hebben. Klopt dat? Kunnen ze dit wel allemaal tegelijk? **PETER NIKKEN** ‘Kinderen kunnen niet multitasken. Uit allerlei studies blijkt dat kinderen in de praktijk geen taken tegelijk kunnen uitvoeren of dingen kunnen combineren. Het gaat altijd ten koste van hun concentratie. Vooral taken waarbij je goed moet opletten en onthouden, zijn moeilijk te combineren.’ **JUSTINE PARDOEN** ‘Echt multitasken is heel lastig, daar zijn onze hersenen niet op ingesteld. Bovendien gaat het

tegelijkertijd uitvoeren van verschillende taken ten koste van de kwaliteit ervan en doe je er veel langer over dan eigenlijk nodig is. In eerste instantie denken jongeren dat ze alles tegelijk kunnen, maar dat blijkt flink tegen te vallen. Help je kinderen om hun tijd goed in te delen en leer ze dat ze eerst hun huiswerk moeten doen, voordat ze losgaan op internet.’ **REMCO PIJPERS** ‘Je kunt heel makkelijk testen of kinderen kunnen multitasken. Laat je kind woordjes leren terwijl op de achtergrond allerlei sociale media aanstaan en overhoor deze woordjes. Laat je kind daarna woordjes leren zonder afleiding en overhoor ook deze woordjes. Praat er vervolgens met je kind over: Welke manier van leren werkt beter?’



FOTO HAPE SKEELE

Dr. **JUSTINE PARDOEN** is hoofdredacteur van de site mediaopvoeding.nl en van Ouders Online. Sinds 2002 verdiept zij zich in media-opvoeding, in het bijzonder de begeleiding van internetgedrag van kinderen. Ze schreef verschillende boeken over kinderen en media en is verbonden aan Bureau Jeugd & Media.

V MYTHE V Jongeren zetten alles maar online

Jongeren zouden geen enkel benul hebben van privacy online. Ze sturen naaktfoto's rond en delen massaal filmpjes die schadelijk kunnen zijn voor zichzelf en anderen. 'Dat beeld klopt niet met de werkelijkheid', zegt **REMCO PIJPERS**. 'Nederlandse tieners hechten meer aan hun privacy dan vaak wordt gedacht. Dat blijkt ook uit recente onderzoeken naar tieners en online privacy. Jongeren hebben de naam dat ze hun hele hebben en houwen gedachteloos op internet zetten, maar uit onderzoek blijkt het tegendeel. Tieners zijn mediawijzer en zich meer bewust van hun online privacy dan veel volwassenen denken. Ze lezen en horen in de media veel over privacy en worden ook gewaarschuwd door bijvoorbeeld hun ouders. Daardoor weten ze dat informatie op internet moeilijk te verwijderen is en gaan ze zorgvuldig om met het delen van informatie. Ook denken ze na over dingen die ze gepost hebben; de helft van de jongeren verwijdert wel eens iets. Ze

weten dat het onverstandig is voor hun toekomst om bijvoorbeeld dronken foto's te plaatsen. Jongeren zijn zich vaak al heel bewust van hun online imago. Vaak meer dan hun ouders, die vakantiefoto's zomaar online zetten zonder erbij na te denken dat de hele wereld ze kan zien. Jongeren delen maar heel beperkt naaktfoto's, zijn zich bewust van allerlei gevaren, en handelen daar ook naar. En hoewel veel ouders zich zorgen maken over *stranger danger*, zien we dat maar een beperkt aantal jongeren Facebook-vrienden heeft die ze nog nooit in het echt hebben gezien. We zien wél dat het soms nog ontbreekt aan kennis over de privacy-instellingen op sociale media, zoals Facebook. Daar ligt ook een belangrijke taak voor de aanbieders van sociale media: maak de instellingen toegankelijker en communiceer helder over de gebruiksvoorwaarden.'

REMCO
‘De helft van de jongeren verwijdert wel eens dingen die ze gepost hebben’

ZO VADER, ZO ZOON

MENNO SILJEE (47)
Studentendecaan aan de Hogeschool Rotterdam

Pakt bewust weer vaker de krant.

DAVID (7)
Scholier groep 3

Speelt het liefst een eng zombiespel.

David: 'Ik speel vaak op de iPad en soms ook op de iPhone van papa of mama. *Monsters Inc* vind ik heel leuk. Dan ben je een geel poppetje, een *minion*, dat alle slechteriken moet ontwijken en bananen moet verzamelen. Als ik een nieuw spel heb, verzin ik meestal zelf hoe ik het moet spelen. En soms vraag ik het aan papa of mama. Facetimen kan ik al zelf. Dan bel ik mijn vriendje dat om de hoek woont. Ik ben af en toe wat lui, dan hoef ik niet zover te lopen.'

Menno: 'Of ik de iPad zelf veel gebruik? Mijn vrouw lacht nu, maar ik vind het wel meevallen. Misschien drie kwartier per dag. Ik gebruik hem om het nieuws te lezen. En ik zit vrij veel op Twitter, ook omdat ik gemeenteraadslid ben. Mijn vrouw zit juist weer meer op Facebook. En David en ik zoeken samen wel eens dingen op op YouTube of op Google Earth. Of we spelen samen *Candy Crush* of *Angry Birds*.'

David: 'En *Harry Potter*!'

Menno: 'Ja, maar daar moet je veel bij lezen, dat is nog een beetje moeilijk.'

David: 'Nou, maar dat kan ik al heel goed, hoor. Net als het zombiespel, dat wil ik hebben maar dat mag ik niet. Want er komt allemaal bloed uit als iemand dood is.'

Menno: 'Dat spel vind ik zo eng, daar ben je veel te jong voor. Op de naschoolse opvang ziet hij wel eens spellen bij oudere kinderen, waarvan ik denk: Of dat nou zo leuk is?'

David: 'Ja! Dat is leuk!'

Menno: Hij speelt niet veel, in het weekend hooguit een half uurtje. Maar ik merk dat hij het moeilijk kan loslaten als hij eenmaal bezig is. Daar krijgen we later vast nog wel wat mee te stellen.'

3X GAMEN

samen met je kind

SAMEN GAMEN IS NÓG LEUKER! VERDIEP JE IN WAT JE KIND SPEELT EN SPEEL EENS EEN POTJE MEE. DRIE OUDERS EN HUN KIND VERTELLEN OVER HUN GEZAMENLIJKE PASSIE VOOR GAMEN.

1 Ties & Anne

Ongeveer vier keer per week speelt Ties (10) op *MovieStarPlanet* (MSP). Anne (44), moeder van Ties en leerkracht in het basisonderwijs, vindt *MovieStarPlanet* eigenlijk niets aan, maar kijkt wél mee.

TIES: 'Ik maak vooral movies: verhalen waar ik tekstballonnen bij typ. Ik verdien *fame* als anderen mijn filmpjes bekijken. Meestal krijg ik leuke reacties. Als iemand niet aardig doet, blokkeer ik die persoon. Een keer zei iemand steeds 'schatje' tegen me via de chat, toen heb ik dat gelijk aan mijn moeder verteld. Ik weet dat ik nooit mijn echte naam of adresgegevens op internet mag geven. Het is vooral leuk dat ik op *MSP* movies, artbooks en kleding kan ontwerpen.'

Soms kan ik na schooltijd niet met mijn vriendinnen afspreken, maar spreek ik ze toch nog even op *MSP*.'

ANNE: 'Het is een goed middel om op jonge leeftijd te leren hoe je je online moet gedragen. In het begin had ik niet door dat ze ook met vreemden kon praten, dus toen hebben we duidelijk besproken dat ze geen persoonlijke gegevens mag vertellen en dat ze haar wachtwoord geheim moet houden. Ook mag ze geen VIP worden. Ik heb haar uitgelegd dat de makers daarmee alleen maar geld willen verdienen. Ze mag er van mij op om te relaxen en zodat ze iets voor zichzelf kan doen. Maar het liefst niet langer dan een uur, want het is ook belangrijk dat we samen thee drinken, kletsen of een potje kaarten.'

Wel of niet geschikt?

Let op de Pan European Game Information (PEGI) om te bepalen of een game geschikt is voor jouw kind. Deze classificering gebruikt aparte logo's om te laten zien of er seks of geweld in een spel voorkomt. Het 'PEGI OK'-logo geeft aan dat er juist geen geweld, seks, naakt, grof taalgebruik, gokken, angstaanjagende scènes of drugs- en alcoholgebruik in een game voorkomen. Kijk op www.kijkwijzer.nl en www.pegi.info voor meer informatie.

Zelf films maken op MovieStarPlanet



Creëren met Minecraft

2 Tristan & Ans

Interactief, sociaal en leerzaam

Een game is spannender en interactiever dan een boek of een tv-programma. Spelletjes speel je vaak tegen of met iemand, dus het is voor je kind een sociale bezigheid. Ze kunnen er wat van leren: er zijn games die het ruimtelijk inzicht en doorzettingsvermogen vergroten, of die creatief en uitdagend zijn. Het leert ze ook om met teleurstellingen om te gaan.

Tristan (11) mag onbeperkt Minecraft spelen als zijn huiswerk af is en de turnlessen zijn afgelopen.
Ans (35), moeder van Tristan, leerkracht in het basisonderwijs en talentbegeleider van hoogbegaafden, is heel enthousiast over Minecraft.

TRISTAN: 'Ik bouw elke dag wel iets, speel met vrienden op servers en maak filmpjes voor YouTube. Daarin laat ik bijvoorbeeld zien hoe je een 'T flip flop' bouwt, dat is een knop waarmee je een deur van meerdere kanten kan openen. *Minecraft* verveelt nooit en ik doe het al vier jaar. Door het spel heb ik veel moeilijke Engelse woorden geleerd en maak ik nieuwe vrienden. Soms lig ik in bed na te denken wat ik allemaal nog kan bouwen. In het begin was het wel frustrerend als iets niet lukte. Mijn moeder speelt ook mee en kon me toen gelukkig helpen. Veel ouders denken dat *Minecraft* gewelddadig is, maar ze kennen het helemaal niet. Je vecht soms wel, maar er is

geen bloed te zien. Het is helemaal niet realistisch en dat is juist leuk.'

ANS: 'Het is een digitale zandbak met onbeperkte mogelijkheden. Bij Lego heb je altijd te weinig blokjes en zijn de kleuren beperkt. In *Minecraft* kan alles. Het sociale aspect is ook groot. Via Skype communiceren ze met zijn tieners tegelijk hoe ze een filmpje gaan maken. We doen ook aan ComputerCraft, dat is programmeren in *Minecraft*. Heel creatief en uitdagend. Tristan mag zo lang spelen als hij wil, omdat hij er genoeg naast doet. Ik wil hem zelfdiscipline bijbrengen, zodat hij zich niet verliest in het gamen. Ik speel zelf mee omdat ik wil weten wat hij doet en waar hij terecht komt. Tristan en zijn broertjes spelen beneden, dus ik kijk altijd mee. In het begin toen Tristan net begon met gamen, zag ik beren op de weg, maar ik zit zelf ook vaak achter mijn computer. Het is een groot deel van ons leven en daarom wil ik ze leren hoe ze ermee om moeten gaan.'

DE LEUKSTE SITES EN APPS VOOR

5 TOT 8 JAAR

WELKE WEBSITES EN APPS ZIJN LEUK ÉN GOED VOOR JONGE KINDEREN?
DEZE TIPS MAKEN KIEZEN GEMAKKELIJKER.

WEBSITES



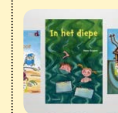
zappelin.nl
Inhoud verhalen, filmpjes, muziek, dans, spelletjes, lezen 5+

Zelfstandig navigeren naar allerlei activiteiten lukt kinderen uitstekend. De *Zappelin*-presentatrice vertelt hen wat ze moeten doen. Een leuke optie is het tv-scherm waarop kinderen zichzelf kunnen zien bij de liedjes en dansjes. Aantrekkelijke, heldere en complete site. *Zappelin* heeft ook een gratis app, voor iPhone en iPad.



www.schooltv.nl
Inhoud spelletjes, liedjes, filmpjes, knutselen, verhaaltjes, leren 5+

De homepage heeft geen auditieve ondersteuning en nodigt zo uit om samen te kiezen uit het aanbod. Zoals letterspelletjes doen in de Schatkast, of spelen met Moffel en Piertje. Vooral de educatieve spelletjes van *Koekeleore* zijn een aanrader. Met volledige auditieve ondersteuning en een applaus voor elke goed uitgevoerde opdracht.



bibliotheek.nl/jeugd
Inhoud informatie, leren, lezen 5+

Via de portal van de bibliotheken kun je per leeftijdsgroep rondsurfen op de jeugdsites. Daar vind je heel veel leuks om te lezen, maar ook informatie voor werkstukken en spreekbeurten. En je vindt er alles wat je wilde weten over je favoriete schrijver. Wist jij dat Paul van Loon (van *De Griezelsbus* en *Dolfje Weerwolfje*) eigenlijk tekenaar wilde worden?



bobo.nl
Inhoud knutselen, muziek, spelletjes, leren 5+

In de boomhutten van Bobo is van alles te doen. De spelletjes zijn leuk en leerzaam en de website bevat informatie voor ouders. Let op: kinderen kunnen doorklikken naar de winkel (maar worden met een pop-up wel gewaarschuwd).



okki.nl
Inhoud testjes, spelletjes, muziek, moppen, filmpjes, leren 6+

Samen met Okki gaan kinderen op ontdekkingsreis naar verschillende planeten. Mooi vormgegeven en afwisselende site, met deels auditieve ondersteuning. De navigatie hapert soms en dan klinken de stemmen door elkaar. Let op: kinderen kunnen doorklikken naar de winkel.



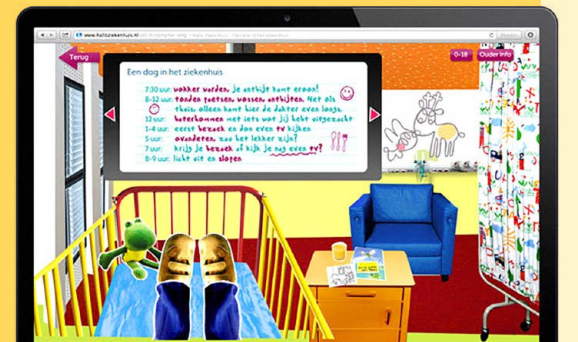
mijnnaamishaas.nl/spinternet
Inhoud spelen, leren 8+

Spinternet leert kinderen tot 8 jaar spelenderwijs het ABC op het gebied van mediawijsheid, bijvoorbeeld met internet. Met spelletjes en opdrachten worden kinderen weggwijs gemaakt. Leuk om samen te doen. Aanrader, ook voor in de klas!



www.halloziekenhuis.nl
Inhoud educatief 5+

Prachtige informatieve website van het Jeroen Boschziekenhuis. Kinderen kiezen eerst hun leeftijd en kunnen dan heel veel bij hun leeftijd passende informatie vinden over ziek zijn, behandelingen en hoe het in een ziekenhuis gaat. Ook handig om een kind voor te bereiden op ziekenhuisbezoek.



Strategisch denken bij Clash of Clans

3 Niek & Marien

Niek (11) speelt om de dag en vindt het leuk om na te denken over de juiste inrichting van zijn Clash of Clans-dorp. Marien (43), vader van Niek en innovator sociaal ondernemen, snapt wat zijn zoon aantrekkelijk vindt aan deze game.

NIEK: 'Ik bedenk tactieken om tegenstanders aan te vallen en om mijn dorp te beschermen. Mijn buurjongens zitten ook in mijn clan en we helpen elkaar door troepen aan elkaar te geven. Soms spelen we samen achter de computer bij mij of bij hen thuis. Ik mag ongeveer een uur per dag spelen en dat snap ik wel. Ik zou dat ook zo doen als ik zelf kinderen had. Het is ongezellig als je de hele tijd op de iPad zit. Soms ben ik net aan het aanvallen als mijn ouders zeggen dat de tijd voorbij is, dan moet het spel uit en verlies ik.'

