

## Kind en Internet

### Tip 1

Ga als ouder eerst zelf op onderzoek uit naar leuke en leerzame sites. Zet deze in een favorieten lijst en leer je kind hoe hij/zij iets uit deze lijst kan halen. Als ze zelfstandig het web op gaan, leer ze dan hoe ze leuke sites kunnen opslaan in de favorieten lijst.

### Tip 2

Praat met je kind over wat hij/zij allemaal tegenkomt op het internet. Het wordt op deze manier een gewoonte om belevenissen en informatie te delen met elkaar. Dit kan van groot belang zijn als je kind iets meemaakt op het internet waarvan hij/zij geschrokken is.

### Tip 3

Leer je kind hoe hij/zij veilig kan internetten. Zo is het belangrijk dat:

- Je kind geen persoonlijke informatie achter laat op het net. Denk hierbij aan naam, adres, geboortedatum, woonplaats, naam van de school, namen van broers en zussen enz.
- Je kind een nickname (nep naam) gebruikt. Bedenk er samen één die geschikt is.
- Je kind nooit mailtjes van onbekenden opent. Dit in verband met het binnen halen van virussen.
- Je kind zich nooit ergens aanmeldt zonder jouw toestemming. Ook niet tijdens een spelletje of voor cadeaus en/of spaarpunten. Als je kind zich aanmeldt bij een site met commerciële doeleinden dan loop je het risico veel spam te ontvangen.

### Tip 4

Maak voor het gebruik van de computer duidelijke afspraken en stel regels op. Leg uit dat die regels bedoeld zijn om kinderen te beschermen. Vertel ook dat ze geen straf krijgen als het per ongeluk toch gebeurt dat ze sites zien die alleen voor volwassenen bedoeld zijn. Als hier een straf voor is

dan zullen ze eventueel 'schokkende beelden' niet meer met jou bespreken. Vertel dat regels die in het gewone leven gelden ook op het internet gelden. Bijvoorbeeld; geen grof taalgebruik of pestgedrag.

### Tip 5

Kinderen vinden het vaak moeilijk om uit zichzelf maat te houden in computergebruik. Voor de ontwikkeling van kinderen is het belangrijk dat ze van alles ondernemen en niet alleen achter de computer zitten. Daarbij kunnen kinderen overgewicht ontwikkelen of andere gezondheidsklachten krijgen als ze te veel computeren. Zorg daarom dat je kind niet te lang achter elkaar achter de computer zit (maximaal 45 minuten) en dat tegenover een uur stil zitten achter de computer een uur beweging staat.

### Tip 6

Blijf in de buurt als je kind vrij gaat surfen op het internet. Zorg dus dat de computer op een plek staat waar je zicht op hebt. Zo heb je de mogelijkheid om na te gaan "waar" en "met wie" je kind omgaat en weet je of je kind zich aan de afspraken en regels houdt. Geef een complimentje als je kind zich aan de regels en afspraken houdt. Pas een logische consequentie toe als je kind zich niet aan de afspraken en regels houdt.

### Tip 7

Vanaf zijn/haar negende jaar kun je je kind langzaam meer ruimte gaan geven op het internet. Het is belangrijk dat kinderen steeds meer vrijheid krijgen waarin ze kunnen laten zien dat ze de verantwoordelijkheid om zelfstandig te internetten aan kunnen. Hieraan voorafgaand is immers al een hele periode van regels en afspraken geweest waarin je kind heeft kunnen leren hoe hij/zij op een goede manier om kan gaan met de computer. Dit betekent niet dat je het helemaal kunt loslaten. Het wordt steeds meer een kwestie van 'op de hoogte blijven' van alles dat je kind meemaakt op het web. In gesprek blijven hierover is het allerbelangrijkste.

Meer informatie hierover is te vinden op [www.mijnkindonline.nl](http://www.mijnkindonline.nl) Hier vind je ook informatie over mogelijkheden om je computer te beveiligen.