

Marije Lagendijk

DIGITALE OPVOEDING

**Alles over schermtijd, sociale media
en mediawijsheid voor ouders met
kinderen van 0-12 jaar**

FONTAINE UITGEVERS



INHOUD

Geef je kind 'digitale zwemles'	7
Jij bent de belangrijkste influencer voor jouw kind!	21
De kwestie schermtijd	51
Wat doen kinderen online en waarom is dat zo leuk?	83
Geschikte media voor je kind	153
'Niet op je scherm!' Maar wat dan wel?	183
Hoe houd je het leuk?	203
Omarm 'goed genoeg'!	231
Dankwoord	237





GEEF JE KIND 'DIGITALE ZWEMLES'

Welkom, leuk dat je dit boek leest! Waarschijnlijk lees je dit boek omdat je op het punt staat om je kind een eigen telefoon te geven of omdat hij (je kunt uiteraard overal waar 'hij' staat ook 'zij' of 'die' lezen) er recent een gekregen heeft. Of omdat je kind nog geen telefoon heeft maar wel gamet, tv-kijkt of dol is op YouTube-filmpjes.

Je voelt de behoefte om je kind hierbij te begeleiden. Heel fijn, want digitale opvoeding is hartstikke belangrijk! Ik vergelijk dat deel van de opvoeding altijd met zwemles. Niemand gooit zijn kind zomaar – zonder zwemdiploma of zwembandjes – in het diepe met de verwachting dat hij vanzelf wel leert zwemmen. Leren zwemmen doe je stap voor stap en vraagt nogal wat inspanning en oefening (daarom zat jij maandenlang een uur op de tribune in een bloedheet zwembad).

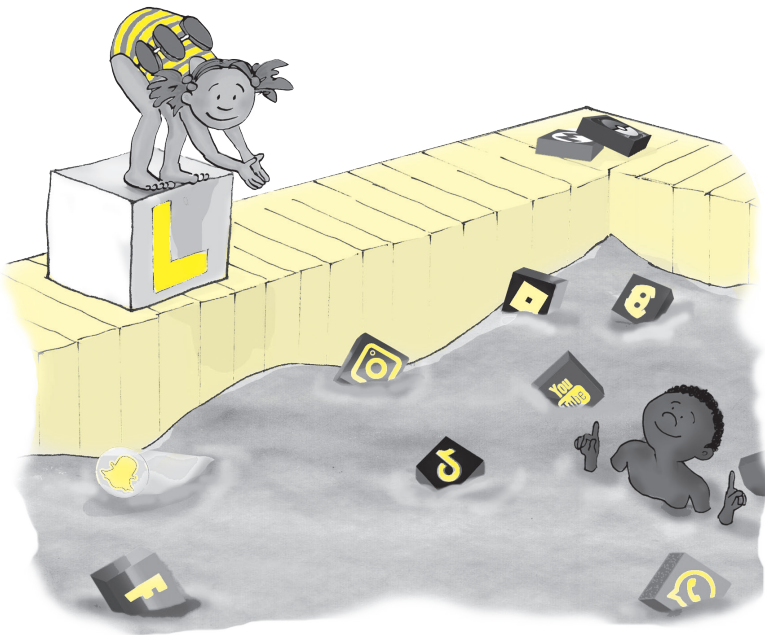
Als je je kind een scherm in handen geeft dan springt hij waarschijnlijk zonder aarzeling in het diepe. Maar leren zwemmen in die online zee aan mogelijkheden is misschien nog wel lastiger dan een A-diploma halen. Kinderen hebben daarom digitale zwemles, zoals ik het noem, hard nodig.





Misschien heb je online al informatie opgezocht over schermtijd, TikTok, Snapchat en omgaan met 'gedoe' in chatgroepen. Maar na het lezen van verschillende, nogal vage tips en het scrollen door tientallen pagina's met achtergrondinformatie was je waarschijnlijk nog niet veel wijzer en zakte de moed je enigszins in de schoenen. Je hebt nog steeds geen idee waar je moet beginnen en wat je als opvoeder concreet kunt doen om de digitale opvoeding van je kind in goede banen te leiden. En misschien dacht je stiekem ook wel: nou, laat dan maar zitten, of: we zien het wel... Maar het gevoel dat je eigenlijk in actie moet komen bleef aan je knagen...

