



*Uw kind op school? Wij zijn er voor u!*

www.ouders.net

## *Tien tips voor verantwoord computergebruik*

Kinderen gaan steeds jonger online, en ze doen dat ook steeds intensiever. Er zijn kinderen die al vanaf hun tweede jaar internetten en de 'gemiddelde' driejarige peuter is al 35 minuten per week online.

In 2009 is door Mijn Kind Online onderzoek gedaan naar internetopvoeding. De belangrijkste conclusies zijn (bron: [www.mijnkindonline.nl](http://www.mijnkindonline.nl)):

- A. Ouders zijn bewust bezig met de internetopvoeding van hun kind en zeggen goed te weten wat hun kinderen op internet doen. Zowel voor het computeren in het algemeen, als voor hun internetkennis, geven ouders zichzelf een ruime 7 als rapportcijfer.
- B. Ouders met kinderen tussen 2 en 12 jaar zijn meer bezig met wat internet bij kan dragen aan de ontwikkeling van hun kind, dan met de risico's die het mee kan brengen. Een derde van de ouders zegt bang te zijn dat hun kind achterop raakt als die niet vroeg leert omgaan met internet.
- C. Van het onderwijs verwachten ouders meer steun dan ze nu krijgen. Meer dan de helft van de ouders vindt dat basisscholen meer moeten praten óver internet, in plaats van de computer alleen te gebruiken voor reken- en taal oefeningen. Slechts een kwart van de ouders merkt dat de school van hun kind aandacht besteedt aan verantwoord omgaan met internet.

Om ouders te helpen kinderen op internet te begeleiden heeft OUDERS & COO onderstaande tien tips verzameld.

### **1. Zorg dat u zelf goed op de hoogte bent van de nieuwste ontwikkelingen**

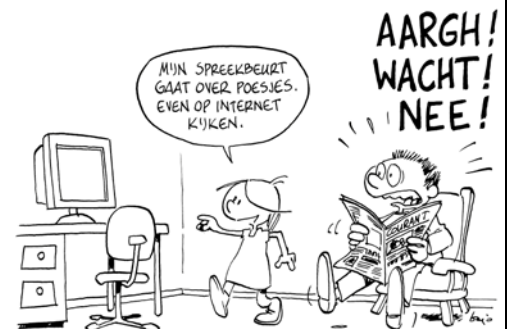
Kinderen weten al snel veel van media omdat ze ermee opgroeien. Probeer als ouder dan ook op de hoogte te blijven van nieuwe ontwikkelingen. Hoe meer u weet, hoe beter u kunt reageren. Ga daarom regelmatig samen met uw kind achter de computer zitten. Ouders en kinderen kunnen veel van elkaar leren. Door interesse te tonen zal uw kind u willen laten zien waar het mee bezig is. Of doe eens samen het favoriete computerspel van uw kind. U kunt er dan samen over praten, ook over de minder leuke kanten.

### **2. Zorg dat u zicht heeft op wat er op de computer gebeurt**

Het is verstandig de computer in de huiskamer of in een andere gemeenschappelijke ruimte te plaatsen. Bij voorkeur niet op de (kinder)slaapkamer. Zo houdt u letterlijk zicht op het computergedrag van uw kind.

Ook kunt u zicht houden door af en toe eens te kijken in de optie 'geschiedenis' op uw computer; wees hier wel open over. U kunt daar eenvoudig zien welke sites uw kind bezocht heeft. Reden om ook weer eens met uw kind te praten over wat goede en slechte sites zijn.

Zolang u vindt dat uw kind zelf nog niet voldoende in staat is te bepalen wat goede en slechte sites zijn kunt u er voor kiezen een filter op uw internet te plaatsen, zodat uw kind bepaalde sites niet meer kan bezoeken. Er zijn verschillende mogelijkheden op het gebied van filtersoftware. Een daarvan is de software van FilterNet, zie [www.filternet.nl](http://www.filternet.nl).



### 3. Maak gezamenlijke afspraken

Kinderen zijn dol op computeren. Er zijn kinderen die het liefst al hun vrij tijd eraan besteden. Dat is om verschillende redenen niet gezond. Maak daarom met uw kind goede afspraken over wat wel en niet mag op de computer. Denk daarbij bijvoorbeeld aan tijdsafspraken, bezoeken van websites, games, het verstrekken van persoonlijke en financiële gegevens, chatten en webwinkelen. Er zijn op het internet al veel 'kant-en-klare' afspraken voor veilig internetten te vinden. Kijk hiervoor eens op de website van de Kinderconsument, [www.kinderconsument.nl](http://www.kinderconsument.nl) of bij Ouders Online, [www.ouders.nl](http://www.ouders.nl). Dergelijke bestaande documenten kunt u altijd aanpassen aan uw eigen inzichten. Belangrijk is wel dat u door onderling overleg met uw kind de regels opstelt. Door er over mee te mogen praten zal uw kind uw grenzen en de noodzaak van de regels gemakkelijker accepteren. En hang ze vooral goed zichtbaar op, bijvoorbeeld op een prikbord bij de computer!

### 4. Wijs uw kind erop dat mensen die je online ontmoet vreemden zijn

In de afspraken die u met uw kind maakt moet in ieder geval iets staan over het verstrekken van gegevens aan derden. Leer uw kind nooit zonder uw toestemming persoonlijke en/of financiële gegevens van hemzelf of andere gezinsleden aan derden te verstrekken. Ook over het sturen van foto's en het gebruik van een webcam is het verstandig met uw kind duidelijke afspraken te maken.

### 5. Gamen, geweld en verslaving

Voorop jongens hebben games een ongelofelijke aantrekkingskracht. Gamers gebruiken tegelijk hun verstand, fantasie en reactiesnelheid om problemen op te lossen en dat maakt het zo aantrekkelijk. Maar tegelijkertijd ligt ook de kans op verslaving op de loer. Helaas voelen kinderen zich ook vaak aangetrokken tot geweldadige games. Hoe realistischer soms, hoe aantrekkelijker. Volgens wetenschappers staat het nu wel vast dat geweldbeelden kinderen kunnen schaden. Hoe groot het effect van het geweld is, hangt vooral af van de kinderen, en van hoe het mediageweld wordt getoond. Op de website van Kijkwijzer, [www.kijkwijzer.nl](http://www.kijkwijzer.nl), vindt u hierover meer informatie.

Alleen verbieden helpt vaak niet, dan doen ze het wel bij een vriendje. Wat wel werkt is praten met uw kind en uitleggen wat uw grenzen hierin zijn. Toon uw interesse voor de games die ze spelen. Ook hiervoor geldt dat het verstandig is om duidelijke afspraken te maken over hoe lang, wanneer en welke games uw kind mag spelen. Handige hulp hierbij is de website van Het Pan-European Game Information (PEGI), [www.pegi.info](http://www.pegi.info). Deze heeft een leeftijdsclassificatiesysteem opgezet om Europese ouders te helpen weloverwogen beslissingen te nemen over de aankoop van computerspellen. Ook op de website [www.weetwatzegamen.nl](http://www.weetwatzegamen.nl) kunt u hierover meer informatie vinden.



### 6. Praat met uw kind over (mogelijk) digitaal pesten

Eén op de vier kinderen wordt digitaal gepest. De meerderheid durft er niet over te praten met de ouders. Juist door de computer in het zicht te houden kunt u ook in de gaten houden of uw kind zich goed voelt tijdens het chatten en mailen en waar het mee bezig is. Als uw kind via MSN gepest wordt kunt u de afzender verwijderen uit de MSN-vriendenlijst. U gaat op de naam van de pester staan, klikt op de rechter muisknop en kiest verwijderen. Als het digitale pesten niet ophoudt doet u er verstandig aan ook contact met de school op te nemen. Leerkrachten kunnen extra aandacht besteden aan digitaal pesten en met de hele klas gedragsregels maken.

