

Praten met je kind over mediagebruik

Vind jij het moeilijk om met je kind te praten over wat hij of zij online doet? Je bent niet alleen! Heel wat ouders en opvoeders vinden dit soort gesprekken lastig. Je kind toont soms weinig interesse of vindt dat gesprek met papa of mama maar niks. Toch is praten over mediagebruik een goede manier om je kind te helpen in de omgang met media.

Praten is een gewoonte

Je wacht beter niet tot er een probleem is voor je met je kind in gesprek gaat. Je kan regelmatig aan tafel de vraag stellen: 'Wat heb je allemaal gedaan online vandaag?' Of begin het gesprek als er een aanleiding is in je omgeving. Zoals het verhaal van de vriend die zonder het te beseffen een grote aankoop deed tijdens het gamen. Een campagne tegen online pesten. Of de advertenties op Facebook die je kind te zien krijgt.

Open en direct

Is er iets heel specifiek waarover je met je kind wil praten? Vertel in korte, duidelijke zinnen waar je het wil over hebben. Beschrijf hoe je je daarbij voelt, in plaats van je kind verwijten te maken. 'Ik vind het niet prettig dat we tijdens het eten niet meer praten omdat je zo vaak op je gsm kijkt' is een ander begin dan 'Ik wil dat je tijdens het eten je gsm uitzet en met ons gaat praten'.

Geen eenrichtingsverkeer

Praten en luisteren gaan samen. Steek geen preek af en zorg dat je niet de enige bent die aan het woord is. Door vragen te stellen en goed te luisteren naar wat je kind vertelt, zie je de dingen duidelijker. Vraag waarom je kind bepaalde dingen doet online. Wat vindt je kind leuk, waar is het mee bezig? Zo begrijp je het gedrag van je kind beter.

Sorry zeggen

Liep het toch uit de hand? Zei je dingen waar je spijt van hebt, of die je anders bedoelde? Durf sorry zeggen tegen je kind.

Soms kan je ook je mening herzien door wat je kind vertelt. Wees niet te koppig en bedank je kind omdat het je iets bijleerde.

Samen doen, is ook communicatie

Je kan ook in gesprek gaan met je kind door samen dingen te doen. Bijvoorbeeld:

- Een profiel aanmaken en praten over manieren om je account te beschermen
- Vraag aan je kind om TikTok of Snapchat eens aan jou uit te leggen en maak samen gekke foto's of een leuk filmpje
- Een game spelen en ondertussen zeggen hoe het voelt als je lang speelt of geweld ervaart in het spel
- Je kind betrekken bij een online aankoop en tonen waar het moet op letten

Je kind praat niet graag?

Sommige kinderen vinden praten echt moeilijk. Misschien schrijft je kind liever? Kijk ook hoe je kind zich gedraagt. Merk je veranderingen in gedrag of gewoontes, vraag dan zelf wat er scheelt. Dring niet te veel aan maar blijf wel je belangstelling tonen.

Soms wil je kind bepaalde dingen niet met jou delen. Dan is het goed om te zoeken met wie je kind wel kan praten. Iemand op school of het CLB, een vriend(in), een familielid, een sporttrainer of de leiding van de jeugdbeweging. Ook anoniem praten kan voor je kind, bij de CLBchat of AWEL bijvoorbeeld.

Dit onthoud ik:

Hier kan ik terecht:
