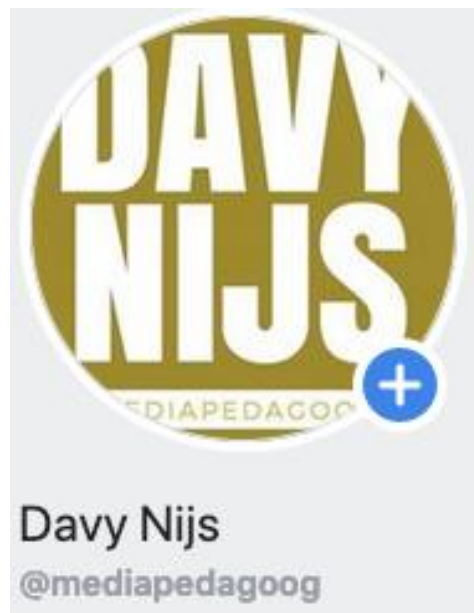
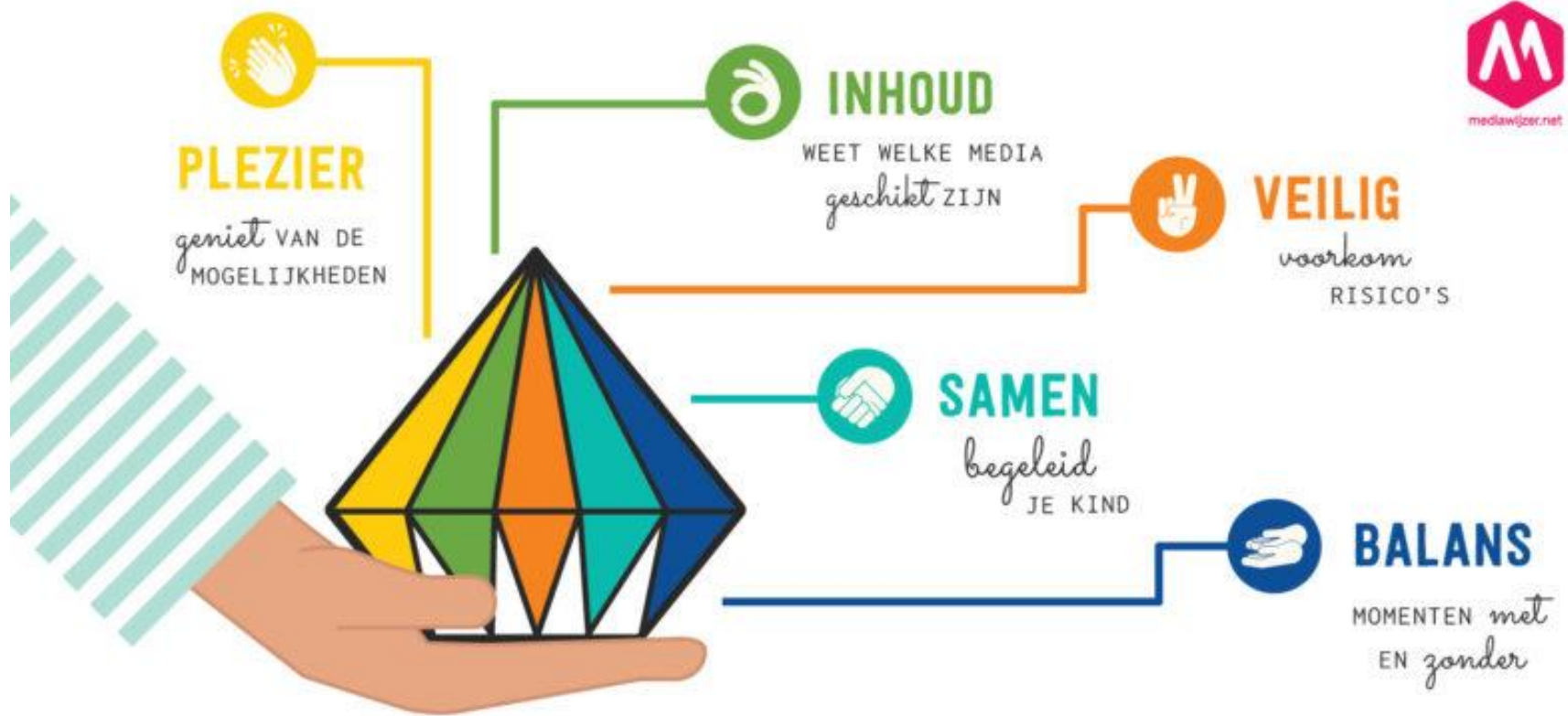




Schermgebruik bij (bijna) tieners - ook in tijden van Corona





- ❑ onze kinderen groeien op digitaal
- ❑ vaststellingen in #corona tijd

- ❑ bezit
- ❑ gebruik
- ❑ inhoud = belangrijker dan hoeveel
- ❑ apps en sociale media
- ❑ schermtijd en verslaving
- ❑ media verbinden

“Kinderen en jongeren hebben afgezien”

“Gelukkig zijn er dan #media”

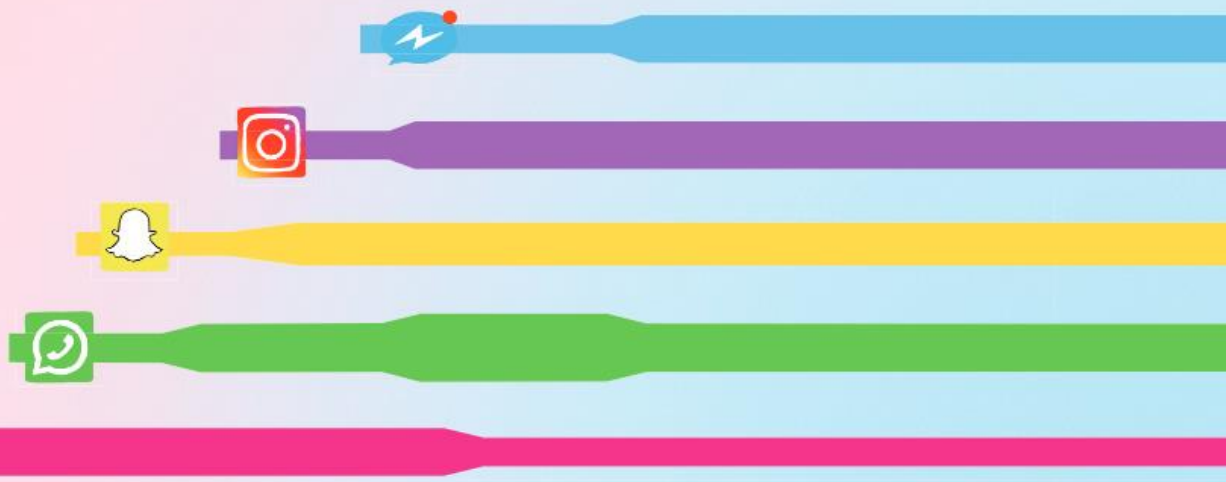


GENERATIE ALPHA:
KINDEREN HEBBEN STEEDS MEER INTERACTIE
MET DIGITALE APPARATEN
Geboren 2010-NU

GENERATIE Z:
VERBONDEN VAN BIJ DE GEBOORTE
Geboren mid 1990-2010

GROEILIJN

OPGROEIEN MET SOCIALE MEDIA



6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18

gedeelde tablet

eigen tablet eigen smartphone

ik ontdek de wereld via nieuws

ik kies niet zelf wanneer en hoelang ik m'n smartphone gebruik

ik durf wel eens een sext sturen naar mijn lief



KINDEREN



FILMPJES



MUZIEK



SPELLETJES

JONGEREN



VRIENDEN



SOCIALE MEDIA CHECKEN

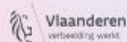


STREAMEN



APESTAARTJAREN

JONGEREN EN DIGITALE MEDIA



@mediapedagoog
DAVYNIJS
verbindt media en opvoeding

'Richtlijnen' eerste smartphone

- Technologiegebruik is een voorrecht
 - Respect voor het toestel
 - Is mobiel internet nodig?
- Zeker in begin begeleiden (contactlijst, berichten, ...)
- Toestemming voor sociale netwerken, apps en games
- Waar/wanneer wel/niet? (slaapkamer, eten, school)



@mediapedagoog
DAVYNIJS
verbindt media en opvoeding



OFFICIEEL SMARTPHONECONTRACT

Ein-de-lijk: die eerste smartphone is in aantocht! Maar... voor je kind aan het swipen gaat, zetten jullie best wat dingen op een rijtje. Welke regels zijn een must? Wat doe je beter niet? En wat als iemand zich niet aan de afspraken houdt? Leg jullie afspraken vast met dit contract!

Begindatum contract:

Ik,, aanvaard bij deze de volle verantwoordelijkheid voor mijn eerste echte smartphone. Ik beloof plechtig dat ik er keigoed zorg voor zal dragen (en ben mijn ouder(s) daar kweetniehoe dankbaar voor).