Gelukkig verdien ik de laatste tijd veel punten, dus ik kan het wel aan.'

MARIEN: 'Hij wordt uitgedaagd om na te denken hoe ze hem zo min mogelijk kunnen aanvallen of hoe ze, als ze hem aanvallen, zo min mogelijk buit kunnen maken. Hij moet heel strategisch nadenken. Het aanvallen zelf vind ik minder leuk, maar dat hoort bij het spel. Ik vergelijk het maar met het Stratego of schaken. We kijken mee als hij speelt en er zit een ingewikkeld wachtwoord op de iPad dat mijn vrouw en ik alleen kennen. Wij geven de iPad aan hem als hij wil spelen en houden de tijd bij. We zijn niet heel streng, maar ik vind het belangrijk dat ze af en toe ook lekker gaan voetballen. Dat snapt Niek wel. Het grappige is dat hij soms online met zijn buurjongens besluit om buiten te gaan spelen.'

3 gouden regels over gamen volgens mediaopvoeding.nl

1. Kweek zelfredzaamheid bij kinderen en zorg ervoor dat ze zelf inzien dat gamen niet ten koste mag gaan van school en andere verplichtingen.
2. Noem het geen verslaving, maar help je kinderen door ze op bepaalde afspraken te wijzen. Zo voorkom je dat ze het idee krijgen dat ze steeds falen.
3. Leef je in en speel eens mee. Vraag waarom ze een bepaalde game leuk vinden en luister zonder vooroordelen.

Is er sprake van problematisch game-gedrag? Vraag dan via de huisarts om professionele hulp.



dierenzoeker.nl
Inhoud educatief,
spel 7+

Een dier in huis, de tuin of de sloot en geen idee wat het is? De dierenzoeker helpt. De site vereist wel een scherpe blik en een goed onderscheidingsvermogen. Dat is nog best moeilijk voor jonge kinderen. Maar samen zoeken is ook leuk. Ook verkrijgbaar als gratis app voor iOS en Android.



kenny.nl
Inhoud filmpjes, muziek,
knutselen, spelletjes,
leren 5+

Vogel Kenny woont in een koekoeksklok en wordt omringd door spelletjeswolken. Bij ieder spel staat een oudertip om de educatieve waarde te vergroten. Ook is het mogelijk om filters in te stellen op thema en duur van een spel. Een uitgebreide site met een uitstekende educatieve inhoud, gemaakt door Kennisnet.

TIP Kenny heeft ook een leuke app met vier educatieve spelletjes. Gratis voor iPad en Android.

Let
op!

Uit onderzoek van Mijn Kind Online blijkt dat makers van sommige kinder-apps het niet zo nauw nemen met de privacy van jonge gebruikers. Spreek met je kind af dat hij nooit zomaar persoonlijke informatie geeft, maar eerst met jou overlegt.



Toca Boca
Inhoud spellen 5+

Met de populaire Toca Boca-apps kunnen kinderen van alles. Koken, muziek maken, kleding ontwerpen, bouwen of autorijden. Maar ook samen spelen in een winkel of kapsalon.



De drie biggetjes
Inhoud interactief verhaal 5+

De biggetjes praten, springen en maken salto's wanneer ze worden aangeraakt op het



scherm. Kinderstemmen lezen het verhaal voor. Zelf lezen kan ook. Prachtig uitgevoerd sprookje in 3D, helaas wel wat prijzig.
iPad, iPhone € 4,49

APPS



Timo en het toverstokje
Inhoud interactief verhaal 5+

Timo knutselt een hondje. Zijn staart lijkt wel een toverstokje! Hokus pokus, pilatus pas. Ja hoor, Timo kan toveren! Fijn interactief prentenboek met als leuk extraatje de optie om het verhaal met je eigen stem op te nemen. Wordt gratis aangeboden in samenwerking met het Nederlands Jeugdinstituut.
Gratis voor **iPhone, iPad, Android**



Where's Wally Now?
Inhoud spel 7+

Even concentreren en speuren naar Wally. De app is Engelstalig, maar zevenjarigen kunnen na één keer uitleggen zelfstandig op zoek naar de rood-witgestreepte vrolijkheid.
iPhone € 0,89, **iPad** € 2,69, **Android** € 0,89



Lego Juniors Create & Cruise
Inhoud spel 5+

Bouw een legovoertuigje, leg een parcours af en vang onderweg zoveel mogelijk bouwsteentjes. Prima app met één spel dat kinderen, ondanks het ontbreken van een toelichting, snel doorhebben.
Gratis voor **iPhone, iPad, Android**.



Speurprent
Inhoud spel 5+

Voor kleuters is Wally vinden nog moeilijk. Voor hen is er Speurprent. Met zoekplaten van onder meer een camping en een boerderij. Iets gevonden? Dan volgt applaus en komt er een nieuwe zoekopdracht bij. Een ouderwets zoekboek in een aantrekkelijk digitaal jasje.

iPad € 1,79



Foldify
Inhoud creatief 5+

Een knutsel-app met een heleboel vouwmodellen. Bewerk het model in de app met kleuren, tekeningen, of plaatjes en print het uit om er een echt 3D-vouwwerkje van te maken. Creatieve app die een brug slaat tussen digitaal en 'echt' knutselen.

iPad € 3,59



Loom voor kinderen - juf Jannie leer het me
Inhoud creatief 5+

Voor de echte crea-bea's: leuke app met filmpjes over het maken van armbandjes, figuurtjes en ringen van de bekende loom-elastiekjes. Je kunt zelf aangeven welk niveau je wilt. Het tempo van de uitleg is voor kinderen goed bij te houden.

iPad, iPhone € 0,99



Snugger
Inhoud verzamel-app 5+

Gratis app met onafhankelijke recensies van de allerbeste films, games, boeken en app's voor kinderen van 2 t/m 12 jaar. Er is ook een betaalde versie, waarbij je dagelijks nieuwe updates ontvangt. Uitgave van NBD Biblion, de dienstverlenende organisatie voor openbare bibliotheken in Nederland.

Gratis voor **iPhone, iPad, Android**.



Prinses Stuibterbal
Inhoud interactief verhaal 5+

Prinses Stuibterbal roetsjt van de trap, tekent op de muur en peutert in haar neus. De koning, zelf ook wel in voor een ritje van de trapeuning, krijgt klachten over zijn dochter. Hij besluit neuspeuteren te verbieden. Tot hij merkt hoe lastig zo'n verbod is. Grappig verhaal met vrolijke interactieve afbeeldingen.
iPad € 2,69



Hello Crayon
Inhoud creatief 5+

Creatief met krijtjes, stiften of penselen. Met de keuze uit kleurplaten, zelf tekenen of het bewerken van een eigen foto. De app heeft de mogelijkheid tot in-app aankopen, maar het winkelicoontje kan niet geopend worden wanneer de iPad eenmaal kindvriendelijke instellingen heeft.

Gratis voor **iPhone, iPad, Android**



Maan roos vis letter-legger
Inhoud spel, leren lezen 6+

Beginnende lezers leggen de juiste letter(s) bij een afbeelding. Ze beginnen met alleen de eerste letter en in de hogere niveaus leggen ze het hele woord. Om frustratie te voorkomen wordt een woord automatisch gelegd na drie foute antwoorden. Prima app die aansluit bij het leesonderwijs in groep 3.

iPad € 4,49, **iPhone** € 4,49, **Android** € 3,99



LetterSchool
Inhoud letters en cijfers leren
herkennen en schrijven 5+

Letters herkennen en schrijven volgens de logische opbouw van luisteren, kijken, over-

trekken en schrijven. De beloning is telkens een geweldige animatie. Bloemen, snoepjes, treinen en auto's maken van elke letter een feestje.

iPad € 2,69

Een goede app is

- Aantrekkelijk

De app is leuk, overzichtelijk en visueel aantrekkelijk, heeft een simpel startscherm en een heldere navigatie met duidelijke iconen. De app past bij de belevingswereld van het kind en staat niet vol reclame.

- Betrouwbaar

De app heeft een (voor kinderen lastig te bereiken) oudergedeelte met informatie en geeft voorafgaand aan het downloaden informatie over het niveau en doel van de app.

- Gebruiksvriendelijk

De app voorkomt dat kinderen op verkeerde pagina's terechtkomen, zoals aankooppagina's, en stimuleert de betrokkenheid van ouders. De app heeft een korte laadtijd, weinig tekst en veel visuele en auditieve navigatie.

Deze criteria worden ook gebruikt door de jury's van de Gouden Apenstaart en de Media Ukkie Award. www.mediaukkie.nl.



Letterprins
Inhoud spel, leren lezen 5+

Nuttig leesspel in app-vorm waarmee beginnende lezers spelenderwijs hun woordkennis en leesprestaties kunnen verbeteren. In de game is kennis verwerkt uit verschillende onderzoeken naar leren lezen, gedaan door taalkundigen van de Radboud Universiteit Nijmegen. Verantwoord én leuk! Winnaar van de Nationale Alfabetiseringsprijs 2013.

iPad, iPhone € 3,59,

Android is in ontwikkeling



Fiete Match
Inhoud memoriespel,
vormen, cijfers en rekenen 5+

Fiete woont in een vuurtoren en speelt daar graag een potje memory. Met plaatjes, cijfers of sommen. Ouders kunnen het aantal kaarten en de moeilijkheidsgraad instellen. Wat deze mooi uitgevoerde app echt bijzonder maakt, zijn Fiete's reacties. Als de tegenspeeler bijvoorbeeld te lang wacht, kijkt hij op zijn horloge of valt in slaap. In Duitsland uitgeroepen tot 'Beste Leerspel 2013'.

iPhone, iPad € 1,99

DOE HET SAMEN

Bewust omgaan met media, moeten kinderen leren. Het is goed om als ouder afspraken te maken over mediagebruik en om alleen kwalitatief goede apps, sites en games aan te bieden. Je leert kinderen ook veel door actief betrokken te zijn bij hun digitale leven. Door interesse te tonen voor wat ze doen op internet en tablet. Praat er samen over en speel een spelletje mee. Neem ook de tijd om ze uit te leggen waarom sommige spelletjes niet geschikt voor ze zijn. Zo leren kinderen om media zelfstandig, bewust en selectief te gebruiken.

BIJ ONS THUIS

ZATERDAGMIDDAG 14.00 UUR

NIKI (42)
Counselor / coach

'Op momenten dat ik mijn telefoon vervloek, realiseer ik me telkens weer dat ik toch niet zonder kan.'

DJAMAL (42)
Vormgever

'Met twee pubers in huis, wil ik niet naïef zijn. Ik weet dat ze met een paar klikken alles kunnen vinden!'

MATTIA (13)
Scholier 2 havo

'Van lang achter elkaar gamen word ik wel een beetje lui. Dan voelt het alsof ik mijn dag heb verspild.'

NOAH (15)
Scholier 4 vwo

Noah appt met klasgenoten en met zijn basketbalteam. Doordeweeks focust hij op school, in het weekend speelt hij *Assassin's Creed* en *Watch Dogs* op de PlayStation 4.



Noah en Mattia krijgen van hun ouders veel vrijheid om met apps, sociale media en games bezig te zijn, want op school werken ze hard. 'We vinden afwisseling van activiteiten heel belangrijk', licht Niki de belangrijkste regel toe. 'Zodra we het idee hebben dat de jongens te lang eenzijdig bezig zijn, kappen we het af.'

Djamal: 'De PlayStation is ons een doorn in het oog. We willen het niet afkeuren wat ze doen, maar als we een uur gamen afspreken, loopt dit makkelijk uit tot tweeënhalf uur.' 'Ze vinden het heel leuk en we nemen het ze niet af,' zegt Niki beslist, 'maar zelf vind ik het jammer dat de computer niet meer weg te denken is.'

ROBIN (12)
Scholier brugklas

Volgt veel paardenaccounts op Instagram, en post daar soms 'onherkenbare' berichten.

CARROL: 'Robin praat in een heel nieuwe taal. Quotes en gedichtjes in het Engels met allemaal verschillende smileys. Die hebben blijkbaar een betekenis.'

JAMIE (7)
Scholier groep 3

Jamie leerde haar oma swipen op de Samsung Galaxy mini. 'Ze had eerst een telefoon met een toetsenbord, dus wist ze niet waar je op moet drukken.'

BRAM (40)
Creditmanager bij NUON

'Ik vind dat het gebruik wel doorslaat nu. Robin staat nog net niet met haar telefoon onder de douche.'



CARROL (40)
Eigenaar sportschool Bunting Sport

'Het scheelt dat ik veel jeugd om me heen heb. Ik denk dat ik daardoor met de mobiele generatie mee kan groeien.'

Het gezin Drewes is langzaamaan meer regels aan het stellen voor het telefoon- en tabletgebruik thuis. Ze willen hun dochters hierin begeleiden en accepteren dat ze te maken hebben met een nieuwe generatie. Bram: 'Robin is vaak op de iPad aan het skypen of facetimen tijdens het huiswerk maken. Ik moet daar aan wennen, dat deden wij vroeger niet.'

Door haar werk op de sportschool, waar veel tieners dans- en sportles volgen, kent Carrol allerlei voorbeelden van de neiging die jongeren hebben om grenzen op te zoeken. Ook online. 'Ik kan me verbazen over sommige foto's die meiden van zichzelf en elkaar posten. Robin en Jamie blijven hopelijk nuchtere types, met hun voeten op de aarde!'

9-12 jaar

DIT HOUDT ZE BEZIG

IETS OUDERE KINDEREN GEBRUIKEN MEDIA STEEDS ZELFSTANDIGER, VAAK OOK OP HUN EIGEN KAMER. AAN HET EIND VAN DE BASISCHOOL, VLAAG VOOR DE OVERGANG NAAR HET VOORTGEZET ONDERWIJS, HEEFT BIJNA ELK KIND SOCIALE MEDIA ONTDEKT. VOORAL WHATSAPP EN INSTAGRAM ZIJN POPULAIR.

TOP 5 REGELS DIE OUDERS VAN KINDEREN IN DEZE LEEFTIJD STELLEN AAN MEDIAGEBRUIK

1. Geen gebruik van de mobiele telefoon/tablet tijdens het eten
2. We hebben afspraken over schermtijd
3. Regels over wat ze wel/niet mogen doen met hun mobiele telefoon/tablet
4. Geen mobiele telefoon/tablet tijdens huiswerk maken
5. Geen mobiele telefoon/tablet mee naar de slaapkamer

Ouders nemen hun verantwoordelijkheid en verwachten tegelijkertijd ook het nodige van school.

74% van de ouders met kinderen in deze leeftijd vindt dat de school ervoor moet zorgen dat kinderen niet in aanraking komen met (mogelijk) schadelijke inhoud van media wanneer zij op school zijn.

KOOP

VERLEID

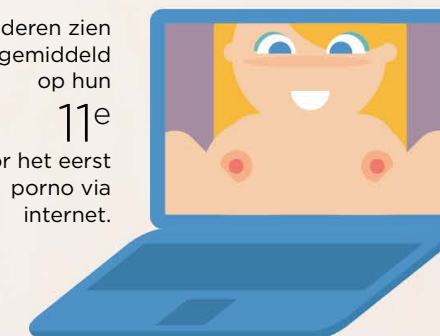
Kinderen kunnen nog niet altijd doorzien wat commercieel is en wat niet. Ze worden nog gemakkelijk verleid door commerciële aanbiedingen.

Een derde van de ouders met kinderen tussen 9-12 jaar speelt online games met hun kind of kijkt samen filmpjes.



GEADVISEERDE SCHERMTIJD
8-10 JAAR: maximaal 1 à 1 1/2 uur beeldschermtijd per dag;
10-12 jaar: maximaal 2 uur beeldschermtijd per dag.

Kinderen zien gemiddeld op hun 11^e voor het eerst porno via internet.



ELKE DAG

Nederlandse kinderen van 10 tot 14 jaar kijken ongeveer 5,5 uur per dag naar een beeldscherm: van een smartphone en computer tot tv-scherm.

