

# Praten met ouders over mediaopvoeding

Veel ouders worstelen met de mediaopvoeding van hun jonge kinderen en het grip krijgen op hun eigen mediagebruik. Je kunt als professional ouders heel goed helpen door de juiste inzichten en tips rondom media ukkies te vertellen. Belangrijk: stel je open en niet veroordelend op, dan luisteren ouders beter naar je. Realiseer je dat schermen voor heel veel gezinnen ontzettend 'helpend' zijn.



## Manieren om in gesprek te komen

- als ouders advies vragen
- iets organiseren over mediaopvoeding
- nieuwsbericht met informatie over mediaopvoeding
- gedrag van een kind benoemen
- schermtijd benoemen tijdens oudergesprek

## Hoe praat je met ouders

- stel open vragen, veroordeel niet
- hou het positief
- benadruk juist wat belangrijk is voor een gezonde ontwikkeling
- vertel over de schermtijd richtlijnen
- informeer over de negatieve effecten van te veel schermtijd

**Vergeet niet: schermen zijn voor veel gezinnen ook een middel om de rust te bewaren.**

## Internationale richtlijnen voor gezonde schermtijd

0 - 18 mnd	18 mnd – 2 jr.	2 - 4 jr.	4 - 6 jr.
zo min mogelijk scherm (alleen videobellen)	zo min mogelijk en niet alleen	max een uur onder begeleiding	vaste momenten en aansluitend bij leeftijd

## Gesprekstips

- 'Stel een limiet aan schermtijd door bijvoorbeeld een timer te gebruiken'
- 'Gebruik media liefst zoveel mogelijk samen nu je kindje nog zo klein is. Je kindje kan er dan ook iets van leren'
- 'Helemaal aanwezig zijn is het grootste cadeau dat je aan je kindje kunt geven!'
- 'Je praatstem komt veel beter binnen bij een baby dan een stem op een filmpje'
- 'Jullie kindje moet leren dat schermtijd begrensd is. Om later slim en handig te worden, is het juist belangrijk om veel offline dingen te doen, zoals buitenspelen of knutselen'
- 'Kindjes leren alleen van media als die aansluit bij hun ontwikkeling en leeftijd, zorg dus voor geschikte media en gebruik die samen'

## Nuttig om te lezen

- [Opvoeden.nl](http://Opvoeden.nl) - ook veel informatie over mediaopvoeding
- [Mediawijsheid.nl](http://Mediawijsheid.nl) - kinderen van 0-6 jr
- Boek [Schermwijzer](#) (P. Nikken en D. de Vries)
- [Zelftest](#) mediawijsheid voor ouders Nederlands Jeugd Instituut
- [Mediasmarties](#) -database met geschikte media per leeftijd