



centrum voor
jeugd en gezin



Jeugdgezondheidszorg

Anneke de Knegt
Jeugdverpleegkundige

30-9-2014

JGZ op school

- Wij zien uw kind op 2 momenten
 - VMBO: 1^e en 3^e klas
 - HAVO/VWO: 2^e en 4^e klas
- vragenlijst
- Bij eerste contact: lengte en gewicht
- Leerling kan zelf ook afspraak maken

JGZ op school (2)

- Multi disciplinair Overleg
- Soms ook gesprekken met ouders of leerling
- Gesprekken op indicatie
 - Op verzoek van ouders, leerling, school of GGD
- Ziekteverzuim gesprekken
- Vaccinaties
- Partner in CJG

Contactgegevens

Anneke de Knegt

adeknegt@ggdhm.nl

jeugdverpleegkundige

088 3084068

CJG:

www.cjgalphenaandenriijn.nl

0900 4440008

- [CJG Hazerswoude-Dorp](#)
- Lindehof 1
2391 DK Hazerswoude-Dorp

Uw kind en Sociale Media



Dinsdag 30 september 2014

Linda van Delft

Gezondheidsbevorderaar

088-3084284

lvandelft@ggdhm.nl

37%

van de pubers bezoekt websites die hun ouders niet zouden goedkeuren

19%

Zoekt daar actief naar op het internet!

42%

van de pubers stuit per ongeluk op naaktfoto's en pornosites

10%

Van de pubers wordt online gepest.

52%

van de pubers is op sociale media bevriend met docenten

40%

van de pubers overschrijdt belbundel van hun mobiel

van de ouders heeft nog **nooit** met zijn puber over veilig internetten gepraat

39%



Herinnert u zich nog de media uit uw jeugd?

De media was toen gebonden aan tijd en via vaste apparaten.

De media van NU



"Ik vind het niet fijn als ik met mijn vriendje ben en hij de hele tijd met zijn vrienden aan het whatsappen is!"
-Anke, 16 jaar-



"Ik zeg JA op elk verzoek op Facebook en als ik dan mensen in de stad tegenkom, doen ze net alsof ze echt vrienden van me zijn, dat voelt cool!"
-Lars, 14 jaar-



"Ik trek s' ochtends alleen maar broeken aan waar mijn mobieltje in de zakken past!"
-Ron, 16 jaar-



"Van mijn moeder mag ik mijn smartphone niet meer aan tafel meenemen, zij wordt gek van al die piepjes!"
-Moniek, 15 jaar-

Sociale media



Een begrip voor online platvormen waar de gebruikers, zonder of met minimale tussenkomst van een professionele redactie, de inhoud verzorgen.



Wat zijn volgens jongeren voordelen aan sociale media?

