

Schermtijd

Het was even slikken. Mijn zoon van bijna-acht vroeg me mijn email-adres om een spel te downloaden van internet. Waar haalt hij het vandaan? Natuurlijk van zijn oudere broer die onderhand een andere taal spreekt dan zijn ouders als het over computers gaat.

We kunnen er niet naast kijken: televisie en computer, internet en spelconsoles zijn vanzelfsprekend geworden in het leven van onze kinderen. Leerkrachten vragen om informatie op te zoeken op internet. Jongeren spreken na school af om te chatten of te gamen. Elk tijdschrift en jongerenzender die zichzelf aux-serieux neemt, heeft een eigen website met informatie en spelletjes. Scholen bieden oefenlinks aan voor maaltafels en woordenschat Frans.

Het levert verhitte discussies en bezorgde ouders op: leren onze kinderen bij van computeren, van games? Welk effect heeft het stilzitten voor televisie op een gezonde ontwikkeling? Hoe lang mag een kind gamen? Vanaf welke leeftijd mag hij alleen op internet en waar staat de computer?

En dan is er natuurlijk ook nog het aftasten tussen ouders en kinderen, het onderhandelen over hoelang en wanneer er 'schermtijd' kan, of er mag gechat worden, of er een profiel mag op facebook met of zonder foto...

Hoe gaat het eraan toe bij jou thuis?

Enkele vragen en tips om over na te denken

- Digi-ouder?

Hoe kijk je zelf naar computerspellen, internet, ...? Vind je het interessant en zie je de mogelijkheden en kansen of is het een ver van mijn bed show? Misschien helpt het om een stukje mee te kijken in de leefwereld van je kind: kijk samen wat je kind kan, speel samen een game, ... Net zoals je interesse toont voor zijn vrienden of informeert naar de voorbije dag op school of samen een spelletje voetbal of stratego speelt.

- Digi-afspraken?

Heb je veel discussie met je kind over de televisie of computer? Net zoals op andere terreinen bieden vaste afspraken vaak uitkomst. Je kan afspraken maken over het tijdstip waar je kind televisie kan kijken of kan gamen of op internet kan (na het avondeten, na het huiswerk, ...). Je kan afspraken maken over de tijd die je kind krijgt voor TV en computer op schooldagen en weekenddagen. Tot slot kan je best afspreken waar je kind kan kijken naar televisie, op internet kan: in de huiskamer of op de eigen kamer van je kind? Natuurlijk speelt de leeftijd van je kind een belangrijke rol.

- Digi-veiligheid?

Je stuurt je kind niet van de ene dag op de andere met de fiets het verkeer in. En dat geldt ook voor het digi-verkeer.

Je zoekt mee naar een goed evenwicht tussen televisie kijken, spel en beweging, tussen alleen achter een pc zitten en voldoende contacten met vrienden onderhouden.

Je geeft je kind informatie om het weerbaar te maken voor de grote wereld van het internet: maak afspraken als je kind op ongewenste sites komt (met jou te bespreken), leg uit waarom je geen bezwarende foto's van jezelf of iemand anders mag doorsturen of waarom je kind geen afspraak mag maken met iemand die het enkel via chatten kent.

De hele digitale wereld biedt ons een mooie uitkijk op de wereld en veel mogelijkheden. Misschien is het goed dat voor ogen te houden en zoals bij alles te zoeken naar een goed evenwicht?

Meer weten over opvoeden?

Lees dan meer via www.groeimee.be.