Betreft: Sociale media bij kinderen

Beste ouders

Digitale media zijn niet meer weg te denken uit het leven van kinderen. Daarom willen wij als school samen met u stilstaan bij het gebruik van sociale media op jonge leeftijd.

Wat zegt de wet?
In België mogen kinderen meestal pas vanaf 13 jaar een account maken op sociale media. Dat komt door regels rond privacy. Apps nemen deze leeftijd ook op in hun voorwaarden.

Wat zien we in de praktijk?
Toch gebruiken veel kinderen al vroeger sociale media. Soms weten ouders dat, soms niet. Kinderen zijn op deze leeftijd nog volop in ontwikkeling en kunnen sneller last hebben van negatieve ervaringen online.

Ons standpunt als school
Wij raden aan om sociale media zo lang mogelijk uit te stellen, liefst tot ongeveer 15 jaar. Onderzoek toont dat te vroeg en intensief gebruik kan leiden tot slaapproblemen, minder concentratie en een negatief zelfbeeld.

Wij kiezen voor een **stapsgewijze aanpak**:

- Begin met eenvoudige communicatie (bijvoorbeeld berichten sturen onder begeleiding).
- Bouw dit langzaam op.
- Maak duidelijke afspraken die passen bij uw kind.

Wanneer start je het gesprek
Wij raden aan om het gesprek over sociale media te starten rond de leeftijd van 10 à 11 jaar. Op jongere leeftijd is dit meestal nog niet aan de orde. Door tijdig te praten en afspraken te maken, voorkomt u dat uw kind later onverwacht of zonder begeleiding start.

Soms wordt als vuistregel gebruikt: wanneer een kind klaar is om te praten over relaties, lichaam en grenzen, is het ook pas echt klaar voor sociale media. Sociale media brengen kinderen namelijk vaak in contact met deze thema's. Dit is geen strikte regel, maar kan helpen om als ouder een inschatting te maken.

De rol van ouders
Als ouder bent u heel belangrijk. Wij moedigen u aan om:

- Regelmatig te praten met uw kind over sociale media.
- Op tijd afspraken te maken (bijvoorbeeld vanaf 10-11 jaar).
- Interesse te tonen in wat uw kind online doet.
- Bewuste keuzes te maken en deze ook uit te leggen.

Als kinderen begrijpen waarom iets (nog) niet mag, zullen ze regels beter volgen. Duidelijke afspraken helpen ook om te voorkomen dat kinderen stiekem een account aanmaken.

Samen werken aan een veilige digitale omgeving
Wij willen samen met u zorgen voor een gezonde en veilige digitale ontwikkeling van onze leerlingen. Problemen voorkomen is beter dan ze achteraf oplossen. Eens een kind actief is op sociale media, is het moeilijk om dit terug te draaien.

Met vriendelijke groeten,

Charlotte Debal
Directeur
Het Bollebos Anzegem
056/ 68 88 30