In dit boek help ik je op weg met nuttige informatie, praktische inzichten en concrete tips. Wat doen kinderen allemaal online en is dat wel gezond? En welke rol heb je als ouder in dit hele proces? Maar dit boek is geen quick fix, geen handboek dat je van a tot z kunt volgen om zo





alle uitdagingen rondom de digitale opvoeding van je kind te voorkomen. Zie het als een soort kijkwijzer, zoals voor tv en film. Dit boek helpt je om naar je kind, jezelf en jullie gedrag te kijken. Na het lezen van dit boek beschik je over meer kennis en inzicht in de keuzes die je kunt maken. Ook heb je meer zelfvertrouwen om het online avontuur samen met je kind aan te gaan. Want – dat kan ik je alvast vertellen – je kind heeft je nodig!

BEGIN OP TIJD

De focus van dit boek ligt op de digitale opvoeding van kinderen in groep 5 tot en met 8, van pak 'm beet acht à negen tot elf à twaalf jaar. Op tijd beginnen zorgt ervoor dat ze hun hoofd boven water kunnen houden in de onstuimige online wateren. Zo heb je vanaf het moment waarop ze online gaan op een (vaak: jouw) telefoon, laptop of tablet tot aan de brugklas genoeg tijd om jouw kind digitale zwemles te geven.

Digitale opvoeding begint natuurlijk al véél eerder. Eigenlijk vanaf het moment dat kinderen voor de allereerste keer een schermpje in handen krijgen, soms al wanneer ze pas een paar maanden oud zijn (daarom vind je in dit boek voor de jongere broertjes en zusjes ook een aantal belangrijke tips over digitale media voor ukkies). Maar de praktijk laat zien dat veel ouders zich pas zorgen gaan maken over het digitale gedrag van hun kinderen als die zelfstandiger worden en ze niet meer precies weten wat hun kind doet en met wie. Dus voordat je je kind laat zwemmen, wil je dat hij zijn hoofd boven water kan houden.





WEET JE NOG?

Wanneer maakte jij kennis met het internet? Zelf weet ik het nog goed! Ik was een jaar of twaalf en mocht hooguit tien minuten per dag online. Het was eind jaren negentig, de internetverbinding liep via de telefoonlijn. Hartstikke duur! En als ik online was, was de rest van het gezin onbereikbaar. Onbereikbaar zijn is inmiddels bijna ondenkbaar. Mijn eerste mobiele telefoon kreeg ik rond mijn veertienste en dat was een apparaat van koelkastformaat waarmee je alleen kon sms'en en bellen. O, en Snake spelen natuurlijk...

WAT IS HET BELANG VAN DIGITALE OPVOEDING?

Waarschijnlijk is jouw kind al heel handig in het bedienen van al die apparaten. Tikken, klikken, swipen, kinderen van nu kunnen dat al op zeer jonge leeftijd. Een kind van een jaar of negen vindt feilloos de weg op een tablet of telefoon. Als je kind jou iets laat zien op een scherm, vliegen de digitale 'trucjes' je om de oren: accounts aanmaken, filmpjes kiezen, tiktoks en stickers maken, skins kopen. ('Skins? Wat zijn in hemelsnaam skins?' Geen zorgen, dat leg ik je later in dit boek uit!) Ga zo maar door. Dat is mooi, want het laat zien dat je kind technisch al behoorlijk vaardig is! En die technische vaardigheid komt in de toekomst goed van pas. Maar beheersing van de techniek alleen is niet genoeg. Om zich staande te kunnen houden in de snelle online maatschappij is het voor je kind belangrijk dat hij inzicht heeft in hoe je de digitale technologie kunt gebruiken om informatie op te zoeken of op te slaan, hoe je alles wat je online tegenkomt op waarde moet schatten, hoe je omgaat met digitale omgevingen zoals online bankieren, hoe je digitaal samenwerkt en communiceert, hoe je veilig blijft en hoe je zelf digitale content kunt maken,





WAT DOEN KINDEREN ONLINE EN WAAROM IS DAT ZO LEUK?

'Mijn kind kijkt het liefst uren naar filmpjes waarin mensen speelgoed uitpakken of waarin dingen platgestampt worden met een hydraulische pers. Ik snap gewoon echt niet wat daar de lol van is. Het voelt zo nutteloos. Net als die constante stroom aan smileys in de klassenapp... Het lijkt wel een soort geheimtaal waar ik geen touw aan vast kan knopen.'

