

Tips (hand-out)

“Tegen mij is heel vaak gezegd dat ik lelijk ben. Daardoor ben ik heel onzeker geworden. Op mijn foto’s op Hyves krijg ik leuke reacties. Ze zeggen dat ik er leuk uit zie, dat mijn haar zo mooi zit. Die complimenten doen me goed. Ik krijg meer zelfvertrouwen”

[Joy (13 jaar) in het boek Verliefd op internet, 2006]



“Dan kan je lekker van alles zeggen, als je graag bruin haar wilt hebben en je hebt blond haar dan kan je hier zeggen dat je bruin haar hebt, want ze kunnen je toch niet zien. Ook kan je zeggen dat je 16 bent en dan komen er meisjes van 16 met je praten.”

[Paboforum.nl]

	<p><i>“Ik bewonder de snelheid van mijn oudste dochter op de computer. Zij construeert meer dan ik!”</i> [Jan Douwe Kroeske, Bekende Z@PP Ouders over mediaopvoeding, zappelin.nl]</p>
<p><i>“Als ik zie hoe mijn kids –zo jong als ze zijn– al zoveel bezig zijn met boekjes, tv, muziek en internet, kan ik er niet om heen dat media een belangrijke rol spelen. Je bent als ouders wel verantwoordelijk voor wat ze zien/horen/lezen.”</i> [Herman Wegter, Bekende Z@PP Ouders over mediaopvoeding, zappelin.nl]</p>	

“Mijn moeder kan ook MSN’en, maar ze kijkt vooral met mij mee. Als onze nichtjes online zijn, wil ze meekletsen. Van de webcam houdt ze niet. Dan duikt ze weg.”

[Sheetal (16 jaar) in het boek De digitale generatie, 2006]

Een kind begeleid je in de maatschappij buitenshuis. Dat betekent vandaag de dag óók 'online'. Hieronder volgen opvoedingstips, websites en praktische computertips daartoe.

Tips voor mediaopvoeding

1. Goede technische beveiliging computer (virusscanner, firewall, popupblockers).
2. PC op centrale plek in huis, bijvoorbeeld woonkamer.
3. Beperk de hoeveelheid tijd (i.v.m. gezondheid en schoolresultaten), door af te spreken: wanneer wel of niet MSN/internet/mobiel bellen en hoe lang?
4. Durf vragen te stellen aan uw kinderen (Hoe werkt MSN? Heb jij een Hyves of ander profiel? Wat is je favoriete internetsite?). Dat versterkt hun zelfvertrouwen en de vertrouwensband.
5. Bespreek bepaalde onderwerpen en zoek eventueel samen naar antwoorden:
 - Wat zijn de mogelijke consequenties van een webcam of het publiceren op internet?
 - Wat publiceer je wel en wat nou juist niet op internet?
 - Wat is (il)legaal wat betreft downloaden en kopiëren?
 - Wat doet 'anonimiteit' met mensen?
 - Waar ligt de grens tussen een geintje en onbeschoft gedrag?
 - Wat is betrouwbare informatie?
 - Wel of niet kopen via internet/mobiel? Bijvoorbeeld ringtones, andere abonnementen.
 - Naar wie ga je toe als je twijfelachtige of vervelende ervaringen opdoet?
 - Wat is voor jou 'een bekende'? Wanneer voeg je mensen toe aan MSN/Hyves?

Voor het bespreken van bovenstaande 'negatieve' punten is een open relatie en vertrouwen nodig. De eerste stap daartoe is (eerlijke) positieve belangstelling.

6. Door positieve belangstelling blijft u op de hoogte, verkleint u de kloof, wint u vertrouwen en schept u ruimte voor regels (basisschoolleeftijd)/afspraken (pubers):
 - Wees zuinig met het publiceren van persoonsgegevens en foto's.
 - Bewaak je inloggegevens zoals je dat ook met je pincode doet.
 - Zet de berichtgeschiedenis van MSN aan (in wederzijds vertrouwen).
 - Mobiel: bij voorkeur prepaid in plaats van abonnement.
 - Geloof geen beloftes van internetcontacten.
 - Bij bedreigingen: print de teksten uit, welke gegevens zijn bekend?
 - 'Netiquette':
 - 'wat u niet wil dat u geschiedt, doe dat ook een ander niet',
 - wat je niet in het echt zou doen, doe je ook niet op internet,
 - beledig anderen niet, ook al lijkt het een grapje.
 - Niet terugschelden, maar negeren (blokkeren/verwijderen).
 - Wel of niet kopen via internet/mobiel, eventueel met een limiet.

Door als ouder(s) van te voren regels te overdenken en standpunten in te nemen, is het gemakkelijker gestelde *regels te introduceren, uit te leggen en consequent aan te houden.*

In het kort: positieve belangstelling → vertrouwen → regels/afspraken.