Kinderen van 9 tot 12 jaar willen graag bij een groep horen en gebruiken daar sociale media bij. Ze gebruiken WhatsApp, Snapchat en Instagram om hun vrienden-groepen te bevestigen.



Makers van kinder-apps hebben vaak weinig aandacht voor de privacy van kinderen. Zo versturen vier van de tien apps persoonlijke gegevens van jonge gebruikers onversleuteld en dus onveilig.

Veel ouders houden nog wel een oogje op het mediagebruik; te geweldadige films en games zijn verboden.



Kinderen worden kritisch over wat ze in de media tegenkomen. Belangrijke onderwerpen zijn bijvoorbeeld: dierenleed en milieuvervuiling.



WAT VOOR MEDIAGEBRUIKER BEN JIJ?

DEZE MINI-TEST IS GEMAAKT VOOR OUDERS VAN TIENERS VAN 10 TOT 16 JAAR. DOE DE TEST EN GEBRUIK WAT JE TE WETEN KOMT OVER JEZELF ALS MOOIE AANLEIDING VOOR EEN KEUKENTAFELGESPREK MET JE KIND.

1. Jullie gaan een week op vakantie. Helaas heeft het vakantiehuisje geen wifi. Wat doe je?

- A Ik laat mijn smartphone de hele week in mijn koffer zitten. Lekker rustig! ✓
B Ik zoek een of twee keer in de vakantieweek een café op met wifi om mijn email en sociale media te checken. □
C Ik ga niet mee op vakantie. Een week zonder wifi gaat echt niet! ☹

2. Veel mensen zijn enthousiaste gebruikers van sociale media, zoals Instagram, Facebook, WhatsApp en Twitter. Hoe actief ben jij op sociale media?

- A Ik heb er niets mee en doe er dus ook niets mee. ✓
B Ik facebook, whatsapp en twitter af en toe (2 keer per week of minder). □
C Ik gebruik sociale media met regelmaat (zeker 3 keer per week of meer). ☹

3. Ouders willen vaak vaste regels afspreken over het gebruik van smartphone, iPad, PlayStation of laptop. Ze zijn bang dat hun kind er anders te afhankelijk van wordt. Wat vind je daarvan?

- A Regels opleggen helpt niet. Samen bespreken en afspraken maken wel. ✓
B Ik snap het wel. Zelf vind ik het ook best moeilijk om hem weg te leggen. Als je geen regels stelt worden ze verslaafd aan al die media. □
C Precies hierom moet het gebruik van media tot een minimum worden beperkt. ☹

4. Leg jij jezelf regels op voor het gebruik van media? Bijvoorbeeld: geen smartphone bij het eten, geen tv bij werk of als bewegend behang, niet sms'en tijdens een gesprek etc.

- A Ja, maar ik hou me er niet altijd aan. ✓
B Nee, waarom zou ik? □
C Ja, ik heb mezelf duidelijke regels gesteld en hou me daar ook aan. ☹

5. Hoe belangrijk is jouw smartphone voor jou?

- A Heel erg belangrijk. ✓
B Een beetje belangrijk. □
C Niet belangrijk. ☹

6 TIPS OM HET GESPREK MET JE KIND AAN TE GAAN

- Grijp situaties uit het dagelijks leven aan om een gesprek te beginnen, zoals een tv-programma, een artikel of een situatie op school.
- Gebruik humor. Vraag je kind naar grappige situaties of filmpjes en gebruik deze als aanleiding voor een gesprek over media.
- Ga naast je kind zitten en vraag hem om jou wegwijs te maken op Twitter, Facebook, WhatsApp of andere plekken waarop hij online is. Je kunt dan ongedwongen vragen stellen over wat daar gebeurt.
- Voorkom gezichtsverlies van je kind. Als hij ergens niet over wil praten, laat dat dan zo.
- Kies een gesprekssituatie waar je elkaar niet recht in de ogen hoeft te kijken, bijvoorbeeld naast elkaar in de auto of tijdens de afwas.
- Probeer het niet altijd beter te weten, maar stimuleer een kind zelf hardop na te denken over zijn eigen mediagedrag.

BEREKEN JOUW SCORE

VRAAG 1 ✓ = 2 □ = 3 ☹ = 0 VRAAG 2 ✓ = 1 □ = 2 ☹ = 3
VRAAG 3 ✓ = 0 □ = 1 ☹ = 2 VRAAG 4 ✓ = 1 □ = 2 ☹ = 3
VRAAG 5 ✓ = 3 □ = 1 ☹ = 0

SCORE

.....
.....

LIGHT GEBRUIKER (0 TOT 5 PUNTEN)

Je geeft aan dat je weinig hebt met online devices. Je vindt dat je kind het gebruik van media ook niet moet overdrijven – liever heb je zelfs dat hij er weinig tot niets mee doet. Terughoudendheid in het mediagebruik van jou en/of je kind kan een aantrekkelijke weg lijken, maar heeft ook een keerzijde. De vraag is namelijk niet óf jij en je kind te maken krijgen met internet en sociale media, maar hoe veel en hoe vaak. Je doet er verstandig aan je kind te begeleiden in dat gebruik en dat kan onder meer door zelf een voorbeeld te geven. Als je met je kind kunt praten over het gebruik van media, kan hij ook zijn (goede en slechte) ervaringen met je delen. Als je het gebruik ervan al op voorhand afwijst, wordt zo'n gesprek heel moeilijk.

VERSTANDIGE GEBRUIKER (6 TOT 10 PUNTEN)

Je bent zelf redelijk actief in je mediagebruik. Je hebt nagedacht over welke grenzen je jezelf wilt stellen en je hebt afspraken gemaakt met je kind. Bijvoorbeeld over wanneer de tablet of smartphone wel en niet mag. Verstandig, maar let op! In veel gevallen denken ouders dat ze met hun kinderen duidelijke afspraken hebben gemaakt over mediagebruik, en dat ze vaak genoeg met hun kind over zaken als internet en games praten. Maar kinderen vinden vaak helemaal niet dat er duidelijke regels zijn, of dat er vaak wordt gesproken over hun media-ervaringen. Wees dus duidelijk over de regels die in huis gelden voor internet, sociale media en games en pleeg onderhoud: praten dus. Fris met regelmaat het geheugen van je kind weer even op.

AFHANKELIJKE GEBRUIKER (10 TOT 14 PUNTEN)

Het lijkt erop dat je het net zo moeilijk vindt om een dag offline te zijn als je kind. Dat is mooi meegenomen, want dan weet je hoe alles werkt en dat kun je delen met je kind. Toch is het goed je ervan bewust te zijn dat jongeren anders met media omgaan dan volwassenen. Ze zijn minder ervaren in het sociale verkeer dan wij en daarom kwetsbaarder. Ze hebben begrenzing nodig en iemand die soms prioriteiten voor ze stelt: eerst je huiswerk, dan whatsappen. Je weet zelf al hoe moeilijk het voor je is om je smartphone een uur weg te leggen – hoe moeilijk moet dat dan voor een 14-jarige zijn? Gebruik deze mini-test als mooie aanleiding om media-ervaringen te delen en in gesprek te gaan. Afspraken maken over mediagebruik betekent vooral praten met elkaar over media.

De uitgebreide versie van deze test is onder de naam Keukentafelgesprek te vinden op www.mediawijzheid.nl/ouders

ZO HOU JE HET PRIVÉ

VOOR KINDEREN EN TIENERS IS PRIVACY WEL ERG VER VAN HUN BED. ZIJ WILLEN JUIST ZOVEEL MOGELIJK OVER ZICHZELF ONLINE MET VRIENDEN DELEN. TOCH IS HET BELANGRIJK OM JE KIND TE VERTELLEN DAT HIJ ZELF MOET BEPALEN WIE ZIJN FOTO'S EN UPDATES MAG ZIEN.

Vraag je aan mensen aan wie ze hun huissleutel zouden toevertrouwen, dan zijn dat hooguit de burens, wat vrienden en familie. Maar op internet zijn persoonlijke gegevens zichtbaar voor de halve wereld. Sociale media, zoals Facebook en Twitter, zijn de ideale hangplek om privéfoto's met vrienden te delen, de laatste nieuwtjes door te nemen en afspraakjes te maken. Privacy is dan niet het eerste waar gebruikers aan denken. Tieners niet, maar óók de meeste ouders niet.

Als je de privacyinstellingen van je tablet, smartphone of laptop niet aanpast, ligt alle informatie gewoon op straat. Oók die vakantiefoto van je dochter met afgezakte bikini. Niet zo handig, als zij straks gaat solliciteren naar een nieuw oppasbaantje.

ADVERTEERDERS LOKKEN

Ook instanties komen meer van je gezin te weten dan je lief is. Werkgevers, studiebeursverstrekkers, ziektekostenverzekeraars en opsporingsinstanties kunnen in alle rust jouw profiel of dat van je kind bestuderen. Het is de moeite waard om je daar in te verdiepen.

En er is nog een reden om je bewust te zijn van het belang van privacy. Sociale netwerksites zijn in de eerste plaats commerciële bedrijven die handelen in persoonlijke informatie. Met de gegevens van gebruikers worden adverteerders gelokt. Informatie over jou en je gezin kan dus aan onbekenden worden verkocht, terwijl je dat helemaal niet wilt.

SNEL VERSPREID

Soms worden mediabedrijven teruggefloten in hun honger naar persoonlijke gegevens. De Europese privacywaakhond verbodt Facebook bijvoorbeeld om de privacyinstelling automatisch op 'delen met iedereen op Facebook' te zetten. Daarvoor in plaats kwam: 'alleen delen met vrienden'. Maar gebruikers van Facebook en andere sociale media hebben ook hun eigen verantwoordelijkheid, vindt europarlementariër Sophie in 't Veld (D66), die zich bezighoudt met online privacy. 'Buiten op straat vertel je ook niet van alles over jezelf aan iedereen. Waarom dan wel op internet? Daar heb je nog minder zicht op wie de informatie krijgt. Het verspreidt zich snel en blijft heel lang bestaan.'

tip!

Geef zelf het goede voorbeeld.
Ga zelf verstandig om met je privacy!
Scherm je profielen af en zet geen persoonlijke informatie over je kinderen online zonder hun toestemming.
Plaats alleen foto's en privacygevoelige informatie op plekken waar jij bepaalt wie het kan zien. **Meer lezen?** Download de brochure *Kinderen en online privacy* via mijnkindonline.nl/publicaties/brochures/kinderen-en-online-privacy

Privacy is goud waard

STAPPENPLAN VOOR OUDERS. HELP KINDEREN
IN 6 STAPPEN NAAR HET BEWAKEN VAN HUN EIGEN
ONLINE IDENTITEIT.

Veilig verbinden

Wil je meer lezen? Kijk op www.vodafone.nl/kinderen. Daar vind je ook handleidingen om sociale media veilig in te stellen.

STAP 1 BEGIN BIJ JEZELF

Iets online plaatsen is gemakkelijk, maar iets verwijderen van internet is minder eenvoudig. Wees dus kritisch op je online gedrag. Word je om te beginnen dus bewust van je eigen online gedrag. Denk na over wat je wel en niet deelt op het internet.

Mag iedereen weten waar je woont? Of hoe je familie eruit ziet? Waar je op vakantie gaat? Google jezelf en bekijk wat je tegenkomt. Probeer te bepalen waar jouw grenzen liggen op het gebied van online privacy.

STAP 2 DOE MEE ONLINE

Wanneer je kinderen en hun online leefwereld serieus neemt, bereik je meer. Ga eens naast een kind zitten en toon belangstelling door vragen te stellen: Heb je vandaag nog iets leuks meegemaakt op internet? Waar ben je mee bezig? Hoe werkt het? Wat is er zo leuk aan? Onderzoek ook welke diensten kinderen veel gebruiken en welke sociale media, apps en sites populair zijn.

STAP 3 BEPAAL WAT JE WILT

Waar wil je kinderen bewust van maken? Maak een lijstje van onderwerpen en de volgorde waarin je ze wilt bespreken. Leer kinderen dat ze niet alles hoeven te delen op internet. Praat bijvoorbeeld over waarom je persoonlijke informatie, zoals je adres, je school, telefoonnummer, achternaam of foto's waarop te zien is waar je woont of naar school gaat, beter niet online kunt plaatsen. Benoem de voordelen van een anoniem e-mailadres voor registraties of om te reageren op sites en blogs.

STAP 4 GEEF JE KIND INZICHT MEE

Bij kinderen tot een jaar of 12 werken voorlichting en afspraken maken nog wel. Als ze wat ouder worden, krijgen ze een eigen online leven waarop ouders vaak geen zicht hebben. Alleen regels opstellen is dan niet meer genoeg. Je kunt ze niet meer constant controleren en bovendien ervaren pubers regels al snel als vervelend. Ze willen zelf dingen ontdekken en beslissingen nemen.

Meer dan ge- en verbieden, is het raadzaam om pubers te leren inzien wat ze online wel en wat ze beter niet kunnen doen. Geef hen mee dat een gezonde mate van geheimzinnigheid handig is: het heeft zo z'n voordelen om niet alles online te zetten. Zo kunnen ze zelf bepalen wat ze wel en niet delen met de buitenwereld en zichzelf van hun meest voordelige kant laten zien.

STAP 5 STEL DE JUISTE VRAGEN

Om een goed gesprek te kunnen voeren met tieners, is het belangrijk dat zij het gevoel hebben dat je ze serieus neemt. Wees je daarom niet alleen bewust van de risico's maar ook van de kansen en mogelijkheden van internet en sociale media. Sta open voor hun wereld en oordeel niet te snel. Werken aan bewustwording betekent niet dat zij altijd het antwoord geven dat je het liefst wilt horen. Natuurlijk kun je als ouder of leerkracht een andere mening hebben over hun online gedrag, maar geef jongeren ook voldoende ruimte voor hun eigen verhaal.

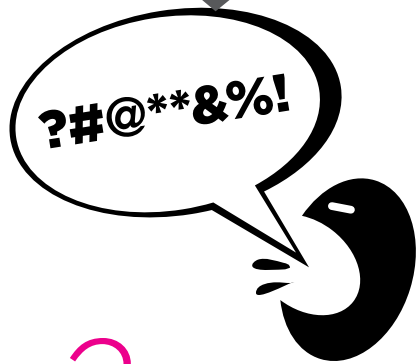
STAP 6 BLIJF BEWUST

Blijf thuis regelmatig op een open manier in gesprek met je kind. Vraag hoe het gaat, waar hij mee bezig is en of er online nog iets bijzonders is gebeurd met hem of zijn vrienden.

VEILIGHEID VOOROP

INTERNET KENT EEN AANTAL MOGELIJKE RISICO'S. ZO HERKEN JE DE MEEST VOORKOMENDE EN WEET JE WAT JE ALS OUDER KUNT DOEN.

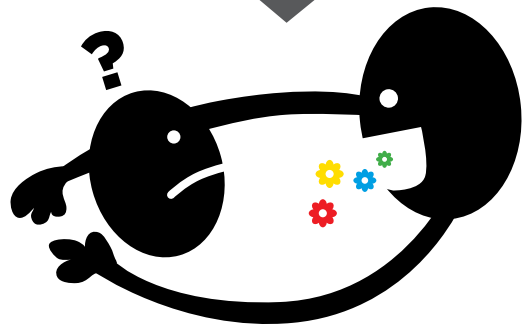
1 RISICO ONGEWENST GEDRAG



Respect is belangrijk, ook op internet. Het is niet leuk als kinderen geen rekening houden met elkaars privacy of elkaar digitaal pesten. Hoe voorkom je dat?

- Leer je kind om niet te reageren op pesterijen, dreigementen of scheldpartijen, maar ook om zelf altijd vriendelijk en eerlijk te blijven en niet (te-)rug te schelden. Geschreven woorden kunnen snel verkeerd overkomen.
- Wijs je kind op het belang van privacy en leer hem dat het niet verstandig is om zomaar foto's, filmpjes en berichten van anderen online te plaatsen.
- Let op wat je kind doet voor een webcam. Als foto's en filmpjes eenmaal over het internet zwerven, weet je niet wie het allemaal te zien krijgt en kun je het niet meer terugdraaien.

