

## **Meest gestelde vragenlijst rondom berichtgeving over incidenten op social media**

Nederland is afgelopen week opgeschrikt door het overlijden van Romy en Savannah. Op (social) media wordt uitgebreid aandacht besteed aan deze persoonlijke drama's. Het is begrijpelijk dat u van deze berichten bent geschrokken en dat u zich als ouder/verzorger zorgen maakt. Deze meest gestelde vragenlijst (Q&A) helpt u om met deze social media berichten om te gaan.

### **Moet ik er met mijn kind over praten?**

Het is in algemene zin belangrijk om in gesprek te blijven met uw kind. Als ouder is het van belang te weten waar uw kind is en waar zij mee bezig zijn, ook op social media. Toon interesse in wat uw kind doet en waar zijn/haar interesses liggen. Het is bij jongvolwassenen en pubers normaal dat zij hun grenzen opzoeken. Juist daarom is het belangrijk om in gesprek te blijven met uw kind.

De recente social media berichten zijn verontrustende berichten; het is echter van belang om niet extreem angstig te reageren, omdat uw angst over kan slaan op uw kind. Mocht uw kind met vragen komen, vermijd het onderwerp dan niet. Rekening houdend met de leeftijd van uw kind is het goed om er met uw kind over te praten.

### **Wat bespreek ik met mijn kind?**

Berichten via social media verspreiden zich enorm snel. De kans is zeker aanwezig, vooral bij kinderen met een smartphone, dat uw kind iets van de incidenten of andere social media incidenten die onrust hebben gegeven, heeft meegekregen. Het is normaal dat uw kind angstig reageert op de incidenten van de afgelopen weken. Wat kunt u uw kind vertellen?

- Benoem dat het bij de incidenten in het nieuws om uitzonderingen gaat.
- Bespreek waar de grenzen liggen. Daarmee vergroot je de weerbaarheid van uw kind.

### **Hoe kan ik met mijn kind bespreken waar de grenzen liggen?**

- Geef aan dat er altijd dingen zijn die je niet wilt doen en dat het goed is dat je "nee" durft te zeggen als je iets niet wilt. Als je dan toch dingen doet, omdat je geen "nee" kon of durfde te zeggen, geef dan aan dat het goed is dat uw kind er dan later toch over praat met ouders/verzorgers of iemand anders waar hij/zij vertrouwen in heeft. Het is goed om uw kind mee te geven dat u niet boos zult worden, omdat u begrijpt dat het soms moeilijk is om "nee" te zeggen.
- Laat uw kind weten dat hij/zij altijd toestemming moet vragen als hij/zij met iemand mee wilt gaan of dat iemand uw kind via social media vraagt wat te doen.
- Oefen met uw kind wat hij/zij kan zeggen tegen iemand als uw kind gevraagd wordt iets te doen, bijvoorbeeld via social media of met iemand mee te gaan.
- Maak afspraken met uw kind wat hij/zij kan doen als er ongewenst (social media) gedrag plaatsvindt/heeft plaatsgevonden.

### **Wat moet ik doen als mijn kind mij vertelt dat er iets is gebeurd wat het eigenlijk niet wilde?**

- Word niet boos, maar vertel dat u trots bent dat uw kind het gezegd heeft en troost uw kind als hij/zij heel verdrietig of bang is.
- Laat uw kind weten dat hij/zij niks fout heeft gedaan.
- Voor jonge kinderen (tot ongeveer 7 jaar): Laat uw kind niet merken dat u het vreselijk vindt wat hem/haar is overkomen, omdat kinderen (vooral jonge kinderen) soms niet beseffen dat het niet goed is wat er is gebeurd. Het blijft echter wel altijd goed om de emoties en gevoelens van uw kind te benoemen.

- Voor oudere kinderen: het benoemen en erkennen van de emoties en gevoelens van uw kind blijft van belang. Als u verdrietig bent, is dit een natuurlijke emotie. Probeer uw emoties niet altijd te verbergen voor uw kind.
- Probeer uw emoties echter wel de baas te blijven. Als u aan uw kind laat merken dat u erg boos of erg verdrietig bent, belemmert u uw kind in het vertellen van het verhaal.

### **Waar kan ik bij vragen terecht?**

Voor algemene vragen over uw kind, en voor advies over het gesprek aangaan met uw kind, kunt u terecht bij GGD Hollands Noorden via telefoonnummer 088-0100 550 (ma t/m vr tussen 08.30 en 16.30 uur).

Merkt u dat uw kind via social media benaderd is door iemand die u niet vertrouwt, of heeft u foto's/video's gezien die u niet vertrouwt, dan is het belangrijk om hier melding van te maken bij de politie via telefoonnummer 0900-8844.

### **Tot slot**

Er circuleren beelden op social media. Sommige beelden zijn aanstootgevend of kunnen beangstigend zijn, zeker voor kinderen. Let als ouder/verzorger goed op wat u bekijkt als uw kind in de buurt is. Daarnaast is het goed om u te realiseren dat het delen van bepaalde foto's strafbaar is.