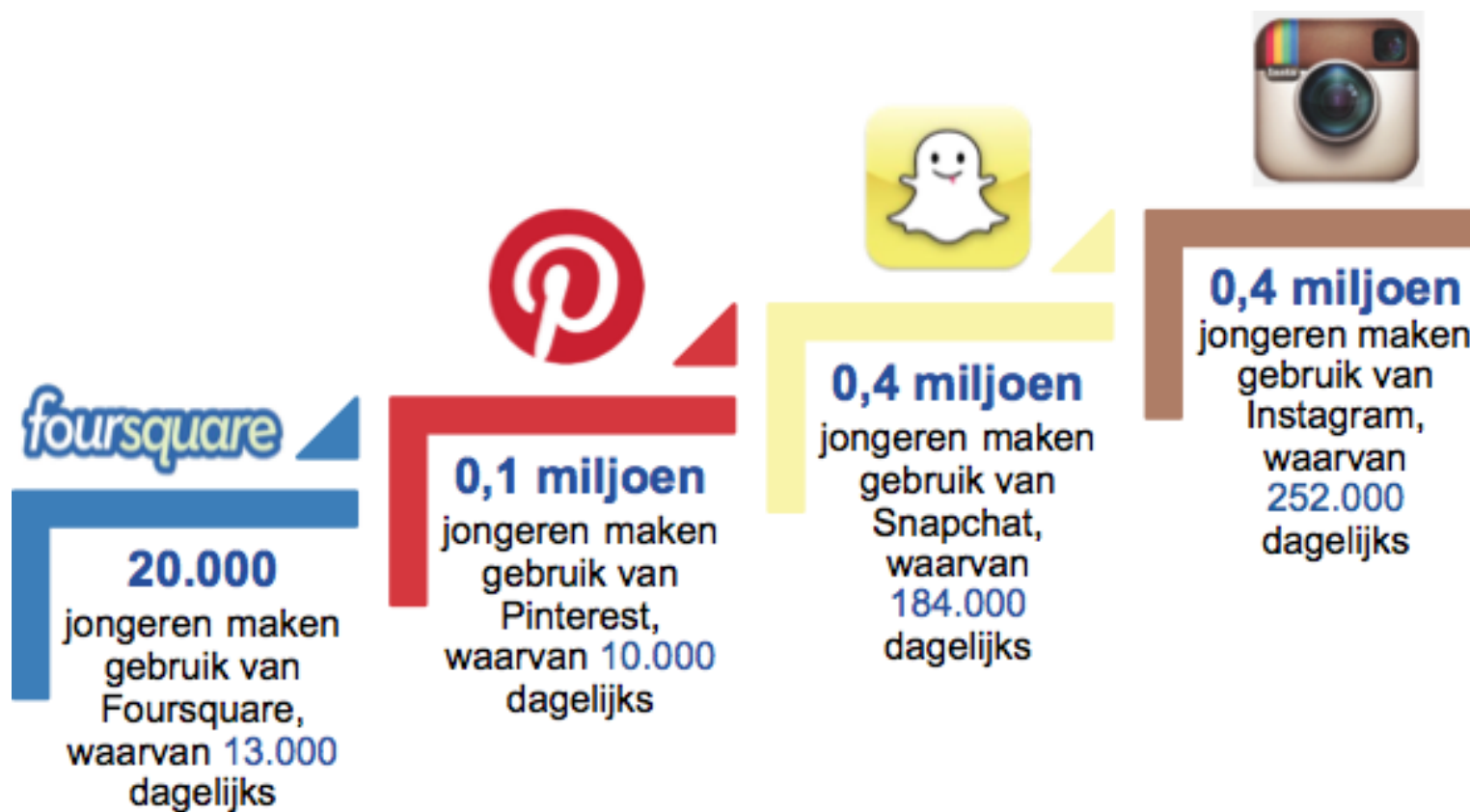
- Het kost je geen beltegoed
- Je maakt gemakkelijk en snel contact
- Je weet waar anderen zich mee bezig houden
- Je bent snel op de hoogte van het nieuws
- Je kunt elkaar steunen
- Je vindt gelijkgestemden

