****

**Hoe ga je om met het socialmediagebruik van je kind?**

**Social media. Onze kinderen groeien ermee op. Vaak kunnen zij zich zelfs geen leven zonder WhatsApp, TikTok en YouTube voorstellen. Dat maakt een goede digitale opvoeding belangrijk. Hoe je zoiets aanpakt? Wij helpen je op weg.**

Van dansjes uploaden tot snapchatten: social media biedt jouw kind ontzettend veel opties. Ook komen er voordelen bij kijken. Denk aan ontspannen, socializen en creatief creëren. Tegelijkertijd maken veel ouders zich zorgen over digitale risico’s. Zoals oplichting, cyberpesten en slecht slapen. Daarom is het handig om een oogje in het zeil te houden. Onze tip: maak samen een account aan.

**Verdieping en voorlichting**

Communicatie is een sleutel tot succes. Ga dus in gesprek en toon belangstelling. Welke socialmediakanalen wil je kind gebruiken? En waarom? Verdiep je in deze apps, zodat je op de hoogte bent van bijbehorende risico’s en ontwikkelingen. Leg je kind uit waar hij of zij op moet letten. Vertel bijvoorbeeld dat het niet verstandig is om vreemden adresgegevens toe te vertrouwen of foto’s van jezelf te sturen.

**Regels en grenzen**

Verbieden? Nee joh. Juist van veilig proberen kan je kind leren. Durf daarbij grenzen te stellen. Zo is het slim om devices niet toe te staan op de slaapkamer. Het gebruik ervan zorgt namelijk voor een verstoord slaapritme. Ook over socialmediagebruik tijdens het eten en huiswerk maken kun je afspraken maken. En wat dacht je van accounts op privé zetten? Geef tot slot het goede voorbeeld en leg ook jouw smartphone regelmatig weg.

**Vragen staat vrij**

Heb je vragen over je kind digitaal opvoeden? Of andere vragen over opgroeien? Stel ze aan het CJG via telefoon of e-mail.