Sociale media zijn niet meer weg te denken uit ons dagelijks leven. WhatsApp, Facebook, Instagram, Snapchat of YouTube: 14,3 miljoen Nederlanders van vijftien jaar en ouder maken er gebruik van. In 2016 waren dat nog 12,3 miljoen Nederlanders. De cijfers uit het jaarlijkse Nationale Social Media Onderzoek van onderzoeksbureau Newcom Research & Consultancy laten zien dat het gebruik van sociale media al tien jaar op rij toeneemt. Die onderzoeken richten zich niet specifiek op kinderen, want voor Snapchat, TikTok, Instagram, WhatsApp en YouTube geldt een wettelijke leeftijdsgrens van dertien jaar of ou-





der. Die leeftijdsgrens is ingesteld om je kind te beschermen en ervoor te zorgen dat bedrijven zich houden aan de privacywetgeving oftewel de AVG, de Algemene verordening gegevensbescherming. In die wet staat onder meer dat bedrijven zonder toestemming geen gegevens van kinderen jonger dan zestien jaar mogen verzamelen. Veel platforms hebben de regel ingesteld dat kinderen onder de dertien de app niet mogen gebruiken en kinderen tussen de dertien en zestien dat alleen kunnen doen als ouders er uitdrukkelijk toestemming voor geven. Sommige platforms, zoals Facebook en Instagram, proberen de leeftijd van hun gebruikers ook daadwerkelijk goed te controleren door te vragen om een kopie van een legitimatiebewijs of een eenmalige creditcardbetaling van vijftig cent. Bij andere apps hoeft je alleen maar een vinkje te zetten om te 'bevestigen' dat je oud genoeg bent.

LEEFTIJDSGRENZEN

Kinderen in de basisschoolleeftijd lijken al heel goed te weten wat ze online doen, maar hun brein is nog onvoldoende ontwikkeld om de complexe online wereld te overzien. Hun goedgelovigheid, naïviteit en onbevangenheid kunnen ervoor zorgen dat ze sneller slachtoffer worden van identiteitsdiefstal, cyberpesten, ongepaste inhoud of contact met volwassenen die kwaadwillend zijn. Goede redenen om je aan die leeftijdsgrenzen te houden dus! In de praktijk zie ik dat de wettelijke leeftijdsgrenzen voor sociale media massaal genegeerd en overtreden worden. Het gebruik ervan door jonge kinderen neemt al jaren toe en de leeftijd waarop ze voor de eerste keer sociale media gebruiken daalt in een rap tempo. Terwijl kinderen voorheen in groep 8 voor het eerst in aanraking kwamen met sociale media, is het nu niet uitzonderlijk als kinderen in groep 5 al WhatsApp, TikTok of Snapchat gebruiken. Dat is een zorgelijke ontwikkeling en de verhalen van ouders





én kinderen bevestigen mijn zorgen daarover keer op keer. Een vader vertelde over zijn negenjarige dochter:

Mijn dochter speelde Roblox en was daar aan het chatten met een meisje van tien. Ze had dat meisje ook toegevoegd aan Snapchat en ze waren gezellig aan het kletsen. Dat meisje vroeg mijn dochter uiteindelijk of ze een foto wilde sturen van haar blote buik. In haar naïviteit stuurde mijn dochter die foto. Ze kreeg direct een melding dat het meisje daar een screenshot van gemaakt had en daarna vroeg het meisje steeds om meer en blotere foto's. Toen kreeg ze argwaan en liet ze het mij zien. Het 'meisje van tien' bleek in werkelijkheid een volwassene te zijn op zoek naar naaktfoto's.

De leeftijdsgrens voor sociale media is er niet om je kind dwars te zitten, maar juist bedoeld om je kind te beschermen tegen allerlei narigheid. Je vraagt je misschien af: hoe kan het dan toch dat er zoveel kinderen gebruikmaken van sociale media, terwijl ze daar eigenlijk niet thuishoren? Dat heeft met de volgende factoren te maken:

- # **Groepsdruk:** Als veel kinderen in de klas Snapchat gebruiken en je kind constant vraagt of hij ook op Snapchat mag dan voel je je als ouder sneller geneigd om ook in te stemmen. Vaak vanuit de gedachte 'Ik wil niet dat mijn kind buiten de groep valt' of 'Ik wil mijn kind niet tekortdoen'.
- # **Gemak:** Het is handig als je kind een telefoon heeft, dan kan hij jou altijd bereiken en jij hem. Ook is het gemakkelijk dat je kind zelfstandig contact kan hebben met bijvoorbeeld opa, oma, vrienden of de andere ouder, bijvoorbeeld in geval van scheiding. Daarnaast hebben kinderen altijd iets te doen wanneer zij een eigen telefoon hebben en zullen ze zich minder snel vervelen.





Digitale skills: Sommige ouders vinden dat hun kind zo vroeg mogelijk moet leren omgaan met alle digitale mogelijkheden omdat hij dan beter voorbereid is op de toekomst. Soms zijn ouders ook bezorgd dat hun kind een achterstand oploopt in het opdoen van digitale vaardigheden.

