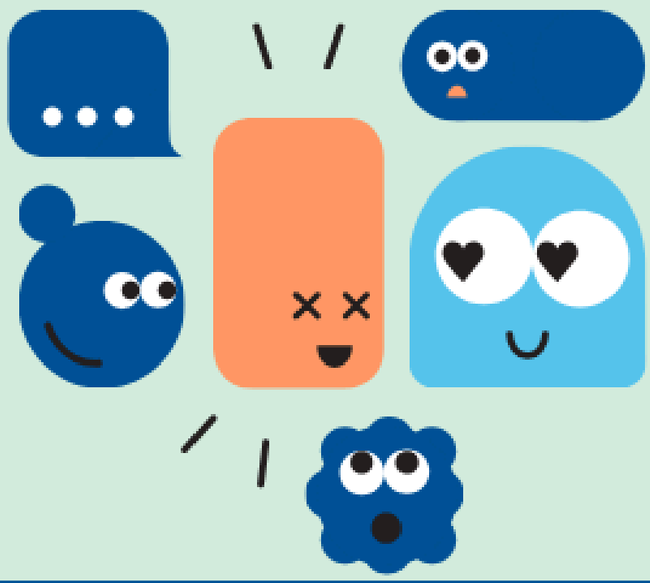


#THINK
BEFORE
YOU SCROLL

10 TIPS VOOR OUDERS

1. Toon **interesse** voor de online leefwereld van je kind en **praat** met elkaar.

2. Leer je kind de **5 vaardigheden** aan:
   - Onbekende? Check - Check - Double check
   - Bij gamen: In het spel- Over het spel
   - Kritisch denken en je buikgevoel volgen
   - Spreek met je MAX
   - Rapporteren en blokkeren

3. **Hack je algoritme** en dat van je puber!

4. Haal je nieuws uit **echte, betrouwbare bronnen.**

5. **Bescherm jouw privacy** (en die van je kind) zoveel mogelijk.

6. Wees je bewust van de **positivity bias** - en leer je kinderen **copingstrategieën** toepassen.

7. Kijk naar **jouw kind** en maak samen afspraken.

8. Geef zelf het **goede voorbeeld.**

9. **Relativeer** wanneer kan: denk aan het tienerbrein.

10. Zoek **hulp** wanneer nodig. Bij andere ouders, school, Child Focus (116 000) of politie. Je verhaal kan je ook kwijt bij Tele-Onthaal (ouders) en Awel (jongeren).

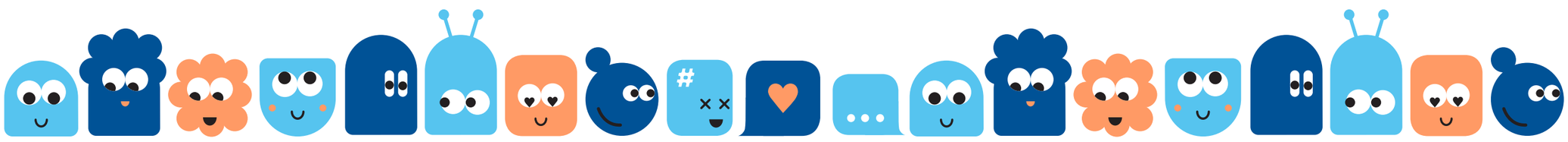
VEILIG ONLINE

van
Gezinsbond
& Child Focus

Vlaanderen
verbeelding werkt

Bekijk online tools, handige tips en veelgestelde vragen op

WWW.VEILIGONLINE.BE



NOTITIES