Verder ga ik ook akkoord met de volgende afspraken, die ik na lang beraad met mijn ouder(s), en, ben overeengekomen:

1

2

Wat denk ik van 'parental controls'?

- In theorie kan je alles 'controleren' en 'beperken' (*maar ook omzeilen*)
- MAAR wil je dat?
- 'Kinderen moeten risico's zelf leren herkennen'
- 'Vertrouwen van je kinderen (ook online)' bouw je geleidelijk op. Dat doe je door:
 - Geen schermen op de slaapkamer
 - Zelf te tonen hoe het moet
 - Interesse te tonen in wat kinderen doen
 - Als er iets fout gaat hierover te praten zonder dadelijk te sanctioneren
- MAAR als je je toch zorgen blijft maken...
 - Doen, maar in samenspraak. Je kan het dan ook als een 'leerinstrument' gebruiken!

“#corona-tijd is TikTok tijd”





VANAF WELKE LEEFTIJD MAG IK OP SOCIALE MEDIA?

Door Ik beslis | 11-15 jaar



Dat komt omdat zo goed als alle sociale media uit de Verenigde Staten komen (Twitter, YouTube, Facebook, Instagram, Snapchat, Tumblr, WeHeartIt,...). En hun wet zegt dat je **geen persoonlijke informatie mag delen online** zolang je geen 13 jaar oud bent. Ook Tik Tok/Musical.ly mag je eigenlijk pas gebruiken als je 13 jaar bent.

‘Opstartgesprek’ sociale mediacarrière (Nikken & De Vries, 2020)

- Toon interesse, want praten voorkomt risico's
- Besteed voldoende aandacht aan privacy en wachtwoorden
- Spreek af welke soort toezicht er zal zijn, en hoe dit afgebouwd wordt
- Reflecteer over wat je wel en niet doet op sociale media



“Online ben je ook nog alleen”



Maar de coronamaatregelen hebben die **rechten sterk ingeperkt**. Met je vrienden digitaal contact, met je liefje liever in 't echt contact Bij jongeren ziet het merendeel van de jongeren vrienden digitaal (91%). Daarnaast ziet 45% vrienden op een afstand. Het contact met het liefje verloopt anders. Meer dan de helft van de jongeren ziet z'n lief zoals vroeger.

- Wie ben ik? (= identiteit)
 - goed/af-keuring vanuit de sociale omgeving
 - controle op omgeving
- Wie ben ik in relaties? (= intimiteit)
 - sociale vergelijking peers en subculturen
 - media met een sociale functie
- Wie ben ik intiem? (= seksualiteit)
 - internet als veilige vraagbaak
 - online seks



“Er is meer #corona schermtijd”

SCHEMRTIJD ... IN TIJDEN Van CORONA



- Er is meer schermtijd
- Verhouding school/ontspanning = 50/50
- Sociaal contact is belangrijk
- Nieuws wordt samen gekeken
- Scherm als zoethouder

FORTNITE

Het doel van het spel is eenvoudig: je wordt samen met 99 anderen op een eiland gedropt en moet als laatste zien over te blijven. Klinkt spannend, niet? Dat is het ook! En dat is precies waarom het spel vandaag het leven van menige kinderen en jongeren lijkt te beheersen.

Waarom je kind er wild van is

- ▶ *Het is gratis*
- ▶ *Het ziet eruit als een tekenfilm*
- ▶ *Winnen lijkt niet onmogelijk*
- ▶ *Er mag al eens gelachen worden*
- ▶ *Je kan het met je vrienden spelen*





Fortnite

Epic Games International S.à r.l., a Luxembourg Société à Responsabilité Limitée

Fortnite on Android will only contain the Battle Royale mode (for now - possibly), where players board the Battle Bus and are thrown onto an island with 99 other players, and compete to be the last person...

[WEBSITE](#)

Systeem:
Mobile, Nintendo Switch

Release Date:
09/08/2018



Consumer advice

This game was **rated PEGI 12 for frequent mild violence.** It is not suitable for persons under 12 years of age.



- [OVER PEGI](#)
- [ADVIES](#)
- [NEWS](#)
- [PEGI ONLINE](#)
- [UITGEVERS](#)
- [CONTACTEER ONS](#)

Nederlands

ENTER GAME TITLE

ZOEKEN

EXTENDED SEARCH

PEGI helpt ouders weloverwogen beslissingen te nemen bij het kopen van videospellen.