2 RISICO CONTACT MET VREEMDEN



Kinderen maken moeilijk onderscheid tussen 'echte' vrienden en online vrienden. Die werelden lopen door elkaar heen. Als ouder heb je een schone taak om je kind te leren wie hij kan vertrouwen.

- Bedenk dat je op internet nooit zeker weet met wie je te maken hebt. Maak je kind duidelijk dat hij geen persoonlijke informatie mag geven aan mensen die hij alleen van internet kent.
- Leer je kind om alleen uitnodigingen en vriendschapsverzoeken van bekenden te accepteren en check zo nu en dan samen de contactenlijst.
- Leg je kind uit dat het verstandig is om een nepnaam te gebruiken als hij wil chatten met onbekenden.
- Spreek af dat je kind niet zomaar mag bellen of sms'en met mensen die hij alleen van internet kent en spreekt. Wil je kind afspreken met een vriend van internet? Ga dan mee.

3 RISICO OVERMATIG GEBRUIK



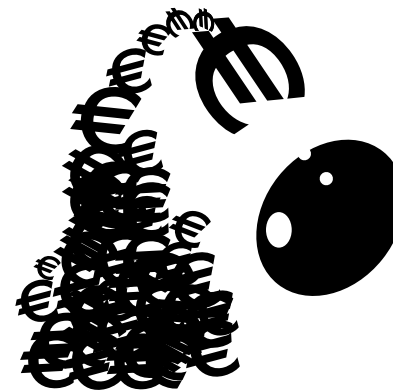
Het risico van veelvuldig gebruik van digitale media is dat het van kwaad naar erger kan gaan. Er bestaat soms een kans op verslaving. Door strenge regels op te stellen, zorg je ervoor dat de kans op verslaving vermindert. Maar pas op dat het geen averechts effect heeft!

- Zorg ervoor dat de beeldschermtijd beperkt blijft. Dit geldt voor de computer, maar ook voor de televisie, mobiele telefoon en tablet.
- Leg uit waarom het goed is dat je kind ook andere dingen onderneemt, zoals buiten spelen.
- Maak onderscheid tussen gebruik voor huiswerk of voor fun en zorg dat dit niet in elkaar overloopt. Spreek af dat je kind eerst aan zijn huiswerk werkt, voordat hij bijvoorbeeld gaat gamen.

4 RISICO TOEGANG TOT SCHADELIJKE OF ON- GESCHIKTE CONTENT



5 RISICO HOGE KOSTEN



Lang niet alles op internet is geschikt voor kinderen. Help je kind bij het vinden van geschikte apps, sites en games.

- Moedig je kind aan om altijd zijn echte leeftijd in te vullen. Zo komt hij alleen op websites die voor hem bedoeld zijn en kunnen anderen zien dat er een minderjarige bij betrokken is.
- Leer je kind om iets weg te klikken als hij het niet wil zien en om hulp te vragen als dat niet lukt. Voelt hij zich vervelend over wat hij heeft gezien? Praat er dan samen over.
- Met downloads komen regelmatig virussen of andere ongewenste dingen mee, ook bij het downloaden van games of muziek. Zorg ervoor dat je kind niets downloadt zonder jouw toestemming of zonder dat je erbij bent.
- Twijfel je of een game geschikt is voor je kind? PEGI geeft een leeftijds-aanduiding voor games en waarschuwt je voor schadelijke of ongeschikte games: www.pegi.info

Virtueel geld is makkelijk uit te geven. Veel online games laten kinderen eerst gratis spelen, maar proberen ze daarna met echt geld te laten betalen voor extra's. Vaak kan dat gewoon met een sms, zonder tussenkomst van de ouders. Hoe voorkom je hoge rekeningen?

- Maak duidelijke afspraken met je kind over het uitgeven van geld online, zoals dat het alleen mag als je erbij bent. Leg duidelijk uit waarom deze afspraken zijn gemaakt.
- Ouders zijn aansprakelijk voor de schulden die hun kinderen maken en moeten dus betalen als het uit de hand loopt. Laat je kind wel de consequenties voelen van zijn gedrag, bijvoorbeeld door af te spreken dat hij (een deel van) de kosten moet terugbetalen.
- Speel samen een game of kijk actief mee. Begrijp het plezier dat je kind heeft, maar ga ook samen na welke reclame er allemaal in die game of app verstopt zit.
- Spreek af hoeveel je kind per maand krijgt aan bel- of speelgeld en hou je daar ook aan.
- Wil je meer informatie over kinderen en virtueel geld? Stichting Weet Wat Je Besteelt geeft informatie over kinderen, jongeren en geld: www.wwjb.nl



MAAK JE SMARTPHONE EN TABLET KINDVRIENDELIJK

Zorg ervoor dat je tablet kindvriendelijk wordt, door bijvoorbeeld het wachtwoord van de App Store, Google Play of de Windows Phone Apps & games store geheim te houden en ook apps zelf met een wachtwoord te beveiligen. Via Instellingen op de iPad kun je Kopen vanuit apps uitschakelen of je kunt een account aanmaken zonder betaalmiddel. Kijk voor meer tips over het instellen van je tablet op www.mijnkindonline.nl/artikelen/maak-je-tablet-kindvriendelijk

GOOGLE

In het Veiligheidscentrum van Google kun je veiligheidstips vinden en de instellingen aanpassen. Door SafeSearch in te schakelen, kun je bijvoorbeeld de zoekresultaten op inhoud filteren. Als er toch ongepaste resultaten worden weergegeven, kun je dit melden bij Google. www.google.nl/safetycenter/families/start/#home

YOUTUBE

Bijna niemand weet het, maar voor het maken van een YouTube-account moet je ten minste 13 jaar oud zijn. Voor jongere kinderen zijn er andere sites met filmpjes, zoals www.kindertube.nl. Als je tiener op YouTube een ongepaste video ziet, kan hij deze markeren. YouTube controleert dit voortdurend. Als je denkt dat de privacy van je kind is geschonden (o.a. door zonder toestemming gebruik te maken van een afbeelding of persoonlijke informatie), ga dan naar de Privacyrichtlijnen op YouTube. Hier vind je meer informatie over het beleid en hoe je een klacht indient. Als je tiener wordt lastiggevallen op YouTube, verwijst dan naar de functie om een gebruiker te blokkeren.

GRIP OP DE KOSTEN

SMARTPHONES ZIJN IN RECORDTIJD ONMISBAAR GEWORDEN VOOR VEEL KINDEREN EN JONGEREN. ZE ZIJN TEGELIJKERTIJD EEN GROEIENDE KOSTENPOST, ÓÓK VOOR HUN OUDERS. WAT KOST EEN SMARTPHONE EIGENLIJK EN HOE HOU JE GRIP OP DE UITGAVEN?

WAT KIES JE: ABONNEMENT OF PREPAID?

PREPAID

✓ Om kinderen te leren hun belkosten te beperken, kun je beginnen met prepaid. Bij prepaid betaal je vooraf. Je weet dus precies wat je uitgeeft en krijgt geen hoge rekeningen achteraf. Met een prepaid smartphone kun je ook gewoon internetten.

✗ Is het beltegoed op, dan kan je kind niet meer bellen en alleen via wifi internetten, totdat het tegoed weer is opgeladen. Nadeel voor jou als ouder kan zijn dat je kind vaker om geld vraagt om op te waarderen en dat hij een belangrijk telefoontje niet kan plegen als het tegoed op is. Je kind kan overigens wel gebeld worden als het beltegoed op is. Voor extra tegoed kun je (online) opwaarderen.

ABONNEMENT: SIM ONLY OF MÉT TELEFOON

✓ Bij een abonnement betaal je elke maand een vast tarief voor belminuten, sms-jes en data. Je sluit hiervoor (vaak) een contract af van minimaal 12 maanden en je moet 18 jaar of ouder zijn maar als ouder kun jij voor je minderjarige kind het abonnement afsluiten. Je kunt kiezen uit een abonnement mét telefoon of zonder telefoon. Dit laatste wordt een Sim Only genoemd.

✗ Let goed op de kosten voor verbruik buiten de bel-, sms-of databundel. Die verschillen flink per abonnement en provider. Laat je goed informeren over de aansluitkosten, hoe lang het maandtarief geldig blijft en wat je daarna precies gaat betalen. Een telefoon bij een abonnement is niet gratis. De kosten zijn doorberekend in de maandprijs. De prijzen van telefoons kunnen enorm verschillen. Bereken van tevoren wat je kind verwacht nodig te hebben (zie tips hieronder) om extra kosten door buitenbundelverbruik te voorkomen. Steeds meer abonnementen bieden mogelijkheden om gebruik en kosten in de hand te houden of te monitoren via apps en de mogelijkheid geen data buiten je bundel te verbruiken maar over te gaan naar lagere snelheid (ook wel throttling genoemd). Als je namens je kind een abonnement afsluit ben jij aansprakelijk voor de extra kosten die je kind maakt.

HYBRIDE

✓ Met Vodafone Hybride hebben jongeren, en hun ouders, volledige controle over de mobiele telefoonkosten. Hybride combineert het gemak en de lage kosten van een abonnement met de vrijheid en de controle van prepaid. De gekozen bundelmix kan elke maand kosteloos worden aangepast, gepauzeerd of stopgezet. Voor ouders is dit gemakkelijk, omdat je automatisch elke maand een vast bedrag betaalt zonder je zorgen te hoeven maken over buitenbundelkosten. Je betaalt namelijk nooit meer dan je vooraf bepaald hebt.

✗ Zodra de gekozen bel-, sms- of databundel verbruikt is, kun je niet meer internetten of bellen. Net als bij Prepaid is het nadeel voor jou als ouder dat je kind vaker kan vragen om op te waarderen en dat hij een belangrijk telefoontje niet kan plegen als het tegoed op is. Je kind kan wel gebeld worden. Voor extra tegoed kun je (online) opwaarderen.

WIE BETAALT WAT?

Je kunt afspreken om de maandelijkse kosten samen te betalen of om het zakgeld te verhogen met een vast bedrag voor belgeld. Als kinderen meer willen 'verbellen', kun je ze dat zelf laten betalen. Zo voorkom je extreem hoge kosten en maak je kinderen bovendien bewust van hun belkosten.

VAN SMARTPHONE TOT SMART KID IN 3 STAPPEN

STAP 1: WEET WAT JE VERBRUIKT

Inzicht in het verbruik van je mobiel helpt bij het bepalen van de bundelgrootte en het in de hand houden van de kosten. Je krijgt inzicht via de klantenservice, de website of app van je provider. Je kunt ook gebruik maken van een datateller app. Deze houdt bij hoeveel MB's een telefoon verbruikt. Bespreek samen wat data zijn en wat je met een bepaalde hoeveelheid kunt doen.



100.000 WhatsApp-berichten sturen of ontvangen. Of...

STAP 2: LET OP DE VALKUILEN

Je kind kan gemakkelijk hoge kosten maken met aankopen in een app of game, of met betaalde sms-diensten die bijvoorbeeld dagelijks een mop of horoscoop versturen. SMS-diensten kun je blokkeren op www.smsdienstenfilter.nl. Veel providers crediteren klanten die vermoeden het slachtoffer te zijn van misleidende sms-diensten. In-app aankopen kun je voorkomen via de instellingen van je telefoon. Bij aankopen in online games of virtuele werelden is het juridisch gezien lastig om de uitgaven van je kind terug te halen. Maar het kán wel. Je zult dan wel moeten aantonen dat de uitgaven niet gebruikelijk zijn voor kinderen van zijn of haar leeftijd. Wees kosten dus het liefst vóór door er met je kind van tevoren over te praten.



8.000 foto's met filter versturen. Of...



1.000 e-mails lezen of versturen. Of...

MET 500 MB KUN JE ONGEVEER...



24.000 tweets versturen of bekijken. Of...



200 minuten streaming video bekijken. Of...



1.000 keer je timeline checken.



HET KINDEREN VEILIG VERBINDEN PROGRAMMA VAN VODAFONE ondersteunt ouders en kinderen bij het gebruik van mobiele digitale producten. Op de website www.vodafone.nl/kinderen is veel informatie te vinden over digitale veiligheid. Ook zijn er handige apps die het gebruik van een smartphone veiliger en makkelijker maken. Met deze producten wil Vodafone ouders en kinderen informeren, actief begeleiden en zo wegwijzen in de digitale wereld. Vodafone werkt daarbij samen met verschillende Nederlandse en Europese instanties.

VODAFONE HELPT JE KIND ONLINE

ALS OUDER IS HET SOMS LASTIG OM TOEZICHT TE HOUDEN OP HET ONLINE LEVEN VAN JE KIND. MET INFORMATIE EN APPS HELPT VODAFONE GEZINNEN BIJ VEILIG EN VERANTWOORD MEDIATEGEBRUIK.



MOBILE PROTECT APP

Gratis app voor Android-telefoons, waarmee je een verloren of gestolen telefoon kunt terugvinden. Het telefoonalarm helpt je het toestel terug te vinden, ook als het op 'stil' staat. Met de app kun je persoonlijke gegevens, zoals foto's, sms'jes en contactgegevens, op afstand wissen. Deze functionaliteiten zijn ook toegankelijk via **MY VODAFONE**. Voor € 2,- per maand kun je met de premiumversie je telefoon ook gelijk beschermen tegen schadelijke virussen.



HANDIGE HANDLEIDINGEN

Op de website van Vodafone en in dit magazine kun je lezen hoe je grip houdt op hoge kosten, maar ook hoe je kunt omgaan met ongeschikte content, overmatig gebruik of digitaal pesten. Er zijn handleidingen te vinden voor de privacy-instellingen van sociale media, zoals Facebook en Twitter. Zo waarborg je de privacy van je kind. Om het gebruik van een smartphone veiliger te maken, heeft Vodafone verschillende apps ontwikkeld.



SAFETY NET APP

Gratis app voor Android-telefoons. Met **SAFETY NET** kunnen ouders/opvoeders de functionaliteiten zoals bellen, sms'en en internetten beheren. De app kan helpen tegen pesten of ongewenste contacten. Ook kan het toegang tot websites met schadelijke content blokkeren en overmatig gebruik tegengaan. Tot slot helpt de app met grip houden op kosten. Je kunt instellen wie je kind mag bellen en sms'en en ook telefoonnummers van bepaalde personen blokkeren. Met de 'veilig surfen'-functionaliteit heeft je kind geen toegang meer tot websites met schadelijke content. Ook is het mogelijk om in te stellen wanneer mobiel internet of de camerafunctie mag worden gebruikt. Verder kun je betaalde sms-diensten blokkeren. Oudere kinderen kunnen de app zelf beheren.



MY VODAFONE APP

Gratis app voor alle telefoons waarmee je altijd inzicht hebt in het verbruik van je kind. Je kunt een vaste dag instellen om het beltegoed op te waarderen. Als je kind teveel belt, sms't of internet, kun je tijdig actie ondernemen. Zo houd je grip op de kosten. **MY VODAFONE** is te gebruiken op de mobiele telefoon van je kind, op je eigen telefoon of op de computer thuis.

HEB JIJ EEN IDEE?

We horen graag hoe we jou het beste kunnen ondersteunen. Heb je een goed idee? Laat het ons weten via samenleving.nl@vodafone.com.

ZO MOEDER, ZO DOCHTER

SAMANTHA BEAUFORT (40)
Landelijk adviseur bij het UWV

Deelt een iPad met Zoë.

ZOË (8)

Scholier groep 5

Heeft een iPhone en is gek op spelletjes als Hay Day.

Samantha: 'Soms wil ze op de iPad *Hay Day* spelen, maar dat mag niet van mij, dat is mijn *Hay Day*, haha.'

Zoë: 'Mama speelt echt héél erg vaak, vaker dan ik.'