Meest gebruikte platforms



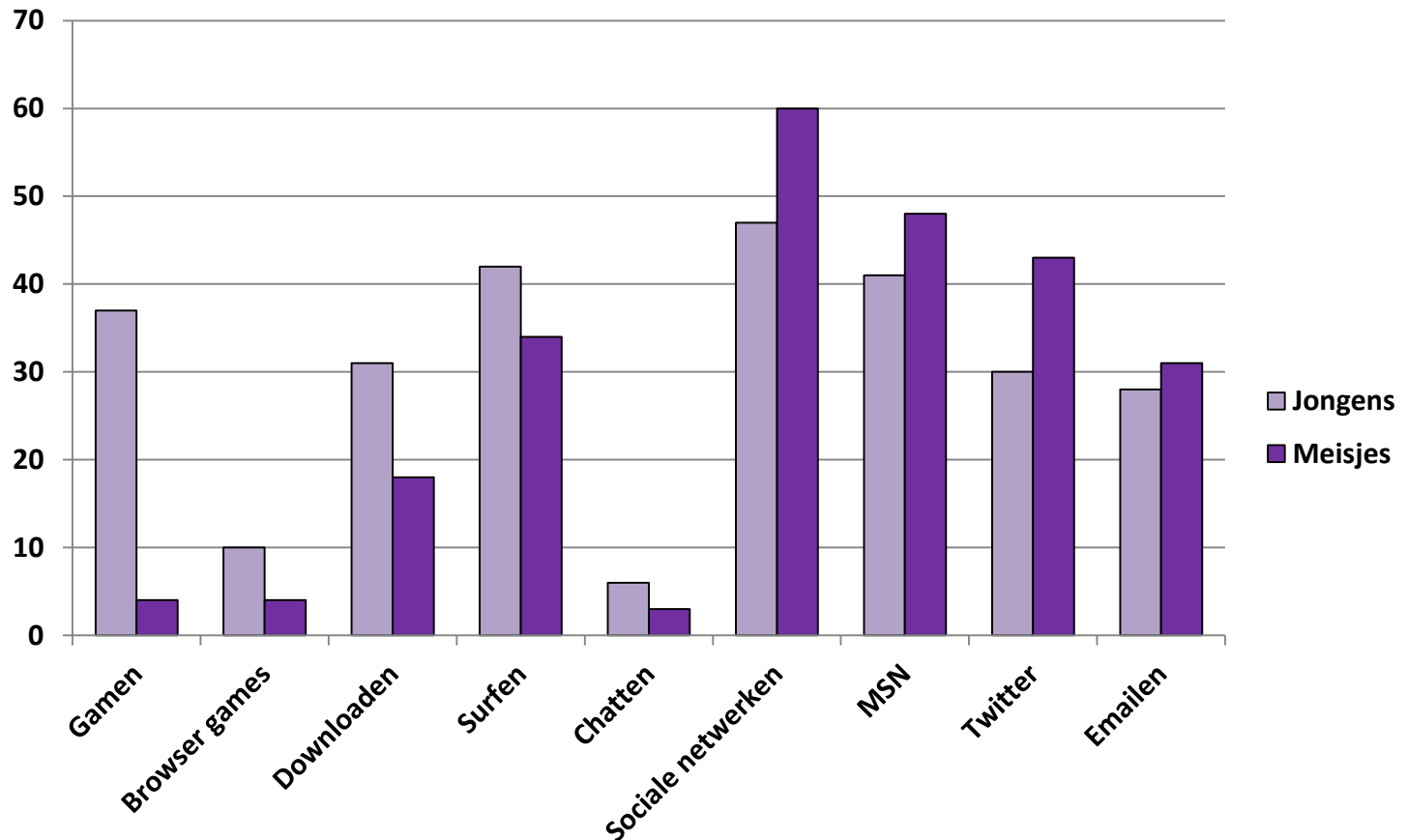
Bron: Social Media Onderzoek 2014

Opmars nieuwe platformen



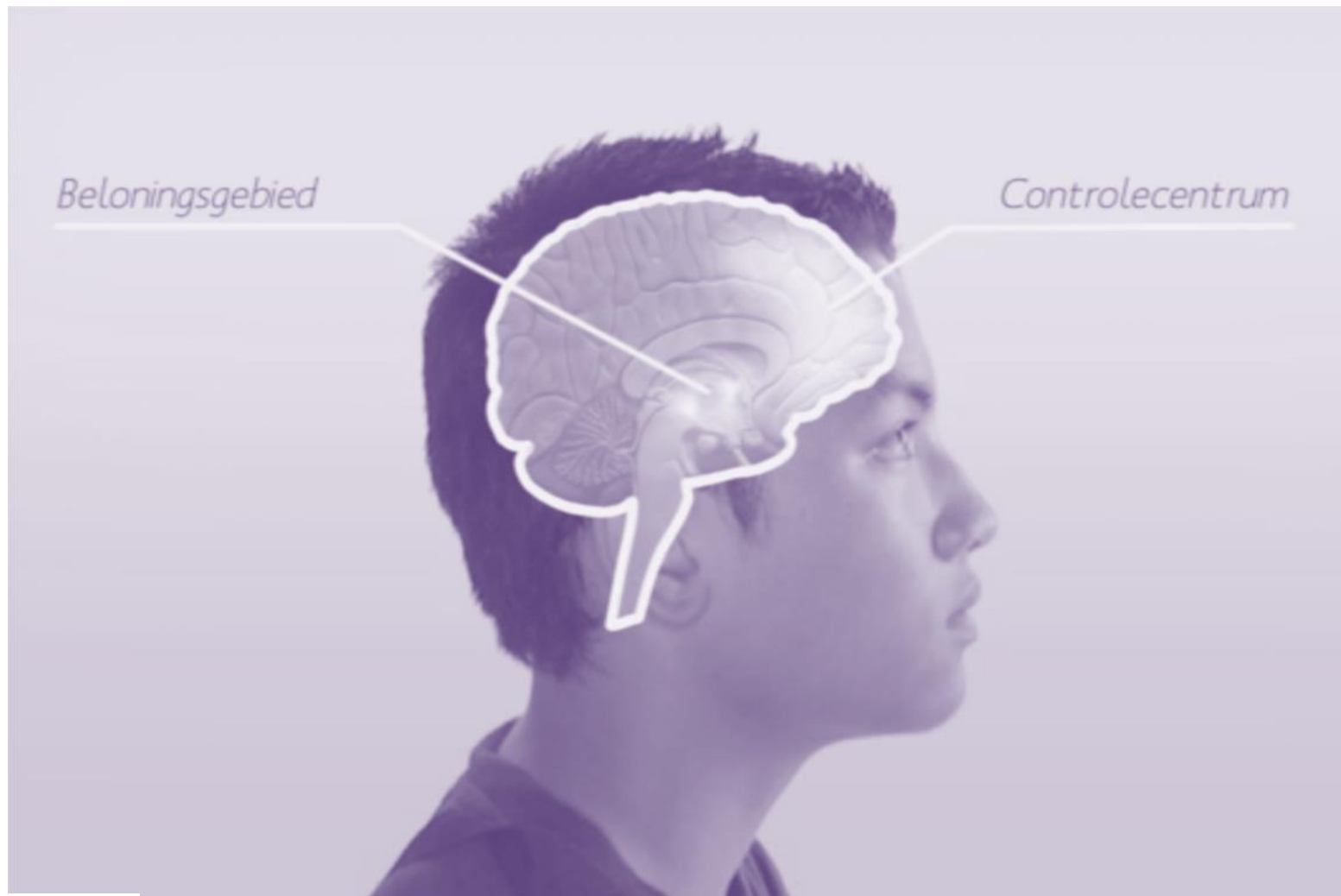
Bron: Social Media Onderzoek 2014

Verschil jongens en meisjes