Ook kunt u het vermoeden hebben dat uw kind een pester is. Ook dan is het zaak dat u met uw kind bespreekt wat het voor een ander kan betekenen om gepest te worden. Lang niet alle kinderen beseffen dat digitaal pesten net zo hard, zo niet harder, aankomt als 'gewoon' pesten.

Op de website van pestweb, [www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl), kunt u nog meer tips lezen over het tegengaan van digitaal pesten. Of ga eens samen met uw kind naar de website [www.stopdigitaalpesten.nl](http://www.stopdigitaalpesten.nl).

### 7. Leer uw kind een kritische houding

Naast allerlei praktische zaken is het ook van belang dat u uw kind leert wat de invloed van de media, en in het bijzonder van de computer is. De media beïnvloeden ook het denken van kinderen.

Kinderen moeten leren dat niet alles wat op internet te vinden is 'waar' of 'normaal' is. Leer uw kind hoe het informatie moet interpreteren en op waarde kan beoordelen. Daardoor kunnen ze zelfstandig en kritisch gebruik maken van de media en zo hun eigen mening gaan vormen. Ook is het van belang uw kind te wijzen op het gevaar van zogenaamde 'gratis' downloads. Vaak staat hier tegenover dat men persoonlijke gegevens moet verstrekken. Tevens bestaat er gevaar dat er met de download een virus mee komt. Bovendien is het een sommige gevallen illegaal. Ook hier geldt weer: uw kind mag alleen iets downloaden als het eerst uw toestemming heeft gevraagd.

### **8. Zorg voor een goed ingerichte werkplek en voldoende beweging**

Het is goed te kijken naar de werkplek waar de computer staat. Want te lang werken in een verkeerde houding is slecht voor de gezondheid. Bekijk en bespreek ook de lichaamshouding van uw kind tijdens computeren. Op de website van bijvoorbeeld [www.muiswijs.nl](http://www.muiswijs.nl) kunt u een checklist vinden om te kijken of de computerplek goed is ingericht.

Laat uw kind bij voorkeur niet langer dan een uur achter elkaar achter de computer zitten. Daarnaast is het belangrijk voor kinderen het computeren af te wisselen met andere activiteiten, en dan vooral bewegingsactiviteiten. Daarbij kunt u zelf het goede voorbeeld geven. Stel bijvoorbeeld thuis een dag zonder media in.

### **9. Informeer naar het schoolbeleid over verantwoord computergebruik**

Ook op school werken de kinderen veel met computers. In de schoolgids kunt u lezen wat het beleid hierover is en welke afspraken er gelden tijdens computergebruik. Als de afspraken u niet duidelijk of onvoldoende zijn kunt u altijd de leerkracht van uw kind er naar vragen. Ook kunt u de medezeggenschapsraad van de school vragen het beleid over verantwoord computergebruik op de agenda te zetten.

### **10. Meer informatie over verantwoord mediagebruik**

Wilt u meer lezen? Bestel de brochure 'Help! Hoe leer ik mijn kind goed omgaan met de media?' van OUDERS & COO met meer info en tips (gratis beschikbaar voor ledenscholen met een schoolabonnement op OUDERS & COO Magazine!). Prijs €3,00 p.s., leden van OUDERS & COO krijgen korting en betalen slechts €2,00 p.s. Bestellen via [www.ouders.net](http://www.ouders.net) > Bestellen > Media of bel 0343 513434.

Brochure Kinderen en internet (uitgave 2010), auteurs Mijn Kind Online, in samenwerking met Digivaardig & Digibewust. De brochure is er in twee versies. Een voor ouders met kinderen van 2 t/m 8 jaar en één voor ouders met kinderen van 9 t/m 12 jaar. U kunt de brochures digitaal doorbladeren op [www.mijnkindonline.nl](http://www.mijnkindonline.nl).

Ook kan het interessant zijn voor alle ouders van de school een ouderavond van OUDERS & COO over kind en media te organiseren. Voor meer informatie kunt u terecht op de website van OUDERS & COO, [www.ouders.net](http://www.ouders.net) > Oudersacademie > ouderavonden > beeldschermkinderen en [www.ouders.net](http://www.ouders.net) > Oudersacademie > ouderavonden > internet ok

### **Nog meer lezen?**

De Wifi-generatie, L. Hop en B. Delver, 2009

Uw kind op internet, E. Bergervoet, J. Pardoën, 2008.