Samantha: 'Dat klopt niet helemaal hoor, ik lees ook het nieuws op de iPad, ik bestel even snel wat koffie, of zoek een recept op, en scroll door mijn sociale media. Facebook vooral, Twitter vind ik te overweldigend. Op kantoor kijk ik de hele dag niet op mijn telefoon. Maar 's avonds na het rennen en vliegen vind ik het lekker om even met de iPad op de bank neer te ploffen.'

Zoë: 'Mijn favoriete paardenspel staat op de iPad. Daarmee leer ik hoe ik ze eten moet geven en hoe ik moet opzadelen. Paarden zijn mijn lievelingsdieren. Met mijn verjaardagsfeestje wil ik ook paardrijden, dan ga ik op het grootste paard, denk ik. Soms wil ik een nieuw spel, dat vraag ik dan aan papa.'

Samantha: 'We hebben een wachtwoord op iTunes gezet, anders koopt ze de hele App Store leeg.'

Zoë: 'Dat zou zomaar kunnen, ik weet precies hoe ik er in kom.'

Samantha: 'Ik wil dat Zoë 's ochtends eerst ontbijt en zich klaarmaakt voor school. Als er tijd over is mag ze nog een spelletje doen. En op woensdagmiddag wil ik ook dat ze buiten speelt of een boek leest. In de winter speelt ze meer met haar iPhone dan in de zomer en dat is prima. We hebben geen strakke regels, het moet gewoon een beetje in balans zijn, vind ik.'

Zoë: 'We googelen ook vaak dingen, dat vind ik leuk.'

Samantha: 'Ja, dan pakken we de iPad erbij en zoeken we bijvoorbeeld samen een filmpje op waarin te zien is hoe yoghurt wordt gemaakt. Voor haar is internet iets heel gewoons.'

‘Lifesplash hangt samen met mijn persoonlijkheid’

DE LIFESTYLEBLOGGER

Jiami Jongejan (15)

Scholier 4 vwo

Jiami is eigenaar van het beauty-, fashion- en lifestyleblog lifesplash.nl. Ze won eerder de Gouden Apenstaart voor beste website gemaakt door kinderen. ‘Een blog is zo leuk omdat ik dan tegelijkertijd kan schrijven, vormgeven, fotograferen, ondernemen en samenwerken met bedrijven. Lifesplash hangt helemaal samen met mijn persoonlijkheid. Ik probeer altijd mezelf te zijn; een gewoon meisje van vijftien dat haar passie volgt. Ik betrek mijn bezoekers bij wat ik doe. Dankzij sociale media kan ik direct contact met ze onderhouden.’

‘Ik denk altijd goed na over wat ik wel en niet op internet zet. Persoonlijke informatie over vrienden en familie plaats ik niet. Een tijdje geleden kreeg ik een verjaardagskaart thuisgestuurd van iemand die via familieleden mijn adres had opgezocht. Dat vond ik heel lief, maar ik heb wel gezegd dat ik het liever niet had omdat ik mijn privacy wil beschermen.’

‘Ik heb nu 75.000 unieke bezoekers per maand. Dat was niet vanaf het begin zo, ik moet geduld hebben, hopen op mond-tot-mondreclame en contact leggen met mensen op allerlei internetfora.’

‘Ik maak zoveel leuke dingen mee: nieuwe mensen leren kennen, pers-events bezoeken. Ik ben ook weleens een keer naar Londen geweest! Ik wil Lifesplash verder uitbouwen. Om ervan te kunnen leven, moet ik door blijven groeien en meer bezoekers en sponsors krijgen. Als ik klaar ben met school, ga ik een opleiding volgen in de richting van media, mode, marketing of pr.’

‘Ik heb mezelf leren programmeren’

DE GAMEBOUWER

Tom de Ruiter (14)

Scholier 3 havo

Tom is een van de jongste iOS-programmeurs van Nederland. Op zijn twaalfde maakte hij zijn eigen spelletje, *Mokie*, voor de iPhone.

Onlangs lanceerde hij een scheikundespelletje. Oh, en hij won ook nog een programmeerwedstrijd van Apple. ‘In *Molecules*, a chemistry game scoor je punten door moleculen met elkaar te verbinden. Voor leerlingen van mijn school ontwikkelde ik de app *Trinitas*, om je rooster te bekijken en cijfers bij te houden. De app is al 1.000 keer gedownload en ik wil nu uitbreiden naar andere scholen.’

‘Ik heb mezelf leren programmeren door tips en video’s op internet op te zoeken. Samen met mijn vriend Melvin heb ik een bedrijfje opgericht. Rydee, waarmee we nog meer apps en websites willen gaan maken. Het wordt steeds moeilijker om geld te verdienen met apps. Mensen willen er liever niet voor betalen en je moet heel veel downloads hebben om geld uit advertenties te halen. Mijn doel is om er later van te kunnen leven, maar nu ben ik gewoon een beetje bezig en probeer ik dingen uit.’

‘Ik hoop dat steeds meer kinderen ontdekken dat programmeren niet alleen voor nerds is. Je hoeft er helemaal niet zo slim voor te zijn, ik kon zelf net naar de havo. Dit jaar won ik een wedstrijd van Apple, waarbij ik een app moest ontwikkelen waarin ik liet zien wie ik ben en wat ik kan. De prijs is een bezoek aan hun jaarlijkse ontwikkelaarsconferentie. Ik hoop daar te laten zien wat ik kan. Dan kan ik er later misschien wel gaan werken. Dat lijkt me wel wat, werken bij Apple.’

‘Singles release je het snelst via sociale media’

DE CELEBRITY

Laura van Kaam (16)
Scholier 5 havo

Laura van Kaam was de winnares van *The Voice Kids 2013*. Dankzij sociale media heeft ze nog altijd veel contact met fans. ‘De release van mijn nieuwste single *Be Like You* vond via sociale media plaats. Dat is tegenwoordig de snelste manier. Mensen delen het nummer met elkaar en zo bereik je in korte tijd een groot publiek. Zeker als mijn coach Marco Borsato, met wie ik nog steeds goed contact heb, het retweet aan zijn 480.000 volgers. Ik stond dezelfde dag al in de iTunes Top 100.’

‘Ik heb een eigen website, een Twitter- en Facebookaccount, een kanaal op YouTube en ik zit op Instagram. Ik doe eigenlijk alles zelf, al helpt mijn vader me ook. Hij leest alles wat er over me geschreven wordt en hij houdt goed in de gaten wat ik zelf post. Ik moet nadenken over wat ik online zet, even snel mijn mening geven kan me zomaar negatieve publiciteit opleveren. Ik heb wel klasgenoten die op Twitter schrijven hoe stom ze een leraar vinden. Dat zou ik nooit doen.’

‘Bij *The Voice Kids* zijn we gecoacht in het omgaan met kritiek en sociale media. Van negatieve reacties kan ik soms wel iets leren. Maar stom vind ik het wanneer mensen schrijven dat ze me een lelijke snol vinden of zoiets. Dan denk ik: Waarom zet je dat er op? Je kent me niet eens. Mensen durven op internet meer te zeggen dan in het echt. Mijn telefoon blijft de hele dag volstromen met berichtjes. Ik vind dat alleen maar leuk, maar mijn ouders worden er weleens gek van.’

‘Ik zet mijn gedachten om in iets dat de computer begrijpt’

DE INTERNETONDERNEMER

Puck Meerburg (15)
Scholier 4 vwo

Puck programmeert al zes jaar en heeft inmiddels vijftien apps gemaakt. Zijn CatStacker-app werd meer dan 100.000 keer gedownload. ‘Ik heb ooit samen met een vriend een prijs van Microsoft gewonnen voor onze website Blackspots, waarop je de veiligste route van huis naar school kunt berekenen. Ik ben nu al een paar keer op het Microsoft-hoofdkantoor op Schiphol geweest, dat is een heel mooi gebouw en er heerst een leuke sfeer, daar zou ik best willen werken. Ze hebben me gevraagd of ik CatStacker ook wil maken voor Windows 8.’

‘Ik ben al eens een keer door Apple uitgenodigd om naar San Francisco te komen voor de aankondiging van iOS7. Er waren alleen maar ontwikkelaars die allemaal nieuwe dingen lieten zien. Ik was een van de drie winnaars van de Student Apple Design Award. Niet lang daarna werd mijn CastStacker-app gepromoot in de App Store en in korte tijd flink gedownload, wel 16.000 keer op een dag.’

‘Ik ben daarna trouwens nog een keer in San Francisco geweest, nu bij Google omdat ik de Google Code-In had gewonnen. Dat is een programmeerwedstrijd van Google. Ik vind programmeren heel leuk. En ik verdien er iets extra's mee, dat is ook mooi meegenomen. Het gaat er bij programmeren om dat je je gedachten kunt omzetten in iets dat de computer begrijpt, dat vind ik er zo leuk aan. En het is een uitdaging om apps voor Apple, Android en Windows Phone te maken, want de taal is overal net weer anders.’

13-16 jaar DIT HOUDT ZE BEZIG

TEGEN DE TIJD DAT KINDEREN NAAR DE BRUGKLAS GAAN, HEBBEN ZE ZO GOED ALS ALLEMAAL EEN MOBIEL. STEEDS VAKER IS DAT EEN SMARTPHONE. DEZE GROEP NOEMT WHATSAPP ONMISBAAR EN IS GEWEND OM MET ZIJN TELEFOON TE COMMUNICEREN.



Smartphonegebruik speelt een rol bij een op de vijf fietsongelukken waarbij jongeren zijn betrokken.

SOCIALE MEDIA

Ongeveer **9** op de **10** jongeren maken gebruik van sociale media. Van de oudere internetters maar **2** à **3** op de **10**. Het sociale-mediagebruik verschilt relatief weinig naar geslacht, herkomst en opleiding. Socialemediagebruikers maken meer gebruik van (mobiel) internet en beschikken meer over algemene internetvaardigheden dan niet-gebruikers.

38%

van de tieners gebruikt Snapchat, een app waarbij foto's met of zonder tekst binnen enkele seconden weer verdwijnen. Ook Instagram is populair: 44% van de tieners gebruikt deze app waarmee je foto's kunt pimpen en delen.

Pubers krijgen hun eigen computer of een eigen laptop. Steeds vaker staat die niet meer alleen in de huiskamer, maar kunnen ze er draadloos op elke plek in huis mee het internet op.

NAAR SCHOOL

Een groeiend deel van de kinderen in deze leeftijd neemt dagelijks een laptop of tablet mee naar school.

Tieners zijn zich meer bewust van hun online privacy dan vaak wordt gedacht. Ze lezen en horen in de media veel over privacy en worden gewaarschuwd door ouders. Ze weten dat informatie op internet moeilijk te verwijderen is en gaan zorgvuldig om met het delen van informatie. De helft verwijdt wel eens iets, nadat ze het gepost hebben.



85% van de 10- t/m 17-jarigen zoekt extra informatie over de leerstof op Google en 61% van hen zoekt extra informatie over de leerstof op YouTube.

8% van de jongens en **4%** van de meisjes heeft zijn of haar borsten, billen of geslachtsdelen laten zien voor de webcam. Sommige onderzoekers denken dat ongeveer **20%** van de jongeren dit wel eens doet. De meeste tieners maken geen beelden van zichzelf, maar zien wel beelden van anderen.

60%

van de ondervraagde tieners gebruikt sociale media om elkaar vragen te stellen over huiswerk of leerstof. 48% maakt ook foto's van aantekeningen of samenvattingen en stuurt die naar elkaar.

TOP 5 REGELS DIE OUDERS VAN KINDEREN IN DEZE LEEFTIJD STELLEN AAN MEDIAGEBRUIK

1. Geen gebruik van de mobiele telefoon/tablet tijdens het eten
2. We hebben afspraken over schermtijd
3. Regels over wat ze wel/niet mogen doen met hun mobiele telefoon/tablet
4. Geen berichten sturen met de mobiele telefoon tijdens een gesprek
5. Geen mobiele telefoon/tablet tijdens huiswerk maken

25% van de ouders met kinderen tussen 12-17 jaar speelt online games met hun kind of kijkt samen filmpjes.

WHATSAPP

Internetten is een dagelijkse bezigheid geworden. Facebook en Twitter zijn populair voor de sociale contacten, maar vrijwel alle tieners vinden WhatsApp echt onmisbaar.



GEADVISEERDE SCHERMTIJD

12 jaar en ouder: maximaal 3 uur beeldschermtijd per dag. Stop beeldschermgebruik een uur voor het slapen gaan. De lichtsterkte (lux) van een beeldscherm stelt de aanmaak van melatonine uit, waardoor je moeilijk in slaap valt.

GAMEN

Jongens houden gemiddeld meer van gamen dan meisjes (vooral omdat er voor jongens meer aantrekkelijk titels beschikbaar zijn dan voor meisjes). Online games waarbij je lid bent van een gilde of een clan hebben een grote aantrekkingskracht (bijvoorbeeld *World of Warcraft*).

HELP PUBERS HUN MEDIAGEDRAG TE MANAGEN

PUBERS LEIDEN ONLINE EEN HEEL EIGEN LEVEN, BUITEN HET ZICHT VAN DE MEESTE OUDERS. DIE VRIJHEID IS HEERLIJK, MAAR TEGELIJK KUNNEN ZE DE GEVOLGEN VAN HUN GEDRAG NOG NIET ALTIJD OVERZIEN. ZÓ HELP JE ZE OM HUN MEDIAGEDRAG TE MANAGEN.

PRAAT OVER ONLINE ERVARINGEN

Maak de online ervaringen van je puber een normaal onderdeel van de dagelijkse gesprekken. Grijp nieuwsberichten aan en verleid je kind tot vertellen: 'Hoe was het op internet vandaag?' Praat ook over online imago en privacy. Wees open en geïnteresseerd en probeer niet te snel te oordelen.

STEL GRENZEN

Een smartphone is onmisbaar voor de gemiddelde puber, maar er zijn wél grenzen. Geef die duidelijk aan en handhaaf de regels. Bijvoorbeeld de gouden regel dat eerst het huiswerk af moet, voordat er met media wordt gespeeld. Of maximaal twee uur beeldschermtijd per dag (gebruik voor school niet meegeteld) en geen mobiel tijdens het eten of mee naar bed. Gaat het goed, geef daar dan ook een compliment voor.

STIMULEER CREATIEF GEBRUIK VAN MEDIA

Moedig je tiener aan om zelf een website te maken, een app te bouwen of een filmpje te maken. Kijk bijvoorbeeld eens op de websites van **Kennisnet.nl** en **Mijnkindonline.nl** voor informatie, tips en ideeën.

PRAAT OOK OVER SEXTING

Bijna alle pubers hebben wel eens een uitdagende foto doorgestuurd gekregen van een halfnaakte jongen of meisje. Leer je puber dat ze zulke beelden niet moeten doorsturen: je beschadigt degene die erop staat enorm. Bovendien is het strafbaar. Het is beter om te zorgen dat die beelden zo snel mogelijk weer van internet verdwijnen.

MEDIA EN SCHOOLPRESTATIES

Psychiaters en neurowetenschappers waarschuwen dat intensief gebruik van sociale media invloed heeft op de leerprestaties van tieners. Zij leren onvoldoende om zich te focussen. 'En focus is belangrijk om "diep" te kunnen lezen en leren', vertelt Justine Pardoën, gespecialiseerd in mediaopvoeding en schrijver van het boek *Focus! Over sociale media als de grote afleider*. 'De pubertijd is de belangrijkste periode om dit onder de knie te krijgen. Op latere leeftijd is dat een stuk moeilijker, zeggen neurowetenschappers.'

Dat betekent niet dat de smartphone voor lange tijd opgeborgen moet worden in de bureaula, vindt Pardoën. Soms kan het juist handig zijn om via WhatsApp met klasgenoten een huiswerkopdracht te bespreken. Een tiener mag best twee keer zo lang over z'n huiswerk doen, als het maar vanuit een bewuste keuze gebeurt. Pubers moeten dus ontdekken hoe zij zichzelf en hun mediagebruik kunnen managen.