Bron: Peilstationsonderzoek Trimbos 2011

Pubers en hun hersenen



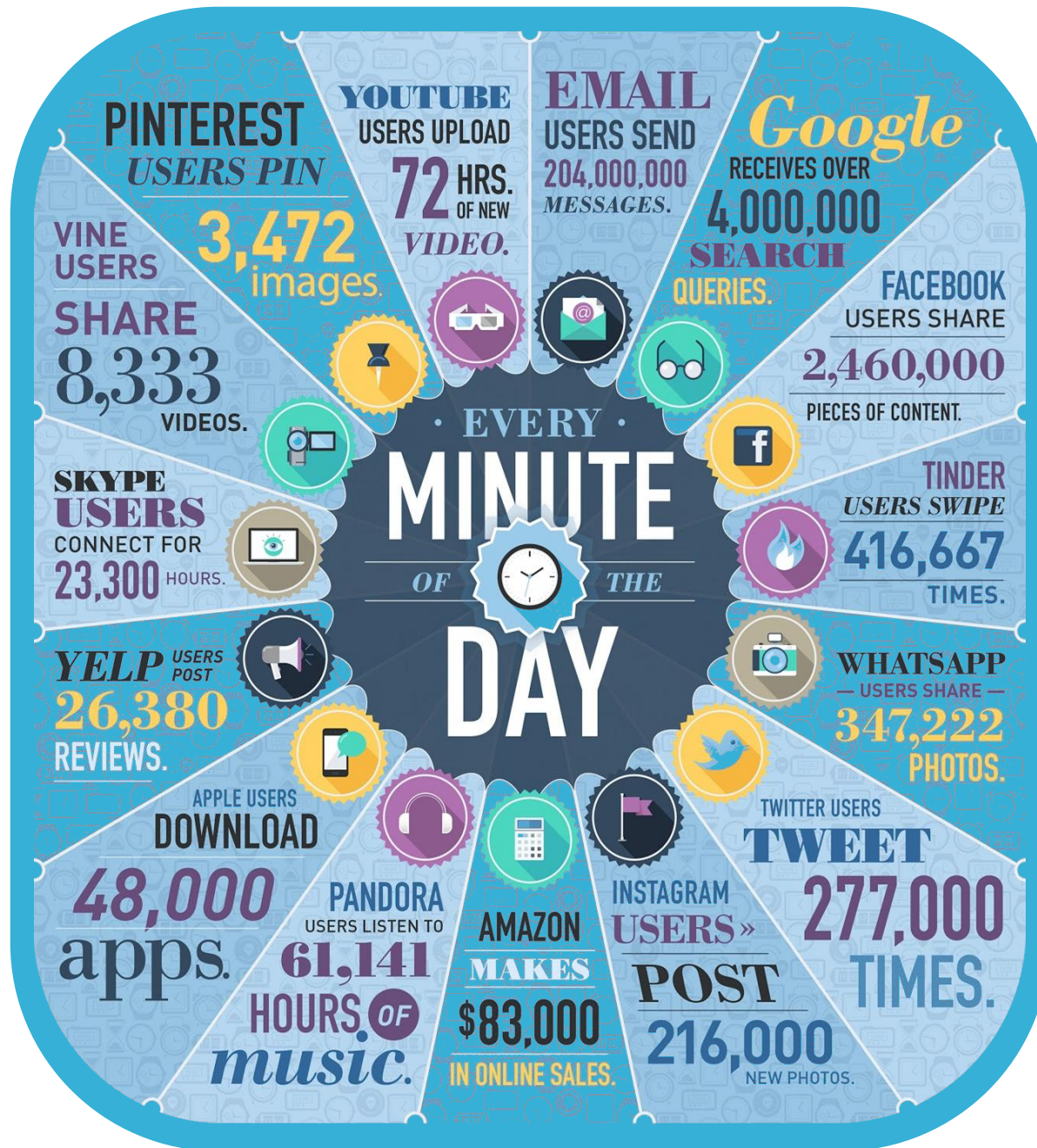
Een dagje zonder sociale media

Stel je voor een dagje zonder mobiele telefoon en internet.
Dus een dag geen sms-jes versturen, je Facebook checken,
niet bloggen, geen msn, nieuws volgen
of muziek luisteren.

Hoe zou een dagje zonder sociale media eruit zien?

Zou u dat kunnen?

Zou uw puber dat kunnen?



Veel pubers lijden aan

SMS

(Sociale Media Stress)