Verliefd op internet, J. Pardoën en R. Pijpers, 2006.

Beeldschermkinderen, P. Valkenburg, 2007.

Vierkante ogen, P. Valkenburg, 1997.

Kinderen en internet, M. Valcke, 2007.

Mag ik achter de computer, M. Valcke, 2007.

Computeren, leuk en leerzaam. Een praktische gids voor ouders: begeleid uw kind achter de pc, J. de Rooij, 2005.

Kind en media: weet wat ze zien, P. Nikken, 2002.

Jongeren en hun digitale wereld, G. Wijngaard, J. Fransen en P. Swager, 2006.

Mijn kind online. J. Pardoën, R. Pijpers, 2005.

Uw kind op de digitale snelweg, H. van Dam, 2001.

Uw kind en de tv, H. van Dam, 2000.

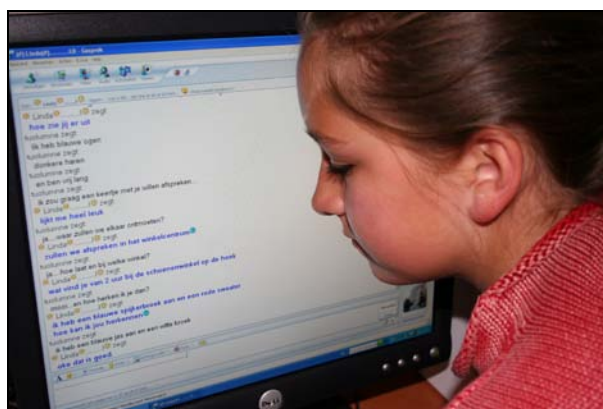
## Interessante websites met meer informatie over verantwoord mediagebruik

[www.ouders.net](http://www.ouders.net)  
[www.mijnkindonline.nl](http://www.mijnkindonline.nl)  
[www.weetwatzegamen.nl](http://www.weetwatzegamen.nl)  
[www.ictopschool.net](http://www.ictopschool.net)  
[www.muiswijs.nl](http://www.muiswijs.nl)  
[www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl)  
[www.pestenonline.nl](http://www.pestenonline.nl)  
[www.diplomaveiliginternet.nl](http://www.diplomaveiliginternet.nl)  
[www.kijkwijzer.nl](http://www.kijkwijzer.nl)  
[www.pegi.info](http://www.pegi.info)  
[www.dekinderconsument.nl](http://www.dekinderconsument.nl)  
[www.surfsafe.nl](http://www.surfsafe.nl)  
[www.wifigeneratie.nl](http://www.wifigeneratie.nl)  
[www.mijnkindonline.web-log.nl](http://www.mijnkindonline.web-log.nl)  
[www.ouders.nl](http://www.ouders.nl)



Heeft u nog vragen naar aanleiding van deze tips over verantwoord computergebruik of behoefte aan een persoonlijk advies, neemt u dan contact op met de gratis informatie- adviesdienst voor ouders over onderwijs: 0800 5010 (kies 1, dan 3 voor OUDERS & COO). Voor het boeken van een ouderavond van OUDERS & COO over mediagebruik en/ of internet, kijk op [www.ouders.net](http://www.ouders.net) of bel met 0343 513434.

OUDERS & COO, april 2010



OUDERS & COO is de landelijke organisatie van en voor ouders, ouderraden en medezeggenschapsraden in het christelijk en oecumenisch onderwijs. Kijk voor meer informatie op [www.ouders.net](http://www.ouders.net).

# voor ouders over onderwijs

08005010 IS BEREIKBAAR OP SCHOOLDAGEN

KIES 1, DAN 3 VOOR CHRISTELIJK ONDERWIJS

TUSSEN TIEN EN DRIE UUR OF GA NAAR [WWW.ouders-5010.nl](http://WWW.ouders-5010.nl)

*gratis  
bellen*

0800  
5010

