

## Digitaal pesten en veilig internetten

In het gewone leven leert u uw kind gevaarlijke en vervelende situaties te voorkomen en uit de weg te gaan. Dit moet uw kind ook leren in de virtuele wereld. Het is goed om op de hoogte te blijven van wat uw kind doet met internet. Ga daarvoor samen zitten en leer van elkaar. Het is daarbij belangrijk om als ouder zelf wat van internet te weten.



### Ongewenste inhoud

Iedereen kan tegenwoordig op een eenvoudige manier informatie via het internet aanbieden. Daarbij kan men zowel op internet als door middel van e-mail zaken tegenkomen die ongewenst zijn voor kinderen, zoals (kinder-) porno, discriminerende teksten en pesterijen. Leer uw kind om te gaan met vervelende dingen die ze op het internet tegen kunnen komen, en hoe ze deze uit de weg kunnen gaan. Dit kunt u doen door samen met uw kind te surfen op internet en betrouwbare websites als uitgangspunt te nemen. Deze websites kunt u bijvoorbeeld in de 'favorieten' zetten, zodat uw kind ze later makkelijk zelf kan vinden.

### Digitaal pesten

Een op de vijf kinderen wordt gepest via de computer. Ouders weten dit vaak niet. Zo kan het gebeuren dat kinderen soms maanden achtereen het leven wordt zuur gemaakt. Pesterijen en bedreigingen per e-mail kunt u voorkomen door de afzender te blokkeren. Ook kunt u de afzender aangeven bij zijn of haar internetprovider. Verder is het verstandig zuinig te zijn met het geven van uw e-mailadres. Wanneer het uit de hand loopt en het niet lukt vervelende mail te stoppen, kunt u overwegen een ander e-mailadres te nemen.

### Tips voor ouders

- Surf samen met je kind. Ga regelmatig samen achter de computer zitten.
- Maak duidelijke afspraken over het internetgebruik en de tijdsduur die het kind achter de computer mag doorbrengen. Spreek af dat uw kind niet meer dan 2 uur per dag achter de computer mag zitten of televisie mag kijken.
- Zet de computer op een centrale plek in huis. Zo houdt u zicht op wat uw kind ziet en hoelang uw kind op het internet is.
- Leer uw kind geen persoonlijke gegevens te geven, zoals adres, telefoonnummer, bankrekening. Spreek af dat hij niet in gaat op pestmail.
- Bekijk regelmatig de 'geschiedenis' (history) op uw computer, zodat u op de hoogte blijft van het surfgedrag van uw kind.
- Gebruik een goede virusscanner en zorg dat deze up-to-date blijft.
- Blijf geïnteresseerd in het surfgedrag van uw kind en wijs hem regelmatig op de minder leuke kanten hiervan, zoals pedofielen in chatboxen, pornosites, scheld e-mails, spam en nog veel meer. Maak duidelijk dat de virtuele wereld een schijnwereld is. Een volwassene kan zich voordoen als kind, e.d.
- Laat weten, vooral bij vervelende ervaringen, er altijd te zijn voor uw kind.

### Interessante sites om eens te bezoeken

- [www.mijnkindonline.nl](http://www.mijnkindonline.nl)
- [www.surfsafe.nl](http://www.surfsafe.nl)
- [www.kinderconsument.nl](http://www.kinderconsument.nl)
- [www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl)