

35 Concrete tips voor ouders

- ▶ Grens het televisiekijken af: spreek af welke televisieprogramma's en hoelang ze mogen kijken. Zet de TV nadien uit
- ▶ Praat over de geweldscènes: invloed van geweld wordt gecounterd door eigen visie van ouders op geweld
- ▶ Stimuleren om niet-gewelddadige televisieprogramma's te bekijken en spelletjes te spelen
- ▶ Kinderen er op wijzen dat conflicten niet op een agressieve wijze opgelost dienen te worden
- ▶ Zelf het goede voorbeeld geven door minder TV te kijken en te kiezen voor niet-gewelddadige producten
- ▶ Bekijk zoveel mogelijk programma's samen. Zo bent u er als ouder zeker van hoe de inhoudelijke boodschap overkomt en ervaren wordt
- ▶ Stimuleer andere activiteiten, zorg voor voldoende alternatieven
- ▶ Gebruik de TV niet steevast als oppas
- ▶ Ouders blijven het vetorecht over de TV behouden: zelfs als de TV op de kamer van de kinderen staat
- ▶ Ontken nooit angst bij een kind, maak het bespreekbaar en koppel het aan een realistisch beeld. Bij jonge kinderen blijft angst vaak in fantasie voortleven. Fantasie biedt mogelijkheden: humor, alternatieven,...
- ▶ Loop tijdens het gamen de kamer in en maak even tijd vrij, toon interesse
- ▶ Zorg voor een goede zit- en audio-visuele houding
- ▶ Spreek een tijdsduur af. Gebruik de pc als beloning, niet als straf
- ▶ Wijs kinderen op het effect (als je ziet dat ze zenuwachtig worden, benoem het dan)
- ▶ Bekijk of de spelletjes verantwoord zijn volgens uw normen
- ▶ Koppel eventueel het mogen gamen aan verwachtingen die je als ouder stelt (bv studeergedrag) en die niet zo goed lopen
- ▶ Laat GSM-kaarten zelf betalen
- ▶ Bepaal waar het kan en waar niet (vb niet op bezoek, niet op restaurant,...)
- ▶ Waarschuw voor flames (scheldberichten) en probeer te overtuigen er met je over te praten
- ▶ Kijk regelmatig het surfgedrag na (bij oudere kinderen lukt dit minder)
- ▶ Installeer een degelijke virusscan en firewall (updaten !)
- ▶ Laat geen obscure mails openen of bestanden downloaden waarvan je de bron niet kent
- ▶ Installeer eventueel een filter
- ▶ Leer kinderen omgaan met de minder fraaie kanten van het internet
- ▶ Grens het internetgebruik af in tijd
- ▶ Surf eens samen, laat je helpen

- ▶ Duidt op de onvolledigheid of onbetrouwbaarheid van informatie die niet nagecheckt wordt
- ▶ Laat excessieve kosten bijbetalen via zakgeld of klusjes
- ▶ Vertrouwen, maar met controle (interesse)
- ▶ Verbied het on-line bestellen zonder toelating
- ▶ Computer in de huiskamer of elders ?
- ▶ Instrueer om geen privacy gegevens door te geven: adres, telefoonnummer, kredietkaartnummer,...zonder toestemming
- ▶ Instrueer om geen foto's van zichzelf te verzenden of webcam te gebruiken zonder afspraken of zonder het eerst te vragen
- ▶ Waarschuw voor onprettige berichten (flames) en motiveer om het te melden
- ▶ Bepaal welke sites geschikt zijn en welke niet en blokkeer deze sites
- ▶ Verbied om afspraken te maken via chat-programma's