'Vaak zijn ze bang dat ze wat missen. Door daar over te praten, beseffen ze dat ze niet altijd meteen een berichtje hoeven te sturen. Op een later moment kunnen ze aan hun vrienden vragen of ze iets gemist hebben. Zo houden ze zelf de controle.'

HARMEN BOERBOOM (58) Journalist

Woonde een tijd met Liam in Suriname.

Liam: 'Ik speel shootergames als *Call of Duty* en *Grand Theft Auto*. Ik maak filmpjes van mijn acties en zet die op mijn YouTube-kanaal. Ik krijg geld van een bedrijf voor elke hit. Ik wil later games gaan ontwerpen, en daarom leer ik nu al veel over techniek. Papa gebruikt zijn laptop vooral voor werk.'

Harmen: 'Vooral voor Facebook, emailen en het surfen naar nieuwssites. Facebooken doe ik soms teveel, ik ben nog op zoek naar een balans. Ik vind het knap dat Liam die filmpjes maakt en er nog geld mee verdient ook. Laatst is hij een Facebook-actie gestart voor een Vietnamese jongen in zijn klas die zou worden uitgezet. Ik was zo trots!'

Liam: 'Ik game bijna elke dag en dan best lang, maar niet zo lang als vroeger. Toen kon ik me niet op iets anders concentreren en ben blijven zitten.'

Harmen: 'Ik heb wel eens het internet eruit getrokken als hij na zes keer roepen nog niet kwam eten. Woedend werd hij dan. Maar nu stopt hij uit zichzelf.'

Liam: 'Ik mag alles spelen, als het maar niet té bloederig is. *Gears of War* is bijvoorbeeld met kettingzagen, dat vond mijn vader niet zo leuk. Ik werd er een beetje agressief van, vooral als iemand me stoorde tijdens het gamen.'

Harmen: 'Hij kon altijd al slecht tegen zijn verlies, ik heb dat nooit gerelateerd aan het geweld in die games. Niet dat ik het leuk vind. Ik heb zelf in oorlogsgebieden gewerkt en die graphics zijn enorm realistisch. We hebben eens samen een filmpje bekeken van Amerikaanse militairen die een cameraploeg neerschieten omdat ze denken dat het terroristen zijn. Hij was geschokt. Ik vroeg: Dat doe jij toch ook in die games? Hij keek me verbijsterd aan: maar dat zijn gámes! Die reactie heeft me wel gerustgesteld.'

ZO VADER, ZO ZOON

LIAM (13) Scholier brugklas Is gek op gamen.

JONGEREN GEBRUIKEN DIGITALE MEDIA OM CONTACT TE LEGGEN EN ZICH TE PRESENTEREN ZOALS ZE GRAAG GEZIEN WILLEN WORDEN. OP EEN BEWERKTE FOTO, OF ALS DE MEESTE GEVATTE GAST VAN DE KLAS. HOORT ALLEMAAL BIJ PUBERS. OÓK DAT ZE DE GRENZEN OPZOEKEN EN DAAR (SOMS) OVERHEEN GAAN.

OVER DE GRENS

Wat mag wel en niet op internet?

1 CYBERPESTEN

Pesten via internet kan verder gaan dan een geintje. Van de neiging die jongeren hebben om grenzen op te zoeken, kunnen anderen de dupe worden. Lastig daarbij is dat tieners een andere kijk hebben op wat pesten is. In de ogen van veel jongeren heeft pesten een hoge fun-factor en is het juist stoer om tot het randje (of erover) te gaan. Wat ze zich niet realiseren, of wat hen 'gewoon niet boeit', is dat wat op internet gebeurt niet zomaar weer verdwenen is. Uit onderzoek blijkt dat één op de drie jongeren wel eens online is getreiterd. Dat kan gaan om een kwetsend bericht, lastig gevallen worden op sociale media of foto's die openbaar worden gemaakt via netwerksites of WhatsApp.

Strafbaar?

Pesten is niet strafbaar, tenzij een kind bijvoorbeeld stelselmatig wordt belaagd. Dan is er sprake van stalking en kunnen ouders aangifte doen. Binnen het pestgedrag kunnen wel degelijk strafbare gedragingen zijn. Zodra het pesten uitmondt in bijvoorbeeld bedreiging, stalking of als er sprake is van het plaatsen van bewerkte foto's waar een kind schade van ondervindt, kan wel aangifte worden gedaan. Ook wanneer een kind lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan aangifte worden gedaan.



2 DIGITAAL KINDERLOKKEN EN GROOMING

Grooming is hetzelfde als digitaal kinderlokken. De groomer doet zich vaak voor als een leuke jongen of populair meisje en probeert via sociale media in contact te komen met kinderen of jongeren. Bijna iedere jongere is in een chatroom of op een forum wel eens actief benaderd door een vreemde. Soms gaat het dan om een volwassene met slechte bedoelingen, bijvoorbeeld het voeren van seksueel getinte gesprekken of het plegen van seksueel misbruik. Vaak begint het contact onschuldig, maar dat kan al snel een andere kant op gaan, bijvoorbeeld als de ander vraagt om foto's of om contact via de webcam. Pubers zijn een kwetsbare groep, ze zijn gevoelig voor complimenten. Ook hebben tieners niet altijd door wat de echte bedoelingen van de ander zijn. Hun nieuwsgierigheid kan jongeren zo in vervelende situaties brengen.

Strafbaar?

Het grooming-artikel in het Wetboek van Strafrecht stelt het strafbaar om via telecom (internet, chats, WhatsApp etc.) afspraakjes te maken met kinderen jonger dan 16 jaar, als dat afspraakje is gemaakt met het doel om ontucht te plegen of kinderporno te maken.



4 BELEDIGING, SMAAD EN LASTER

Op internet is het makkelijk om anderen te beledigen of iemands goede naam aan te tasten. Denk aan een Facebook-pagina met bewerkte foto's, een e-mailadres namens een ander aanmaken en daarmee kwetsende teksten rondsturen of uit naam van iemand anders kwetsende teksten op sociale media plaatsen. Het kan heel moeilijk zijn om zulke praktijken te beëindigen en de beledigingen weer van internet te krijgen.

Strafbaar?

Belediging, smaad en laster zijn strafbaar. Maar in de praktijk kan een goed gesprek met de verspreider van de uitingen al een hoop oplossen. Vaak is er meer aan de hand: er is bijvoorbeeld sprake van pesten. Het slachtoffer heeft er in zo'n geval meer aan als het onderliggende probleem wordt aangepakt.



3 SEXTING

Sexting is het versturen van seksueel getinte berichten, foto's en video's. Online seks dus, waar de meeste tieners bijna dagelijks mee te maken hebben. Het lastige hierbij is dat wat in feite normaal experimenteel gedrag van pubers is, strafbare feiten kan opleveren. Sexting kan een hoop schade veroorzaken. Foto's en video's die zijn bedoeld voor vrienden, kunnen gaan zwerven over internet en in kinderpornonetwerken terechtkomen, zonder dat je ze ooit weg kunt krijgen.

Strafbaar?

Beelden die op internet zijn gezet, zullen daar niet meer verdwijnen en altijd weer kunnen opduiken. Volgens de letter van de wet kunnen jongeren die met seks experimenteren op internet vervolgd worden voor het maken, bezitten en verspreiden van kinderporno. Gelukkig houdt de rechtspraak in Nederland rekening met experimenteel gedrag en zal onder normale omstandigheden geen vervolging worden ingesteld. Iemand bewust schade berokkenen door de beelden te verspreiden, wordt echter wel gezien als een serieus strafbaar feit en kan vervolgd worden als belediging of smaad.



5 BEDREIGING

Soms zijn iemands pijlen sterk op één persoon gericht. Uit jaloezie, woede of wraak kan iemand overgaan tot bedreiging. Jongeren zijn hierbij een kwetsbare groep. In hun levensfase volgen persoonlijke ontwikkelingen en verwickelingen elkaar in hoog tempo op, waarbij de sociale vaardigheden niet altijd even snel meegaan. De laagdrempeligheid van internet wakkert de verleiding om iemand via app, chat of tweet stevig lastig te vallen flink aan. 'Gewoon' ruziemaken en het uiten van bedreigingen of stelselmatig treiteren liggen daarbij dicht bij elkaar.

Strafbaar?

Als er sprake is van bedreiging, kun je aangifte doen. Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan aangifte worden gedaan. ►

WANNEER STAP JE NAAR **DE POLITIE**?

> VOOR HET DOEN VAN EEN MELDING.

Als je geen aangifte wilt doen of als er geen aangifte gedaan kan worden, kan een melding wel heel zinvol zijn. Je brengt de politie dan toch op de hoogte van de situatie en de feiten en dat kan in de toekomst belangrijk zijn.

Je hoeft zelf geen slachtoffer of benadeelde te zijn om naar de politie te stappen. Ook als je wilt voorkomen dat een ander mogelijk slachtoffer wordt van strafbare feiten op internet, kun je aankloppen. Je kunt bij de politie ook vragen stellen over cybercrime.

> VOOR HET DOEN VAN AANGIFTE.

Zoals bij alle andere vormen van criminaliteit kun je, als je slachtoffer van cybercriminaliteit bent of denkt te zijn, aangifte doen bij het politiebureau. Door het doen van aangifte verzoek je de politie een strafrech-

telijk onderzoek in te stellen. De aangifte is doorgaans het begin van een politieonderzoek. De politie maakt dan een proces-verbaal van aangifte op. Als je minderjarig bent, is het goed om een van je ouders mee te nemen naar het politiebureau. Het doen van een (telefonische) melding is géén aangifte.

> WAT NEEM JE MEE NAAR DE POLITIE?

Noteer en verzamel zoveel mogelijk informatie en bewijsmateriaal, zoals:

- Data en (exacte) tijdstippen
- Email- en internetadressen (url)
- Gebruikersnaam en nickname(s) van betrokkene(n)
- Prints van chatlogs en mailberichten
- Bewaarde sms-berichten
- Schermafdruk (via print screen of maak een foto)



PRATEN MET PUBERS

'Gaaf het over grenzen? Luister dan, in plaats van te preken'

Mediadeskundige Justine Pardoën: 'Net zoals je een peuter niet kunt dwingen om te eten, zo kun je een puber niet dwingen om te praten. In beide gevallen verdient het aanbeveling om over te gaan tot een verleidingstactiek. Pubers willen vaak niet praten omdat ouders gaan preken. Ze hebben het idee dat het eenrichtingsverkeer is, en dat er niet naar hen geluisterd wordt. Je kunt proberen met je kind te praten zónder een 'gesprek' te voeren. Vaak breng je dat op gang door eerst iets over jezelf te vertellen, of iets ter sprake te brengen wat je ergens gezien of gelezen hebt, dus door het te koppelen aan anderen dan het kind zelf. Waarover wil je eigenlijk praten? Als het over grenzen gaat, kun je je kind vragen wat hij of zij bijvoorbeeld van een nieuwsbericht over online misbruik vindt. Wees slim, en forceer niets. Gebruik afleidingsmanoeuvres en verleid je kind ertoe om iets te vertellen zodat je kunt luisteren, in plaats van preken.'



7X TIPS VOOR TIENERS

- 1 Als iemand vervelende dingen vraagt, zeg dan dat je dat niet wilt, weiger of blokkeer de afzender, en reageer niet meer.
- 2 Als je gestalkt of gepest wordt via sociale media of internet, verzamel dan bewijs.
- 3 Voel je niet schuldig als er iets vervelends gebeurt. Als je het niet zelf hebt uitgelokt, is het niet jouw schuld. Maar in de oplossing heb je wél een groot aandeel: zorg dat je er niet in je eentje mee blijft rondlopen. Vraag hulp (ouders, docenten, Kindertelefoon.nl, question-zone.nl).
- 4 Stel zelf geen persoonlijke vragen aan mensen die je niet kent. Voorkom dat iemand denkt dat jij hem kunt helpen met zijn of haar problemen en van jou afhankelijk wordt.
- 5 Denk goed na over de foto's die je van jezelf verstuurt of op Instagram zet.
- 6 Denk na over wat je voor de webcam laat zien.
- 7 Vertrouw op je eigen intuïtie: als je ergens 'voelt' dat iets niet klopt, luister dan naar dat gevoel! Meld rare dingen altijd bij de beheerder van de site of chat.

- Op WWW.MELDKNOP.NL vind je informatie over en hulp bij internetproblemen. Ook over pesten vind je hier informatie en advies over wat je kunt doen als je op internet wordt lastiggevallen. Je kunt via deze website de Meldknop ook installeren op je computer. Dan staat hij tijdens het internetten altijd in beeld en heb je met een klik op de Meldknop meteen informatie, hulp en advies. En je kunt direct een melding maken.
- WWW.HELPWANTED.NL is een site voor jongeren tussen de 12 en 18 jaar en hun opvoeders die informatie willen of melding willen doen van seksueel misbruik via internet. De site is een onderdeel van het Meldpunt Kinderporno op Internet.

- Wordt een kind gepest, heeft het problemen thuis, ruzie met vrienden of voelt hij zich rot, dan kan hij bellen of chatten met de Kindertelefoon (0800-0432). Op de website WWW.KINDERTELEFOON.NL is ook veel informatie te vinden. De Kindertelefoon is er voor alle kinderen en jongeren tussen 8 en 18 jaar.

- Op WWW.VRAAGHETDEPOLITIE.NL kunnen kinderen tussen 12 en 18 jaar oud vragen én antwoorden vinden over veiligheid, zoals over loverboys, drugs, geweld, boetes, internet, alcohol of cybercrime. Ook kun je op deze site chatten met politieagenten.

- WWW.DIGITAALPESTEN.NL vind je eerste hulp bij digitaal pesten: tips om het zelf op te lossen, een forum om ervaringen te delen en informatie. Ook kun je hulp zoeken via chat, telefoon of mail.

EN WAT DOET SCHOOL?

BIJ HET BEGELEIDEN VAN KINDEREN IN BEWUST EN VEILIG MEDIAGEBRUIK, SPELEN OOK SCHOLEN EEN BELANGRIJKE ROL. WAT MAG JE ALS OUDER VAN SCHOOL VERWACHTEN?

Docenten weten dat smartphones, laptops en tablets belangrijke onderdelen zijn van het leven van hun leerlingen. De meeste leerlingen vinden het ook ontzettend leuk als die media worden ingezet op school. Het werkt motiverend: de lessen worden interessanter, afwisselender en interactiever. Toch worden bijvoorbeeld sociale media nog maar weinig in het onderwijs gebruikt.

Vaak denken scholen bij media in eerste instantie aan vervelende incidenten, zoals digitaal pesten, bedreiging, intimidatie of agressie. 'De meeste scholen reageren op zulke incidenten met regels', vertelt Frans Schouwenburg, strategisch adviseur bij stichting Kennisnet, de publieke ict-partner voor het onderwijs. 'Maar het is natuurlijk beter als scholen niet alleen reactief beleid hebben, maar van tevoren nadenken over wat ze willen voorkomen en wat ze willen aanmoedigen. Daarom is het belangrijk om met het hele team de tijd te nemen om de mediavisie van de school te beschrijven. Van daaruit kun je samen beleid maken over mediaopvoeding.'

VERWACHTINGEN

Frans Schouwenburg: 'Ouders verwachten van een school dat er beleid is over sociale media en internet. Maar nog lang niet alle scholen hebben dat. Ook verwachten ouders dat scholen aandacht hebben voor digitale geletterdheid, dat er ouderavonden worden

georganiseerd over mediawijsheid en dat er nagedacht is over regels, bijvoorbeeld over mobieltjes in de klas. Ik vind het een goede zaak dat ouders scholen een beetje onder druk zetten, want mediaopvoeding is een belangrijk onderwerp. Het initiatief voor de Steve Jobsscholen, de zogenaamde iPad-scholen, komt vanuit ouders die het huidige systeem niet goed vinden aansluiten bij de moderne digitale wereld. Steeds vaker wordt het beleid over mediaopvoeding of het gebruik van tablets of laptops een selectie criterium bij de schoolkeuze. Zo kiezen sommige ouders bewust voor een iPad-school. Anderen, die de nieuwe media bij wijze van spreken een plaag vinden, juist voor een school waar mobieltjes niet eens het klaslokaal in mogen.'

KIEZEN

De overheid bepaalt in de kerndoelen waaraan elke school moet voldoen, dat er aandacht moet zijn voor mediawijsheid. De onderwijsinspectie ziet toe op de naleving van die kerndoelen. Maar hoe de kerndoelen voor mediawijsheid

worden ingevuld in het programma, is aan de scholen zelf. Vaste regels over mediaopvoeding, sociale media of smartphones zijn er niet. Scholen mogen hierover zelf beslissen.

Frans Schouwenburg vindt dat scholen goed moeten nadenken en vooral onderbouwd en bewust een keuze moeten maken. 'Kennisnet hoopt dat scholen aandacht

► Lees verder op pagina 44

MEESTER GIJS

WIE Gijs Palsrok (33)

WAT docent Engels op het Veluws College Walterbosch, Apeldoorn

EN OOK freelance onderwijsdeskundige, gespecialiseerd in ICT in de klas

'Ik heb een eigen website, www.meester-gijs.nl, waarop leerlingen uitleg over de lesstof, oefeningen en verdieping kunnen vinden. Ook staan er filmpjes op met uitleg over de Engelse grammatica. Tijdens mijn lessen zet ik vaak de laptop in, die leerlingen zelf meenemen. Dat noemen ze BYOD, *Bring Your Own Device*, en dat is bij ons in de hele school ingevoerd. Doordat alles online staat, kunnen leerlingen gericht aan de slag. Ze bepalen zelf de volgorde en het tempo waarin ze werken. Ik geef ze die vrijheid, maar eis bijvoorbeeld wel dat ze aan het eind van de les bepaalde oefeningen van de methode af hebben. Als docent moet je niet regeren over een klas, maar reageren op een klas. Alleen maar luisteren naar docenten die vertellen hoe de wereld in elkaar zit, is niet motiverend.'

DIGITALE TOOLS

'Ik zet nieuwe media in voor verschillende interactieve werkvormen. Zodat het antwoord dat ze formuleren ook daadwerkelijk door mij wordt gelezen. Zo worden alle leerlingen gezien en gehoord in één les. Leerlingen worden enthousiast als ik deze digitale tools gebruik in de les. Maar belangrijker is dat de resultaten verbeteren!'

MASSAAL BEZOEK

'Door mijn website kunnen leerlingen ook onafhankelijk van tijd en plaats Engels leren. Met regelmaat gebruiken ze mijn site ter voorbereiding van de lessen of als extra bron tijdens de les, maar vooral tijdens de toetsweken bezoeken ze mijn website massaal. Ook surfen steeds meer leerlingen van andere scholen naar mijn website.'

'Naast mijn website gebruik ik Twitter en Instagram (@meestergijs) om met leerlingen te communiceren. Ik deel bijvoorbeeld links naar video-uitleg over grammatica, links naar grappige filmpjes of een bericht dat hun cijfers online staan. Er moet wel af en toe iets leuks tussen zitten, zodat ze de belangrijke meldingen ook meepikken. Ik ben altijd op zoek naar verbeteringen. Het onderwijs loopt altijd achter op de maatschappij, maar wat mij betreft moet die achterstand zo klein mogelijk zijn. De ideeën komen niet uit Den Haag, die komen van docenten.'

IPAD IN DE KLAS

Op bijna een op de drie middelbare scholen werken leerlingen inmiddels met een eigen tablet of laptop. Dat blijkt uit een peiling van stichting Kennisnet in juli 2014. Scholen zetten de apparaten verschillend in: soms alleen als digitaal boek, maar er zijn ook scholen die met eigen lesmateriaal volledig 'gepersonaliseerd' onderwijs geven. In het basisonderwijs groeit het gebruik van tablets minder hard dan in het voortgezet onderwijs. Nog geen 20% van de basisscholen gebruikt structureel een tablet in de klas.

EFFICIËNTER LEREN

Iets meer dan de helft van de leraren is positief over het gebruik van tablets en laptops in de lessen. Ze vinden dat ze leerlingen beter maatwerk kunnen leveren, dat de motivatie van de leerlingen toeneemt en dat het gebruik van de apparaten leidt tot een efficiënter leerproces. Een derde van de leraren vindt dat de apparaten ook daadwerkelijk leiden tot betere leerprestaties.



besteden aan mediawijsheid waar het kan. Of dat nou in een aparte les is, of geïntegreerd in bestaande lessen. Het belangrijkste is dat de school er zelf over nadenkt en een bewuste keuze maakt. Wij adviseren niet over het wel of niet gebruiken van smartphones in de klas, maar doen wel onderzoek naar bijvoorbeeld het gebruik van smartphones voor lesdoeleinden. Leidt dat tot betere resultaten, hogere motivatie of meer efficiëntie? Scholen kunnen de resultaten van zulk onderzoek gebruiken bij het maken van hun keuze.'

VERWEVEN

Ouders en scholen zijn samen verantwoordelijk voor de mediaopvoeding van kinderen en jongeren. Frans Schouwenburg: 'Thuis zullen ouders het

informele gedrag van hun kind op internet in goede banen proberen te leiden. Het gaat dan bijvoorbeeld om gamen, surfen en sociale media. Op school zullen docenten aandacht besteden aan formelere taken, zoals betrouwbare informatie verzamelen op internet of online onderzoekjes doen. Dat informele en formele internetgedrag zijn op een natuurlijke manier met elkaar verweven. In het meest gunstige geval vullen ouders en school elkaar aan in de mediaopvoeding.'

Informatie voor scholen (met heel veel leuke lesideeën) is te vinden op www.kennisnet.nl



SAMEN HUISWERK MAKEN

Middelbare scholieren maken veel en vaak gebruik van sociale media bij het maken van hun huiswerk. Ze zoeken extra informatie op over de leerstof via Google of YouTube, maken oefentoetsen op internet of overhoren zichzelf online op speciale overhoor-websites. Met sociale media als Twitter, WhatsApp en Facebook is het heel gemakkelijk geworden om samen te werken aan een werkstuk, elkaar te adviseren, samenvattingen te delen of elkaar links te sturen naar YouTube-filmpjes van andere docenten met een betere uitleg.

21st EEUWSE VAARDIGHEDEN

Technologie heeft de manier waarop we samen werken en leven enorm veranderd. Dat zorgt er natuurlijk ook voor dat van de toekomstige generaties andere vaardigheden worden verlangd. Onze kinderen moeten andere dingen kunnen dan wij om in de 21e eeuw vooruit te kunnen.

In het onderwijs zijn '21e eeuwse vaardigheden' een hot issue. Naast taal, rekenen en de kernvakken, draait het dan om samen-

werken, creativiteit, ict-geletterdheid, communiceren, probleemoplossend vermogen, kritisch denken en sociale en culturele vaardigheden. Ook een betrokken, ondernemende en nieuwsgierige houding komen van pas in de 21e eeuw. Veel scholen zijn al druk bezig om deze vaardigheden een eigen plaats te geven in het onderwijs.

ZO MOEDER, ZO DOCHTER

Cherryl (9)
Scholier groep 7

Heeft een smartphone, tablet en Facebookaccount.

MARION BATENBURG (44)
Marketing- / salesmedewerker bij de gemeente en alleenstaande moeder

Brengt veel tijd door 'op stal' met hun twee pony's.

Cherryl: 'Ik gebruik mijn tablet vooral voor spelletjes. *Mijn dolfinnenshow* vind ik leuk, en *Pou*. Soms probeer ik iets op te zoeken voor school, een reken spel bijvoorbeeld, maar dat kan ik nooit vinden. Mijn moeder vraag ik liever niet om hulp, want dan gaat ze zich ermee bemoeien en houdt ze er niet meer over op. Ik zit ook veel op Facebook. Ik heb meer dan tweehonderd vrienden. Met hen speel ik spelletjes, schrijf berichtjes, of ga zitten chatten. Over Emeli Sandé bijvoorbeeld, omdat ik van haar muziek hou.'

Marion: 'Cherryl kan zichzelf ook prima vermaken met haar barbies, is vier keer per week bij haar pony en zit ook nog op turnen. Ik zou graag zien dat ze de tablet wat vaker voor school gebruikt, maar ach, dat komt nog wel als de Cito dichterbij komt. Cherryl weet nu al heel goed wat ze wel en niet op Facebook moet zetten, ik sta vaak versteld van

haar rake, wijze opmerkingen. Toch mag ze alleen op internet als ik erbij ben, in de huiskamer, en dan vraag ik haar regelmatig wat ze doet. We kijken samen wie ze kan toevoegen aan haar vriendenlijst en ze mag niet chatten met mensen die ze alleen van internet kent. Cherryl mag een half uur per dag Facebooken, meestal na het eten. Ik vind het knap dat ze altijd eerst haar huiswerk maakt, ik heb zelf minder discipline.'

Cherryl: 'Ja, mama is verslaafder dan ik. Ze zit echt de hele dag op Facebook. Of ze is met *Pou* aan het spelen.'

Marion: 'Maar dat is jouw schuld! Zij heeft *Pou* op mijn telefoon gezet en nu moet ik hem verzorgen, want zij doet dat niet. Maar goed, Facebook is voor mij inderdaad een vorm van ontspanning na een dag hard werken.'

BUZZWOORDEN-ABC

WAT IS WAT IN DE ONLINE WERELD?
ONTDEK WAT JE MOET WETEN VAN A TOT Z.

A

APP

Een app is een klein programmaatje voor je smartphone. Je koopt een app in de App Store (iOS), Google Store (Android) of de Windows Phone Apps & games store. Je kunt het zo gek niet verzinnen of er is een app voor, van tekenspelletjes tot de bustijden of een lekker restaurantje in de buurt.

D

DIGITAAL PESTEN

Met digitaal pesten of cyberpesten wordt pesten bedoeld via sociale media of internet. Bijvoorbeeld schelden in WhatsApp of uit spreiden. Het vervelende van zulk pestgedrag is dat het 24 uur per dag kan achtervolgen. Meer informatie is te vinden op www.digitaalpesten.nl

G

GAMEVERSLAVING

Ouders zijn soms bang dat hun kind te veel gamet. Toch hoeft een kind dat dol is op gamen echt niet meteen verslaafd te raken. Verslavingsdeskundigen beschouwen iemand als gameverslaafd als hij of zij door het gamen niet meer toekomt aan andere dingen, zoals vrienden, school en hobby's. Lees meer op www.media-wijsheid.nl

B

BROWSER

Een browser is een computerprogramma waarmee je internetpagina's kunt bekijken. Bekende browsers zijn Internet Explorer, Mozilla Firefox en Google Chrome. De meeste browsers hebben de mogelijkheid om de instellingen kindvriendelijk te maken. Verwacht daar overigens geen wonderen van, de filters zijn zeker niet waterdicht.

E

EVERNOTE

Handige app/site om allerlei gegevens te verzamelen. Zo kun je alles opslaan waarvan je bang bent dat je het vergeet, én je kunt het delen met anderen. Tip: Gebruik Evernote Food om een lijst te maken van jullie favoriete familierecepten.

C

CHATTAAAL

Tieners praten op sociale media nogal eens in hun eigen taaltje. Dat verandert voortdurend, er komen vaak nieuwe woorden of afkortingen bij en andere raken juist in onbruik. Wrm is waarom; ff is even; LOL is laugh out loud (hardop lachen).

F

FACEBOOK

Dit nog altijd populaire netwerk mag niet ontbreken. Je kunt er op je profiel je interesses en belevingen delen, maar ook volgen wat vrienden en familieleden doen. Let wel op jullie privacy! Tip: Maak een pagina aan met alle gezinsleden, waarop je foto's en berichtjes naar elkaar kunt sturen.

H

HACKEN

Een hacker probeert toegang te krijgen tot de gegevens van iemand anders, via het gebruik van computers en het netwerk. Het is strafbaar als dit gebeurt zonder toestemming van de eigenaar van die gegevens. Een bekende vorm van hacken is *phishing*, waarbij je bijvoorbeeld uit naam van een (bekend) bedrijf wordt gevraagd om een link aan te klikken en gegevens in te vullen. Meer informatie op www.veiliginternetten.nl

I

INSTAGRAM

Op de populaire gratis app Instagram plaats je geen tekstjes over wat je bezighoudt, maar foto's. Zo kan iedereen zien wat je aan het doen bent. Met effecten kun je gewone foto's pimpen om er op je best uit te zien en je online imago een boost te geven. Check met je kind wel de privacy-instellingen!

J

JUNKMAIL

Ander woord voor spam, ofwel ongewenste e-mail. Vaak gaat het om reclame, kettings of mails die gebruikers ertoe moeten verleiden iets aan te schaffen. Wees selectief met het geven van je e-mailadres, ook in apps en spelletjes. Dat voorkomt veel junkmail.

N

NETFLIX

Betaalde videodienst 'on demand', oftewel een soort online videotheek. Je bepaalt zelf welke film je wanneer wilt zien. Bij sommige tv-aanbieders zit een abonnement op Netflix inbegrepen in het maandtarief.

Q

QUICKTIME

Met Quicktime kun je filmpjes en audio afspelen van internet. Het is oorspronkelijk een product voor Apple-computers, maar kan ook in Windows worden gebruikt.

K

KANAAL (OP YOUTUBE)

Sommige Nederlandse jongeren met een eigen YouTube-kanaal zijn inmiddels wereldberoemd. Esmée Denters bereikte miljoenen met haar webcamfilmpjes, Nikki de Jager is met haar make-uptips op YouTube goed voor tienduizenden mensen. De Nederlandse 'Dus David' Harms heeft een kanaal over gamen met bijna 200.000 abonnees. In de meeste gevallen zijn de jonge internetsterren autodidact en gebruiken ze YouTube om hun talent verder te ontwikkelen.

M

META MAGISTER

Misschien wel de meest gebruikte app in gezinnen met schoolgaande kinderen in het voortgezet onderwijs. Heel veel Nederlandse scholen gebruiken deze app waarop leerlingen en hun ouders cijfers kunnen opzoeken, bijhouden en huiswerk opzoeken. Liegen over die onvoldoende is er dus helaas niet meer bij.

P

PINTEREST

Op Pinterest verzamel je afbeeldingen van alles waar je inspiratie van krijgt. Deze afbeeldingen sorteer je in verschillende mappen. Tip: Maak een map waarin het hele gezin zijn ideeën kan stoppen voor een vakantiebestemming of een nieuwe inrichting.

R

REAL LIFE

Met de uitdrukking *in real life* (afgekort IRL) wordt het leven bedoeld buiten internet of online games. Jongeren gebruiken de term om onderscheid te maken tussen hun online leven en alles wat zich buiten internet en sociale media afspeelt.

L

LINKEDIN

Sociale netwerksite die vooral wordt gebruikt in het bedrijfsleven. De minimumleeftijd om LinkedIn te gebruiken is 16 jaar. Door deze leeftijd te verlagen (eerder was het 18 jaar) wil de netwerksite ook scholieren en studenten de mogelijkheid geven om LinkedIn te gebruiken.

U
UPLOADEN
Het kopiëren van bestanden naar een andere computer of server. Je kunt bijvoorbeeld foto's en filmpjes uploaden en zo bewaren op een externe server. Tegenovergestelde van downloaden, waarbij je juist bestanden van een externe computer of server binnenhaalt.

W
WHATSAPP
Mag niet ontbreken, deze populaire vervanger van sms, waarmee je gratis berichtjes kunt versturen als je een (mobiele) internetverbinding hebt. Heel populair onder jongeren, die soms in talloze verschillende groepsapps meepraten. Tip: Open een gezinsapp, zodat je nooit meer iedereen apart hoeft te berichten.