Handige websites

Veiligheid

- www.mijnkindonline.nl - Zeer complete website, met informatie en tips voor ouders.
- www.besafeonline.org - Nederlandstalige website voor Europese ouders.
- www.digibewust.nl - Een informatieve website van de overheid over internet-veiligheid.
- www.meldpuntcybercrime.nl/ - Meldpunt websites terrorisme en kinderporno.
- www.internetsoa.nl: Seks via internet gebeurt. Deze site verkleint risico's.
- www.thuiswinkel.org: Keurmerk voor veilig en betrouwbaar thuiswinkelen
- www.pegi.info: site over de 'Kijkwijzer' voor games.
- www.weetwatzegamen.nl: gerelateerd aan PEGI; informatie en tips over games.

Virussen

- www.waarschuwingsdienst.nl - Preventie virussen, een website van de overheid.
- www.virusalert.nl – Naast informatie de mogelijkheid te abonneren op een nieuwsbrief.
- Kijk voor beveiligingsinformatie ook eens op de site van uw Internetaanbieder.
- Gratis virusscanner: <http://free.avg.com/nl-nl/> of http://www.av.eu/nl/avast_antivirus_producten/avast_Free_Antivirus

Computerwoordenboeken

- www.internetwoordenboek.com - Vertalingen van meer dan 5000 afkortingen en jargon.
- www.smstaal.nl - Verklaring van afkortingen en emoticons..

Pesten

- www.pestweb.nl/ - Met een webpagina speciaal voor jongeren van 13 t/m 18 jaar.
- www.pestten.net – Site van dé pestdeskundige in Nederland: Drs. Bob van der Meer.

Gedragsregels

- www.chatinfo.nl – Richtlijnen waar diverse chatsites zich aan verbonden hebben.
- www.bigweb.nl - B.I.G. - Ban Illegale Games & Software
- 'Ouders': Bekijk bij de sites die uw kind bezoekt de pagina voor ouders.

SMS-diensten afzeggen

Ringtones, accessoires (plaatjes e.d.), stemmen, moppen, astrologie, etc. per SMS: gemakkelijk besteld en vaak lastig om van af te komen. Hulp vindt u via:

- www.smsafzeggen.nl - *Opzeggen abonnementen* (zie bovenin menu 'afmeldlijsten')
- www.gsmhelpdesk.nl - *Algemene informatie*

Gezondheid

- www.rsi-vereniging.nl – Met tips voor preventie en behandeling.
- www.jellinek.nl - Test internet(verslaving)
- www.netaddiction.com [GB] – Met vijf verslavingstesten; een voor ouders i.v.m. hun kind.

Jeugdsites

Vraag vooral welke sites populair zijn bij uw kind.

- *Profielsites*: www.hyves.nl, www.kindertent.nl, www.tienerprofiel.nl, www.sugababes.nl, www.partypeeps2000.com, www.cu2.nl, etc.
- *Andere soorten sites*: www.spele.nl, www.habbohotel.nl, www.gosupermodel.nl, www.runescape.com, www.worldofwarcraft.com, www.geenstijl.nl, www.fok.nl, www.spunk.nl, www.maroc.nl,