Onwetendheid: Sommige ouders vinden al die nieuwe digitale snufjes behoorlijk ingewikkeld. Misschien zijn ze onvoldoende op de hoogte van de mogelijke nadelen voor hun kinderen, of ze zijn zich er wel van bewust maar vinden het lastig om hun kinderen hierin te begeleiden, om wat voor reden dan ook. Dit kan ertoe leiden dat ze hun kinderen wat meer vrijheid geven dan misschien wenselijk is.

Zo storten we – allemaal met onze eigen redenen en tegen alle adviezen in – jonge kinderen in een wereld waarin ze zich eigenlijk nog niet staande kunnen houden, waarin hun veiligheid en privacy onvoldoende beschermd zijn en waarin anderen zich niet altijd kunnen gedragen. Eigenlijk zou ik hier dus als een soort Rijdende Rechter een punt achter dit hoofdstuk moeten zetten en af moeten sluiten met: ‘Hanteer de leeftijdsgrens, dat is mijn advies en daar moet u het mee doen.’ Maar dan zou ik voorbijgaan aan wat er op dit moment in de praktijk gaande is en daar heb je als ouder niets aan. Daarom volgt hier een overzicht van de zeven apps en platforms die kinderen in de basisschoolleeftijd het meest gebruiken, ook als ze nog lang geen dertien zijn. Deze lijst is vooral bedoeld om inzichtelijk te maken wat er op die platforms te vinden is, waarom de aantrekkingskracht zo groot is en met welke risico’s je als ouder rekening zou moeten houden.





TIP VOORDAT JE VERDER LEEST

Per platform krijg je in dit hoofdstuk heel veel informatie, maar je hoeft al die informatie niet van a tot z achter elkaar te lezen. Mijn advies is om te beginnen bij het platform dat jouw kind het meest gebruikt of dolgraag wil gaan gebruiken. Lees eerst mijn uitleg en lees die daarna misschien nog een keer, maar dan met de app geopend erbij of zoek – als je de app zelf niet wilt installeren – filmpjes op over hoe de app werkt, zodat je een nog beter beeld krijgt. Daarnaast is het goed om te weten dat ik per app nog wel tientallen andere voorbeelden of details had kunnen noemen, maar dat ik dat – omwille van de leesbaarheid – niet gedaan heb. Er is niets zo veranderlijk als het weer, zeggen ze. Maar wat mij betreft is het tijd om dat spreekwoord te updaten: er is niets zo veranderlijk als sociale media. Dus wat ik nu typ kan (deels) alweer oud nieuws zijn tegen de tijd dat je het leest. Het is dus altijd goed om actief betrokken te blijven bij wat je kinderen online doen.

Ken of gebruik je zelf deze apps al? Richt je dan vooral op de informatie die ik geef over wat je als ouder moet weten en kunt doen. Want wat jij ziet en doet op TikTok of WhatsApp kan voor jouw kind een totaal andere ervaring zijn.

Aan het eind van dit hoofdstuk (zie blz. 150) vind je een overzicht van de besproken apps, met de kenmerken en de dingen waar je op moet letten.

WAT SPOOKT MIJN KIND ONLINE UIT?

Voor veel ouders is het lastig om exact te weten wat hun kind allemaal doet online. Dat komt omdat de mogelijkheden eindeloos groot zijn. Weet jij hoe Roblox precies werkt? Of wat de populairste filter is in





Snapchat? Waarschijnlijk niet. Ouders vragen mij vaak: 'Moet ik nou zelf ook actief worden op sociale media?' Je hoeft zelf echt geen succesvol influencer te worden. Maar een bepaalde mate van 'basiskennis' over de platforms waar je kind veel gebruik van maakt, helpt je wel bij het maken van keuzes en afspraken. Een voorbeeld van een moeder met een dochter van elf:

Ik heb zelf geen Instagram en ik wist daardoor niet dat mijn dochter via die app ook privéberichten van vreemden kon ontvangen. Totdat ze laatst huilend naar me toe kwam omdat onbekende mannen haar steeds foto's van hun piemel stuurden. Toen was ik zo boos op mezelf dat ik me niet vooraf in die app verdiept had. Want dan had ik haar daar misschien tegen kunnen beschermen.

Het is handig als je weet wat je kind met een app kan doen. Bijvoorbeeld waar de app voor bedoeld is, waarom veel kinderen die app zo leuk vinden, met wie je kind daar in contact kan komen, welke risico's er aan die app zitten en op welke instellingen jij als ouder invloed kunt hebben. Bijvoorbeeld privacyinstellingen waarmee je de veiligheid van je kind beter kunt beschermen. Met deze kennis kun je gericht afspraken maken en je kind tips geven over wat hij wel of beter niet kan doen.

