

Het belang van actieve begeleiding

Vanaf de prepuberteit (9 jaar) kunnen zich specifieke problemen gaan voordoen, zoals:

- Een obsessieve behoefte om contact te houden met vrienden.
- Het gebruik van mobiele apparaten (met oncontroleerbaar internetten als gevolg).
- Een hang naar mediaproducten die voor oudere kinderen of volwassenen bedoeld zijn.
- Excessief of obsessief mediagebruik (door ouders vaak benoemd als 'verslaving').

Bij problemen gaan ouders vaak over tot een meer *restrictieve begeleiding* (regels en beperkingen opleggen), waarbij de actieve begeleiding (steunen en inspireren) in de verdrukking kan komen. Toch is juist die actieve begeleiding belangrijk. Denk daarbij aan:

- **In de gaten te houden** hoe het met hun kind gaat. Dus: alert zijn op gedragsveranderingen, slaapttekort, en mogelijk obsessief gedrag met gamen of sociale media.
- **Praten over goede en slechte mediaervaringen**, en wat die met het kind doen. Zo leert het kind verantwoordelijkheid nemen voor zijn eigen gedrag (bewustwording).
- **Het kind leren nadenken over zijn mediagebruik**, zodat het zelf de juiste beslissingen kan nemen (reflectie).
- **Ambities stimuleren** op het gebied van mediavaardigheden en zelf media maken, zodat het kind zich creatief kan uiten (mediawijsheid).

Kinderen met ADHD of ASS

Kinderen met ADHD of autisme-spectrum-stoornissen (ASS) zijn doorgaans meer verslavingsgevoelig; ze kunnen hun eigen gedrag minder goed reguleren. Het geven van regels en grenzen is dus belangrijk, ook als het gaat om mediagebruik. Ouders vinden het vaak moeilijk om deze kinderen van de media-apparaten af te houden, omdat zij vaak tot rust komen als ze computeren, maar ze daarna juist heftige reacties vertonen. Dan is het verleidelijk om het kind maar zijn gang te laten gaan, omdat er dan minder conflicten zijn. Toch zien ouders wel dat dat geen oplossing is, vanwege de verslavingsverschijnselen die al snel optreden. Gespecialiseerde opvoedingsondersteuning kan dan nodig zijn.

Het nut van regels en grenzen

Wanneer kinderen van jongs af aan gewend zijn dat er regels en grenzen worden gesteld aan hun mediagebruik, is de kans kleiner dat ze later in de puberteit problematisch gedrag ontwikkelen. Met regels en grenzen gaan ze niet minder gamen of internetten, maar wel bewuster.

Ontwikkelingskenmerken bij kinderen van 6-9 jaar:

- Kinderlijke fantasiewereld (monsters en enge boeven zijn reële bedreigingen).
- Nog sterk gericht op verhalen over familie en gezin.
- 'Toneel' en 'rollen' worden vaak nog niet als zodanig herkend.
- Moeite om te zien wat reclame is (qua medium: internet en games zijn lastiger dan tv).

Ontwikkelingskenmerken bij kinderen van 10-12 jaar

- Toenemende interesse in de buitenwereld (het Jeugdjournaal wordt interessant).
- Toenemende oriëntatie op leeftijdgenoten, waardoor ze actiever worden op sociale media.
- Toenemende behoefte aan privacy, waardoor ze vaker alleen willen gamen of surfen.
- Bewustwording van de verschillen tussen jongens en meisjes.
- Belangstelling voor seks (hun eerste internet-porno zien ze gemiddeld met 11 jaar).
- Toenemende interesse in volwassenen-tv en spannende series.
- Toenemende voorkeur voor games met (vooral komisch) geweld.
- Enthousiasme voor 'idolen' en de ambitie om zelf beroemd te worden via media.
- Eerste mobieltje (steeds vaker al een smartphone).
- Soms: starten met zelf media maken (filmpjes, websites, games, apps, etc.).

Colofon

De tekst van deze brochure is tot stand gekomen in samenwerking met Mediaopvoeding.nl (dr. Justine Pardoën en prof. dr. Peter Nikken), oktober 2013.

TIPS

TIPS

Nederlands Centrum Jeugdgezondheid

Churchilllaan 11
3527 GV Utrecht
www.ncj.nl

ncj Nederlands
Centrum
Jeugdgezondheid

Mediaopvoeding voor kinderen in de basisschoolleeftijd (6-12 jaar)

ncj Nederlands
Centrum
Jeugdgezondheid

Voor ouders is het een hele uitdaging om het mediagebruik van kinderen tussen 6 en 12 jaar in goede banen te leiden. Je hebt nog niet uitgevonden hoe Facebook werkt of je ontdekt dat ze alweer met iets nieuws bezig zijn. De laatste rage is het maken van filmpjes van 36 seconden, die je in het openbaar online zet via je mobiele telefoon. Veel kinderen in groep 8 doen dit al, terwijl ouders vaak van niets weten.

▶ Wat kun je als JGZ-professional doen?

Er is steeds meer onderzoek beschikbaar rond onder meer de invloed van media op kinderen in de leeftijd van 6-12 jaar. Ouders kunnen daar in de opvoeding gebruik van maken. Als JGZ-professional heb je echter geen officiële richtlijnen als het gaat om mediaopvoeding. Bovendien gaat het ook niet om het geven van standaard oplossingen. Als JGZ-professional kun je wel het voortouw nemen en ouders uitnodigen te vertellen over hoe er thuis wordt omgegaan met media, in relatie tot het welbevinden van kinderen. Je kunt bijvoorbeeld vragen: “Wat vindt je belangrijk in de mediaopvoeding?” “Welke regels hebben jullie thuis?” Ouders vertellen dan welke keuzes ze maken, wat er wel en niet goed gaat, waar ze zich wel eens aan ergeren en welke oplossingen goed werken in het gezin.

Ouders vinden het doorgaans prettig om hun ervaringen met media te delen, omdat het ook voor hen nieuw is en ze steeds voor nieuwe uitdagingen komen te staan. Net als zij kun je als JGZ-professional ook niet alle ontwikkelingen bijhouden, maar dat hoeft ook niet. Door te praten over hoe het thuis gaat met media reflecteren ouders over hun eigen mediaopvoeding. Zo kun je hen helpen nadenken over hoe ze een bepaalde situatie (anders) kunnen aanpakken en krijgen ouders meer vertrouwen in hun aanpak op dit gebied.

Als JGZ-professional kun je vragen van ouders beantwoorden, ze verwijzen naar goede websites (met gevalideerde informatie) en je kunt hen verwijzen naar meer gespecialiseerde ondersteuning bij problemen (bijvoorbeeld met obsessief gedrag). Ook is het belangrijk dat je zelf weet waar je meer informatie kunt vinden. Om je hiervoor goed toe te rusten, is dit factsheet gemaakt.

▶ Wat is mediaopvoeding?

Mediaopvoeding is dat deel van de opvoeding dat erop gericht is om kinderen bewust en selectief met het media-aanbod om te laten gaan en ervoor te zorgen dat kinderen leren de inhoud van dat aanbod *kritisch* te beschouwen en op waarde te schatten. Steeds vaker gaat het ook om het maken van *gezonde* keuzes: niet alleen de inhoud van media doet ertoe, maar ook de tijd die je eraan besteedt en dat moet niet ten koste gaan van andere belangrijke activiteiten, zoals sport en contact met vrienden.

▶ Verschillen tussen ouders

Ouders die veel ervaring hebben met nieuwe media zijn beter in staat om de positieve en negatieve aspecten voor hun kinderen in te schatten. Doordat ze vaker de voordelen zien, gamen en surfen ze ook vaker samen met hun kinderen. Ouders die minder ervaring hebben met nieuwe media, hebben juist vaker zorgen, vooral over seks, geweld, grof taalgebruik, digitaal pesten. Zij zijn eerder geneigd om grenzen te stellen aan het mediagebruik en zien minder de kansen en mogelijkheden.

Ouders hanteren de volgende soorten mediaopvoeding (in aflopende mate van populariteit)

1. **toezicht houden** – in de buurt blijven om snel te kunnen reageren als dat nodig is.
2. **gezamenlijke mediabeleving** – samen gamen, samen tv-kijken, leuke apps uitwisselen, YouTube-filmpjes en surftips aan elkaar doorsturen, et cetera.
3. **actieve begeleiding** – commentaar geven, observeren, helpen en uitleg geven (over veiligheid, privacy, auteursrecht, commerciële misleiding, et cetera).
4. **restrictieve begeleiding** – regels stellen en beperkingen invoeren. Eventueel met behulp van technische middelen (software voor ouderlijke controle, zoals timers en filters).

▶ Ontwikkelingskenmerken en mediavorkeuren

Kinderen tussen de 6 en 12 jaar maken een sterke ontwikkeling door. In deze periode worden ook de verschillen groter in het gedrag tussen jongens en meisjes en ontwikkelen kinderen hun eigen interesse-gebieden. Toch zijn er algemene ontwikkelingskenmerken te zien. Met 9 jaar is er een belangrijke ontwikkelingssprong, die er inmiddels ook toe geleid heeft dat in het systeem van Kijkwijzer de leeftijd 9 is ingevoerd.

TIPS