Y
YOUTUBE
Populaire site en app waarmee je filmpjes van anderen kunt bekijken en zelfgemaakte filmpjes kunt uploaden. Officieel is YouTube voor gebruikers vanaf 13 jaar, maar dat is in de praktijk nauwelijks te controleren. Er is wel een vorm van zelfregulering, maar voor ouders is het goed om te weten dat de inhoud van YouTube niet per definitie geschikt is voor kinderen.

Z
ZOEKMACHINE
Met een zoekmachine kun je op internet speuren naar websites en informatie. Bekende zoekmachines zijn Google en Safari. Kinderen maken veel gebruik van zoekmachines, ook voor school, maar vinden het vaak lastig de resultaten juist te interpreteren. Ze kunnen bijvoorbeeld advertenties en 'gewone' resultaten moeilijk onderscheiden. Een leuke, informatieve zoekmachine voor kinderen is **Davindi.nl**.

S
SNAPCHAT
Met Snapchat kun je foto's en video's delen met anderen, waarbij de ontvanger het bericht maar even kan zien (maximaal 10 seconden). De verstuurder waait zich zo misschien onaantastbaar, maar let op: de ontvanger kan wel degelijk het gestuurde downloaden en bewaren.

T
TUMBLR
Met Tumblr maak je gemakkelijk een eigen weblog, maar vaak wordt het alleen gebruikt om foto's, video's en korte quotes te delen. Tip: Plaats om de beurt een bericht en maak zo een blog over het gezin, of een bijzondere gebeurtenis. Leuk om later terug te lezen!

V
VINE
Een mobiele app van de makers van Twitter, waarmee je een filmpje van 7 seconden kunt maken dat je vervolgens kunt delen via Twitter, Facebook of e-mail. Is (nog) niet zo populair onder jongeren als WhatsApp en Snapchat.

X
XBOX
Spelcomputer van Microsoft waarmee je (online) kunt gamen, maar ook dvd's kunt kijken. Directe concurrent van andere spelcomputers als de Nintendo Wii en de Sony Playstation.

BEELDSCHERMTIJD HOE VAAK & HOE LANG?

'EVEN' EEN SPELLETJE OF EEN FILMPJE OP DE TABLET WORDT SOMS AL SNEL EEN UURTJE - OF TWEE. IS DAT ERG? VEEL OUDERS VRAGEN ZICH AF WAT GEZOND IS VOOR HUN KIND.

Er zijn in Nederland geen officiële richtlijnen voor mediagebruik door kinderen en jongeren. Voor ouders is het een kwestie van uitproberen, je gezonde verstand gebruiken en goed op je kind letten. Mijn Kind Online geeft de volgende adviezen:

Onder 'beeldschermtijd' wordt alles verstaan wat via het beeldscherm gaat, dus computeren, appen, gamen, maar ook tv-kijken. Dat is misschien moeilijk bij te houden, omdat zoveel schermtijd versnipperd wordt 'geconsumeerd'. Maar het is goed je ervan bewust te zijn.

BEHEERSEN

Nog belangrijker dan de precieze beeldschermtijd, is dat er afspraken worden

gemaakt over de maximale tijd. Zo leer je je kind dat hij zelf de baas is over zijn mediagebruik en leg je de basis voor gezond gedrag. Gebruik desnoods een hulpmiddel (bijvoorbeeld een kookwekker) en word niet boos als het niet meteen lukt. Kinderen moeten het beheersen en plannen van hun mediagedrag leren. Leer je kind de afleiding te weerstaan. Dus eerst je huiswerk afmaken en dan pas de tablet pakken.

KINDEREN TOT 2 JAAR

5 minuten per dag samen tv-kijken en een paar keer per week samen surfen.

2 - 4 JAAR

5 à 10 minuten per keer, tot maximaal 30 minuten per dag.

4 - 6 JAAR

10 à 15 minuten per keer, tot maximaal 1 uur per dag.

6 - 8 JAAR

maximaal 1 uur per dag, verdeeld over periodes van maximaal 30 minuten.

8 - 10 JAAR

maximaal 1 à 1,5 uur beeldschermtijd per dag.

10 - 12 JAAR

maximaal 2 uur beeldschermtijd per dag

12 JAAR EN OUDER

maximaal 3 uur beeldschermtijd per dag.



WAT ZEGT DE EXPERT?

Hoe voorkom ik dat mijn kind alleen nog maar voor een beeldscherm zit?

'Kinderen vinden media heel leuk om mee te spelen en te chatten. Oudere kinderen hebben vaak zelf een smartphone en communiceren daarmee met vrienden. Dat doen ze graag en vaak, maar gelukkig vinden kinderen buitenspelen, lezen en voetballen óók leuk en belangrijk. Als ouder kun je ervoor zorgen dat de balans goed blijft, door het goede voorbeeld te geven en door afspraken met je kind te maken en je daar ook echt aan te houden. Maak van je kind geen 'smartphone-wees': een kind met een vader of moeder die niet naar zijn kind luistert, maar meer oog heeft voor de berichtjes in de app-groep of op Facebook. Spreek bijvoorbeeld af dat je de telefoon in de gang legt, op een plankje, en alleen in de gang de telefoon gebruikt.'

Kan mijn kind verslaafd raken aan al die media?

'Ja, dat kan. Maar het is bekend dat ouders een positieve invloed hebben op het mediagedrag van hun kind. Dat kan door je te verdiepen in het internetgedrag van je kind. Vraag bijvoorbeeld eens wat je tiener online meemaakt en wat hij daarvan vindt. Praat over hoe leuk het is om te internetten, chatten of te gamen, maar ook over hoe moeilijk het is om daar weer mee te stoppen. Wat ook goed werkt, is om je kind vooraf zelf te laten bepalen hoe lang hij op de computer of tablet mag en wanneer het apparaat weg moet. Vaak is een kind verstandiger dan je denkt. Het belang van praten over media wordt bevestigd door onderzoek. Als ouders open met hun kind over hun mediagedrag communiceren, leert het kind zelf de regie te nemen over zijn gedrag. Daarmee neemt de kans op internet- en gameverslaving af.'

CHECKLIST VOOR OUDERS



DENK NA over wat jij je kind wil mee-geven in het 'echte' leven en wees daar ook online consequent in. Wees niet bang om van jongs af aan grenzen te stellen en afspraken te maken, bijvoorbeeld over hoe vaak en hoe lang je kind op een beeldscherm mag. Dat is duidelijk voor je kind en voorkomt discussie.



TOON INTERESSE in wat je kind online meemaakt en deel het plezier! Speel samen eens een online game tegen elkaar of vraag je kind om hulp als je een account op Facebook wilt maken. Richt een familie-app op WhatsApp op en deel de laatste nieuwtjes met elkaar.



PRAAT met vrienden, familieleden en andere ouders over hoe zij de media-opvoeding aanpakken. Wat doen zij om hun kinderen online op weg te helpen? Hoe bespreken ze ongewenst gedrag met hun kind? Deel elkaars ervaringen en adviezen.



GEBRUIK de hulpmiddelen die er al zijn, zoals kindvriendelijke instellingen op je computer, smartphone en tablet. Stel een wachtwoord in voor de Appstore of Google Play Store en maak gebruik van filtermogelijkheden op bijvoorbeeld Google en andere zoekmachines. Let serieus op de aanbevelingen van instanties als Kijkwijzer en PEGI, die adviseren over de geschiktheid voor kinderen van tv-programma's, films en games.



PROBEER digitale media niet als kinder-oppas te gebruiken. Elke ouder komt weleens in de verleiding tijdens de familiespitsuren, maar beperk dit het liefst tot een minimum. Veel leuker is het om samen online een spelletje te doen of een filmpje te kijken.



MAAK de online belevenissen van je kind tot een dagelijks gespreksonderwerp. Vraag aan tafel eens of hij nog iets leuks heeft meegemaakt op internet of sociale media. Laat zien dat je begrijpt hoe belangrijk digitale media voor hem zijn en hoe leuk het is om daarmee bezig te zijn. Snij ook lastige onderwerpen aan, zoals grensoverschrijdend gedrag, digitaal pesten en internetseks.



PROMOOT creatief gebruik van media. Stimuleer je kind om zelf een website te maken, een app te bouwen of een filmpje te maken. Veel kinderen vinden het heel erg leuk om daarmee bezig te zijn en er zijn legio hulpprogramma's en instructies te vinden.



GEEF zelf het goede voorbeeld! Leg zelf ook je smartphone weg als jullie gaan eten en laat de apparaten eens voor wat ze zijn als jullie als gezin bij elkaar zitten.



WIJS DE ONLINE WERELD IN IS EEN UITGAVE VAN VODAFONE, IN SAMENWERKING MET VEILIG INTERNETTEN, MEDIAWIJZER.NET EN STICHTING MIJN KIND ONLINE.



OVER VODAFONE

Veel kinderen maken gebruik van mobiele telefoons, smartphones, tablets en laptops. Dat maakt communiceren laagdrempelig en geeft ouders een veilig gevoel, omdat kinderen bereikbaar zijn en hulp kunnen inroepen bij een noodgeval. Het gebruik van mobiele apparaten, zoals smartphones, kan echter ook risico's met zich meebrengen. Vodafone wil als aanbieder van mobiele diensten ouders en kinderen ondersteunen in veilig en verantwoord gebruik van mobiele digitale middelen. Dat gebeurt met het programma 'Kinderen Veilig Verbinden'. Ook werkt Vodafone samen met maatschappelijke organisaties en overheid om digitale veiligheid voor kinderen te vergroten. www.vodafone.nl/kinderen



OVER VEILIG INTERNETTEN

Veilig internetten wil het veilig en verantwoord gebruik van internet en van computer, mobiele telefoons en andere digitale middelen stimuleren. Veilig internetten is onderdeel van het programma Digivaardig & Digiveilig dat een samenwerkingsverband is tussen overheid, bedrijfsleven en maatschappelijke organisaties. Dit programma wordt ondersteund door het ministerie van Economische Zaken, de Europese Commissie en diverse bedrijven en wordt uitgevoerd door ECP, Platform voor de Informatiesamenleving. www.ecp.nl, www.veiliginternetten.nl



OVER MEDIAWIJZER.NET

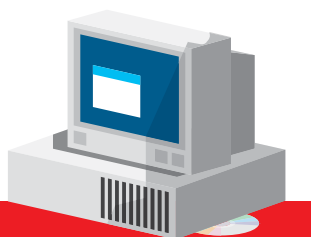
Mediawijzer.net is het mediawijsheid expertisecentrum dat in 2008 door het ministerie van OC&W is opgericht en heeft als doel om mediawijsheid van kinderen van 0-18, hun ouders en opvoeders in Nederland te bevorderen. Mediawijzer.net is ook een netwerk organisatie waarin zich meer dan bijna 900 organisaties, bedrijven en instellingen op het gebied van media hebben verenigd. Mediawijzer.net wordt aangestuurd door vijf toonaangevende organisaties op het gebied van media: NTR, Stichting Kennisnet, het Sectorinstituut Openbare Bibliotheken (SIOB), het Nederlands Instituut voor Beeld en Geluid en ECP, platform voor de informatiesamenleving. De 1.000 netwerkpartners van Mediawijzer.net bieden voorlichting, lesmateriaal, workshops, handboeken, projecten en doen onderzoek naar mediawijsheidsonderwerpen. Wegwijzer in mediawijsheid: www.mediawijsheid.nl Netwerkkommunity: www.mediawijzer.net



OVER MIJN KIND ONLINE

Mijn Kind Online, onderdeel van Stichting Kennisnet, is hét expertisecentrum jeugd en media. De belangrijkste missie van Mijn Kind Online is het helpen van ouders, scholen en professionele opvoeders bij de mediaopvoeding. Mijn Kind Online ondersteunt de mediaopvoeding met voorlichting, lesmateriaal, onderzoek en redactionele publicaties. Speerpunt is kwaliteit van digitale media voor kinderen. Hoe zorgen we dat het digitale aanbod voor kinderen (apps, sites, games) nog beter wordt? www.mijnkindonline.nl

Vragen of opmerkingen?
Mail de redactie van WIJS via samenleving.nl@vodafone.com



Dit magazine is ook te vinden op vodafone.nl/wijsmagazine **Coördinatie Vodafone** Floor Klein, Mandy Willemsen **Concept en realisatie** Martine Borgdorff en Remco Pijpers, Mijn Kind Online/stichting Kennisnet, Marienke Tau en Olivier Wegloop, Axioma Communicatie **Redactie** Mijn Kind Online, Margreet Algra, Fenna Blaas, Lotte Boot, Martine Borgdorff, Jeannette Jonker, Hester Otter, Esther Smid **Visueel ontwerp** Axioma Communicatie, www.axioma.nl **Artdirectie** Ivo van IJzendoorn **Illustratie** Richard Wouters **Fotografie** Jorrit 't Hoen (o.a. cover), Alwin Slomp, Valentina Vos@Witman Kleipool **Haar en make-up** Elise Haman@NCL **Met dank aan** No6 studio's **Lithografie** Straight Premedia **Druk** Senefelder Misset

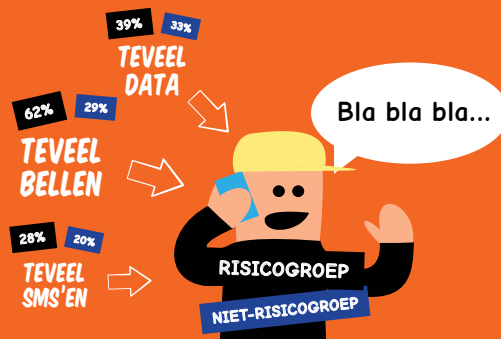
Disclaimer Uitgever en producenten streven bij de totstandkoming van Wijs uiterste zorgvuldigheid na. Zij aanvaarden echter geen aansprakelijkheid voor onjuistheden in dit magazine. © 2014 Vodafone Libertel B.V.



JONGEREN & TELEFOONKOSTEN

**GEEN GELDPROBLEMEN,
MET DANK AAN OUDERS**

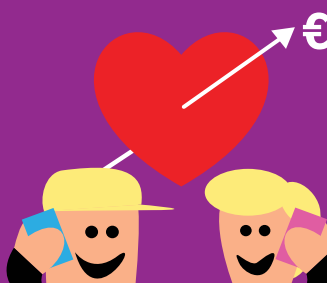
40% VAN JONGEREN OVERSCHRIJDT WEL EENS BUNDEL



**OVERSCHRIJDING 2% MAANDELIJKS
TELEFOONKOSTEN 10% BIJNA MAANDELIJKS**



**ALS JONGEREN VERLIEFD ZIJN
GAAN ZE VAKER OVER HUN LIMIET HEEN**



**7% VAN DE
JONGEREN KAN
DE REKENING
WELEENS
NIET BETALEN**

**OUDERS SPRINGEN VAAK BIJ
EN GEVEN
OOK EEN PREEK**



**JONGEREN ERVAREN HIERDOOR
GEEN GELDPROBLEMEN**



**SLECHTS EEN
MINI-STRESS-MOMENTJE**

**21% VAN DE
RISICOGROEP IS ZICH
BEWUST DAT ZE NIET
GOED MET KOSTEN
KAN OMGAAN**

**DE MOBIEL IS
EEN EERSTE
LEVENSBEOEFTE
VAN JONGEREN**

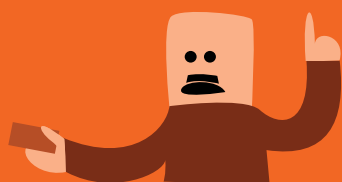


VERKLARING LAGE URGENTIE AANPASSEN GEDRAG?

**ONVERZADIGBARE
BEHOEFTE OM TE
COMMUNICEREN**

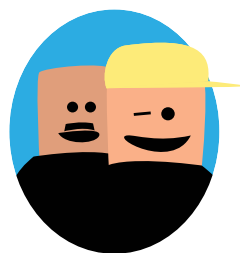


**OUDERS WERKEN ALS
PROBLEEMDEMPER**



**SAMEN MEER GRIP
BIEDEN OP KOSTEN**

**CONCRETE
HULPMIDDELEN
VOOR JONGEREN**



EINDE