PEGI geeft leeftijdsclassificaties aan videospellen en wordt gebruikt in 38 Europese landen. De leeftijdsclassificatie geeft aan of het spel geschikt is voor spelers van een bepaalde leeftijd. PEGI beoordeelt de geschiktheid van een game voor een bepaalde leeftijd, niet de moeilijkheidsgraad.

DE PEGI-LEEFTIJDSCLASSIFICATIES



DE INHOUDSPICTOGRAMMEN



GAMEAFSPRAKEN

1. Een basisschoolkind kan nog niet goed de tijd in schatten. Maar ook pubers hebben daar moeite mee. Vooral als ze gamen gebruiken om problemen in het dagelijks leven even te vergeten. Help ze daar dus bij. Dat kan met een tijdklok, of gewoon door zo nu en dan te vertellen hoe laat het is.
2. Maak afspraken over wanneer er gegamed mag worden. Bijvoorbeeld wel of niet uit school meteen gamen? Of moet het huiswerk eerst af? Wel of niet door de week? Wel of niet na het avondeten?
3. Praat nooit over het gamegedrag als je kind nog aan het gamen is. Games worden zo gemaakt, dat het moeilijk is om ze even te onderbreken. Tijdens het spel heeft je kind dus geen aandacht voor jou en wordt hij alleen maar kribbig. Kies dan ook een ander moment voor zo'n opvoedgesprek.
4. Geef ruim van tevoren aan dat er gestopt moet worden om te eten bijvoorbeeld, zodat een spel niet halverwege onderbroken hoeft te worden en gehaalde levels opgeslagen kunnen worden of een opdracht afgemaakt kan worden. Dat is vooral belangrijk als ze samen spelen: je kunt nu eenmaal niet halverwege je team in de steek laten.

“Als het gedrag
gewoon
functioneren
belemmert en
leidt tot
ongelukkig zijn
en
prikkelbaarheid”

Hoeveel is té
veel?

■ Test: Is het mediagebruik van je kind problematisch?¹²

In hoeverre is het volgende waar als je kijkt naar de afgelopen maand? Geef telkens een score tussen de 1 en 5 (1 = nooit, 2 = bijna nooit, 3 = soms, 4 = vaak, 5 = altijd).

1. Het is moeilijk voor mijn kind om te stoppen met het gebruiken van media.
2. Media is het enige dat mijn kind lijkt te motiveren.
3. Media is het enige waar mijn kind aan lijkt te denken.
4. Het mediagebruik van mijn kind belemmert onze familie-activiteiten.
5. Het mediagebruik van mijn kind zorgt voor problemen binnen het gezin.
6. Mijn kind wordt gefrustreerd als hij geen media kan gebruiken.

7. Mijn kind gaat steeds meer tijd met media doorbrengen.
8. Mijn kind gebruikt stiekem media.
9. Als mijn kind een slechte dag heeft, is media het enige dat lijkt te helpen om hem beter te laten voelen.

Scoor je overwegend 4 of 5 op deze vragen, dan is het mediagebruik van je kind mogelijk problematisch. Probeer de tijd die je kind met media doorbrengt voor een bepaalde periode drastisch te verminderen en schakel professionele hulp in als dit niet lukt.

(Nikken & De Vries, 2020)

Handvatten handvatten en handvatten

- Oogarts: adviseert bijziendheid te voorkomen
 - Voor kinderen en jongeren tot 20jaar de 20-20-2 regel
- Kinesist: adviseert motoriek oefenen
 - voor kinderen onder de 5 jaar essentieel
- Psycholoog: adviseert schermtijd owv welzijn
 - 4 - 6 jaar: 10 à 15 minuten per keer, tot maximaal 1 uur per dag;
 - 6 - 8 jaar: maximaal 1 uur per dag, verdeeld over periodes van maximaal 30 minuten;
 - 8 - 10 jaar: maximaal 1 à 1½ uur beeldschermtijd per dag;
 - 10 - 12 jaar: maximaal 2 uur beeldschermtijd per dag;
 - 12 jaar en ouder: maximaal 3 uur beeldschermtijd per dag.

Mijn tips om
om te gaan
met
schermtijd in
and out
#coronatimes

- Voel je niet schuldig als het nu even wat meer is
- Blijf samen zoeken naar een goede balans
- Niet alle schermactiviteiten zijn gelijk
- Een goede inhoud is de sleutel voor balans
- Upgrade de schermtijd
- Technologie kan ons (op afstand) verbinden
- De smartphone is een geval apart
- Bouw tijd zonder beeldscherm ook in.
- Blijf praten over het schermgebruik

(dankjewel)