Praktische (computer)tips

- *Toevoegen MSN contactpersoon*
Kinderen houden van een lange lijst contactpersonen. Onbekenden toevoegen is dus verleidelijk. Het is verstandig om uw kind aan te leren altijd na te gaan of het toevoeg-verzoek ook echt afkomstig is van een bekende, betrouwbare persoon.
- *Blokkeren MSN contactpersoon*
Klik met rechtermuisknop op een contactpersoon en klik op 'Blokkeren' (= tijdelijk) of 'Verwijderen' (= definitief). Tijdens een MSN-gesprek klik je op dit icoontje om te blokkeren: .
- *Blokkeren e-mailadressen*
Outlook (Express) kent een zogenaamde 'kill-filter'. Berichtjes van bepaalde afzenders of met bepaalde onderwerpen worden automatisch gewist. Selecteer een mailtje, klik bovenin op "bericht" en vervolgens op "afzender blokkeren". Blokkeren werkt bij ieder programma anders. Zoek in de help-functie van je e-mailprogramma op 'blokkeren'.
- *Opslaan berichtgeschiedenis*
Het verstandig om alle gesprekken op te slaan. Overtuig uw kind door uit te leggen dat u hem of haar hiermee in geval van problemen direct kunt helpen, en hij/zij u kan vertrouwen dat u de gesprekken niet zo maar leest. Klik na inloggen (in het account van uw kind), achtereenvolgens op Extra/Opties/ Berichten en zet een vinkje bij 'Automatisch een geschiedenis van mijn gesprekken bijhouden'.
- *'PrintScreen'*
Maak bij verdachte, vervelende gebeurtenissen op het scherm een 'schermafdruck'. U vindt de toets 'PrtSc' rechts bovenin op uw toetsenbord. Open via Start/Alle Programma's/Bureau-accessoires het programma Paint. Kies in het menu Bewerken de optie Plakken en sla de afbeelding op.
- *Pop-up stopper*
Programmaatjes als 'pop-up blockers, -stoppers, -killers' voorkomen de hinderlijke pop-upschermpjes. Deze zijn zowel gratis als tegen betaling te verkrijgen. Zoek via Google of kijk bij <http://www.mijnkindonline.nl/85/pop-up-killer.htm>.
- *Misbruik foto verkleinen*
Het kan zijn dat anderen gepubliceerde foto's kopiëren, deze bewerken en herpubliceren. Kinderen zijn creatief in het voorkomen hiervan. Trucs die zij hanteren: een watermerk op de foto, tekst of plaatjes in de foto, gezicht gedeeltelijk in beeld, effect over de foto, etc.
- *Digitale keukenwekker*
Log- en/of timersoftware kan handig zijn om u te helpen bij het consequent aanhouden van tijdsduur-regels. Voorbeelden: www.kpn.nl/timeslot (gratis), www.kidcoach.eu (kosten).
- *Filters*
Er zijn kindveilige browsers op de markt (bijvoorbeeld www.krowser.nl, www.mybee.nl (gratis), www.surfsleutel.nl) en er zijn internetfilters (zoek via www.google.nl op trefwoord 'internetfilter'). Vaak zijn bij zoekmachines ook instellingen te wijzigen met betrekking tot zoekresultaten (bij Google: Voorkeuren, Streng filter aanzetten).
- *Zet 'wachtwoord onthouden' uit*
Leer uw kind om de optie 'wachtwoord onthouden' nooit aan te vinken. Daarmee voorkom je dat iemand anders na jou op dezelfde computer, op jouw account kan inloggen (en daarmee dingen te doen, bijvoorbeeld pestmails versturen, die je niet wilt).
- *Privacy-instellingen*
Op profielsites zoals Hyves, kun je zelf voor een deel bepalen hoeveel er, voor wie, zichtbaar is van je profiel. Dat is vaak wel wat ingewikkeld. Ga samen na hoe je de privacy-instellingen kunt aanpassen aan jullie wensen.

Boeken

Delfos, M.F. (2008): **Virtuele ontwikkeling van de jeugd.** *Virtueel opvoeden.* Amsterdam: SWP Uitgeverij

Delver, B. (2006): **Vet Veilig Internet!** *Tieners en internet.* Alkmaar: Vives media

Delver, B., Hop, L. (2009): **De WIFI-generatie.** *De jeugd op het mobiele internet.* Haarlem: HUB Uitgeverij

Engelfriet, A. (2008): **De wet op internet.** Eindhoven: Ius Mentis.

Groen, I. (2007): **Generatie Einstein.** *Slimmer, sneller en socialer.* Pearson Education Benelux B.V.

Haan, J. de, Hof, C. van 't (2006): **De digitale generatie.** *Jaarboek ICT en samenleving.* Amsterdam: Uitgeverij Boom

Kistjes, H., Mijland, E. (2009): **It's all in the games.** *Gamen is geweldig/Gamen geeft problemen.* Middelbeers: Innodoks.

Lemmens, J.S. (2007): **Gameverslaving.** *Probleemgebruik herkennen, begrijpen en overwinnen.* Amsterdam: uitgeverij SWP

Nikken, P. (2007): **Mediageweld en kinderen.** Amsterdam: Uitgeverij SWP

Pardoen, J., Pijpers, R. (2005): **Mijn kind online.** *Hoe begeleid je je kind op Internet?* Amsterdam: Uitgeverij SWP

Pardoen, J., Pijpers, R. (2006): **Verliefd op internet.** *Over het internetgedrag van pubers.* Amsterdam: Uitgeverij SWP

Pardoen, J., Bergervoet, E. (2008): **Uw kind op internet.** Handboek voor ouders. A.W. Bruna Uitgevers B.V.

Valkenburg, P. (2007): **Beeldschermkinderen.** *Theorieën over kind en media.* Amsterdam: Uitgeverij Boom

Er zijn ook veel spannende boeken voor kinderen geschreven, waarin de verhaallijn te maken heeft met internetactiviteiten. Voorbeelden vind je op de volgende internetpagina:

<http://www.mijnkindonline.nl/172/literatuur-voor-kinderen.htm>

Algemene sites over mediaopvoeding:

- www.jeugdenmedia.nl
- www.kijkwijzer.nl
- www.kinderconsument.nl
- www.mijnkindonline.nl
- www.weetwatzegamen.nl

Heeft u nog vragen?

NKO - Tel. 070-3282882 - Internet: www.nko.nl of

gratis op schooldagen tussen 10:00 en 15:00 uur: 0800-5010 eerst 1 dan 2.