Je kind begeleiden bij online contact en relaties

Samen gamen, chatten of foto's sturen. Kinderen en jongeren hebben vaak online contact. Dat kan waardevol zijn. Maar online contact brengt ook risico's met zich mee. In deze tipsheet lees je hoe je je kind hierbij kunt begeleiden.

Hoe komen kinderen online in contact met anderen?

Kinderen en jongeren ontmoeten anderen online via verschillende kanalen, zoals:

- Online games: chatten tijdens het spelen, bijvoorbeeld op Roblox of Minecraft
- Sociale media: reageren op posts, privébericht sturen, bijvoorbeeld op Instagram of TikTok
- Chatapps: privé of in een groep, bijvoorbeeld op Snapchat, WhatsApp en Discordkanalen
- Video- en streamingplatforms: reageren op comments, bijvoorbeeld op YouTube en Twitch

Voorbeelden van begeleiding in online contact

Kleuters:
Online contact is alleen met bekenden, bijvoorbeeld videobellen samen met een ouder.

Onderbouw basisschool:
Laat je kind in de woonkamer spelen of kijken, zodat je gemakkelijk kunt meekijken.

Bovenbouw basisschool:
Oefen samen hoe je iemand blokkeert, rapporteert of hulp vraagt.

Pubers:
Blijf in gesprek over online vriendschappen, grenzen, privacy en het delen van foto's en video's.

Hoe kun je je kind ondersteunen bij online contact?

- **Toon interesse is het online leven van je kind**
  Net zoals je dat doet met het offline leven. Wat heeft je kind meegemaakt? Heeft het leuk contact gehad? En met wie?
- **Praat over online contact**
  Wat deel je wel en niet? Zoals je naam, adres of locatie. En wat doe je als iemand iets vraagt wat niet goed voelt?
- **Maak gebruik van instellingen**
  Bijvoorbeeld privacy-instellingen op social media, chat uitschakelen bij games of het profiel afschermen voor onbekenden.
- **Wees alert op contact met onbekenden**
  Leer je kind dat niet iedereen online is wie die zegt te zijn. Mensen kunnen zich anders voordoen en langzaam vertrouwen bij je kind opbouwen.
- **Bespreek wat je kind kan doen bij problemen**
  Bijvoorbeeld dat het altijd bij jou terecht kan en dat je niet boos wordt. Maar ook hoe je iemand blokkeert of een reactie rapporteert.