

Tips & Tricks

Ga samen in gesprek met het emoji-kwartet 😊

Dit kwartetspel is ontwikkeld om je als opvoeder en/of professional te helpen om op een laagdrempelige manier in gesprek te gaan met jongeren over de betekenis achter emoji's. Zo kan je bij elke verkregen kaart bijvoorbeeld de volgende vragen stellen:

Wat betekent deze emoji voor jou of in jouw groep?
Heb je wel eens meegemaakt dat iemand een emoji verkeerd begreep?
Wat zou je doen als je een emoji krijgt die je ongemakkelijk vindt?

De emoji's zijn verdeeld in categorieën zoals seksualiteit, drugs, geweld en radicalisering. Door samen kwartetten te zoeken én te bespreken, leer je spelenderwijs wat erachter die ogenschijnlijk vrolijke icoontjes schuilt.

Het spel en de flyer zijn beschikbaar op www.veiligheidsalliantie.nl

Tip! Maak de profielen van je kind privé, dan kunnen alleen vrienden berichten sturen en de content van je kind zien.



De betrouwbare wegwijzer in veilig en slim gebruik van (digitale) media.

Scan mij



Deze website voor jongeren staat vol met tips en tricks voor het leuk, veilig en slim gebruik van sociale media.

Het Nederlands Jeugdinstituut deelt hier allerlei actuele kennis over (digitaal) opgroeien.



Deze factsheet van de overheid geeft richtlijnen over gezond schermgebruik voor opvoeders.



Digitaal opgroeien

informatie en tips over sociale media voor opvoeders en professionals

WIST JE DAT?

Jongeren tussen de 15 en 28 jaar bijna 3 uur per dag (166 minuten) aan sociale media besteden.

Jongeren die veel tijd aan sociale media besteden zich minder vaak gelukkig voelen.

Kansen sociale media

- Het biedt jongeren kansen om nieuwe vaardigheden te leren en zichzelf te ontwikkelen
- Het houdt jongeren op de hoogte van wat er speelt in de wereld
- Het brengt en houdt jongeren in contact met vrienden en familie

WIST JE DAT?

Risico's sociale media

- Jongeren ervaren druk om altijd maar online te zijn, waardoor ze zich minder goed kunnen richten op schoolwerk en persoonlijke ontwikkeling
- Jongeren worden blootgesteld aan ongepaste, schadelijke of misleidende inhoud
- Sociale media gebruik heeft een negatief effect op de mentale gezondheid van jongeren door o.a. pesten, uitsluiting en haatdragende reacties.

Top 5 meest gebruikte platforms

- TikTok:** Een app waar korte video's en livestreams elkaar in rap tempo opvolgen, waarbij je video's krijgt die passen bij je kijkgedrag
- Snapchat:** Een app waarbij je foto's, video's en berichten deelt (in een privébericht, een groep of openbaar) die na het kijken verdwijnen
- Whatsapp:** Een app waarmee je tekst- en spraakberichten met foto's en video's kan sturen en kan (video)bellen
- Instagram:** Een platform om foto's, video's en verhalen te delen met vrienden en volgers, en om merken/producten te promoten (door influencers)
- Youtube:** Een app voor het kijken van video's of shorts. Dit zijn korte video's, vergelijkbaar met de korte video's van TikTok

Telegram steeds populairder wordt?

Het is een app vergelijkbaar met WhatsApp en met bepaalde instellingen is je telefoonnummer niet zichtbaar. Door de anonimiteit en grote groepen (tot 200.000 leden) kunnen jongeren er makkelijk in contact komen met criminele netwerken, wat risico's zoals geweld, drugshandel en ronselen met zich meebrengt.

Samen in gesprek

De online wereld is voor jongeren vanzelfsprekend, maar kan wel risicovolle situaties met zich meebrengen. Hoe begeleid je een jongere hierin als je zelf niet vertrouwd bent met sociale media? Het kan soms lastig zijn om met een jongere over de (online) wereld te praten. Dit toegeven en samen in gesprek te gaan hierover, helpt om te weten wat er in een jongere omgaat en wat het meemaakt.

Praten met jongeren helpt hen om bewuste en veilige keuzes te maken. Ook zorgt het ervoor dat ze zich gesteund voelen als ze ergens moeite mee hebben of iets vervelends meegemaakt hebben. Om je op weg te helpen vind je hieronder enkele vragen die je kunnen helpen om het gesprek over het gebruik van social media te starten.

Tip: Begin het gesprek op een ontspannen moment, toon oprechte interesse en luister zonder te oordelen. Zo creëer je een veilige omgeving waarin een jongere zich open durft te stellen.

Toon interesse

- Wat vind je het leukst om te doen op je telefoon/tablet?
- Wie is je favoriete vlogger, en waarom?
- Wat kom je allemaal op TikTok/Instagram/Snapchat tegen?
- Met wie heb je wel eens online contact? En heb je ook wel eens online vrienden gemaakt?

Wees nieuwsgierig, zonder oordelen

- Hoe herken jij online of iets echt of nep is?
- Maak je wel eens selfies? En wat doe je daarmee?
- Wat doe je als je online iets ziet waarbij je je onprettig of ongemakkelijk voelt?
- Heb je weleens iets online gedeeld waar je later spijt van had?

Bespreek balans en maak afspraken

- Wanneer merk jij dat je te lang op je scherm zit?
- Wat vind je ervan om afspraken te maken over schermtijd?
- Wat vind je leuk om te doen zonder scherm?
- Merk je dat ik soms te veel met mijn telefoon bezig ben? Wat vind je daarvan?

Tip! Gebruik de 20-20-20 regel: na 20 minuten schermtijd, 20 seconden in de verte kijken en minstens 2 uur per dag buitenspelen. Deze regel helpt je ogen gezond te houden.

Geef zelf het goede voorbeeld

Kinderen kopiëren gedrag, ook online. Reflectievragen voor opvoeders zelf:

- Wat voor voorbeeld geef ik zelf in het gebruik van mijn telefoon?
- Leg ik mijn telefoon weg als iemand mij iets wil vertellen?
- Hoe laat ik zien wat 'goed' onlinegedrag is?

De betekenis van emoji's

Door de betekenis van deze emoji's te herkennen, kun je beter begrijpen waar een jongere het over heeft, wat er in groepsapps of in reacties wordt gedeeld. Emoji's lijken onschuldig, maar in sommige contexten gebuiken jongeren ze met een heel andere betekenis.

Drugs

						
cannabis	cannabis	cannabis	hasj	snus	paddo's	honeypack
						
cocaine	cocaine	cocaine	ketamine	3-mmc	lean	lean

						
lachgas	mdma	mdma	heroïne	2cb	dealers	bezorgers

Criminaliteit

						
uithalen	fietse speler	swipen	C6	f-game	f-game	pinner

Cybercrime

						
ING	ABN	SNS	RABO	leads	leads lijst	crypto

Extremisme

						
IS	1 god	neo-nazi	neo-nazi	white power	paradijs	grijze wolf

Rivaliteit

						
BFF	steun	gang/dope	hot	cool	snapchat	liegen

						
doden	detentie	free	long live ..	snitch	revolver	ombouw vuurwapen

Seksualiteit

						
borsten	billen	penis	vagina	vagina	orgasme	orgasme

						
orale sex	anale sex	erectie	opgewonden	oudere vrouw	ik wil seks met je	naaktfoto's