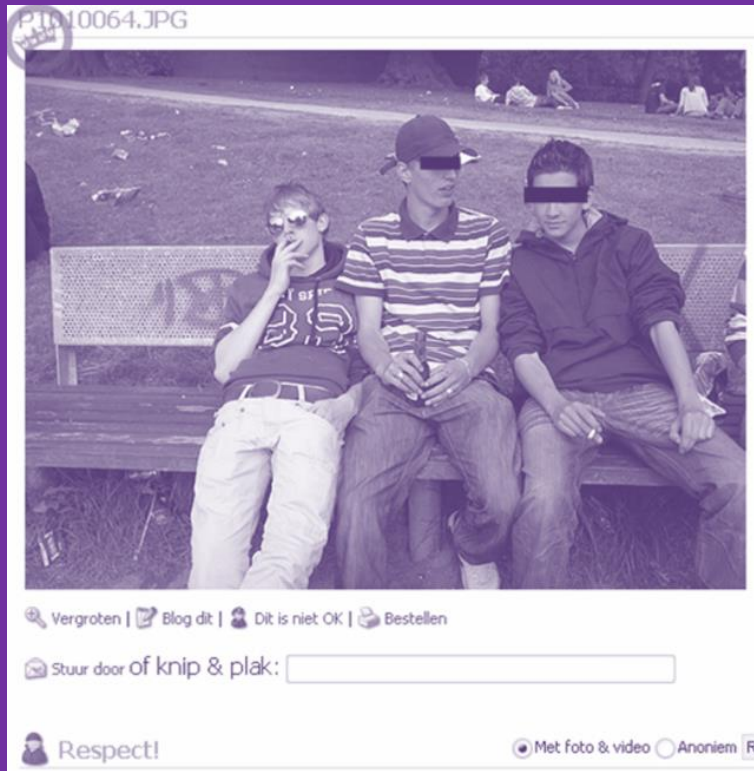
FOMO

(Fear Of Missing Out)

*“Ik trek s’ ochtends alleen
maar broeken aan waar
mijn mobieltje in de
zakken past!”
-Ron, 16 jaar-*

*“Ik lees niet echt op mijn
smartphone, ik screen
alleen of het belangrijk is of
niet en dan kijk ik er even
naar”
-Abel, 16 jaar-*

*“Jazeker, ook als ik in
gesprek ben met iemand
en er komt een bericht
binnen, dan kijk ik daar
toch eerst naar!”
-Floor, 15 jaar-*



Mijn zoon zet alles
maar op het internet
en denkt niet na
over de gevolgen
ervan.

*Hoe zorg ik ervoor dat hij
eerst na gaat denken
voordat hij iets op het
internet plaatst?*

Internet-etiquettes

1. Als je iets niet zou doen IRL, doe het dan ook niet in cyberspace.
2. Onthoud dat alles wat je online zet, online blijft!
3. Vermeld persoonlijke dingen alleen onder een nickname.
4. Zorg dat alleen je vrienden je profiel kunnen zien. Houd er rekening mee dat je profielfoto en -naam voor iedereen zichtbaar zijn.
5. Zet zonder toestemming geen gegevens of foto's van anderen online.
6. Accepteer alleen betrouwbare uitnodigingen van bekenden.
7. Check zo nu en dan je vriendenlijst. Hoort iedereen er nog bij?
8. Wees vriendelijk en attent en reageer vlot op krabbels en berichtjes.
9. Negeer ruzies en scheldpartijen. Als je wordt lastiggevallen, maak een schermafdruck en ga naar een volwassene.
10. Spreek nooit zomaar met iemand af die je online hebt leren kennen.

Pubers houden van vrienden!



"Ik zeg JA op elk verzoek op Facebook en als ik dan mensen in de stad tegenkom, doen ze net alsof ze echt vrienden van me zijn, dat voelt cool!"
-Lars, 14 jaar-



**Het mobiele telefoongebruik van mijn dochter
loopt de spuigaten uit. Dat ding staat 24/7
aan en gaat overal mee naar toe.**

Hoe kan ik dit veranderen?

“Van mijn moeder mag ik mijn smartphone niet meer aan tafel meenemen, zij wordt gek van al die piepjes!”

-Moniek, 15 jaar-

Regels stellen

“Ik vind het niet fijn als ik met mijn vriendje ben en hij de hele tijd met zijn vrienden aan het WhatsAppen is!”

-Anke, 16 jaar-

- Probeer de insteek positief te houden
- Neem uw verantwoordelijkheid (alsnog)
- Leg uit waarom u het nu wilt veranderen
- Realiseer u dat de mobiele telefoon tegenwoordig een andere plek inneemt
- Doe allemaal mee aan de nieuwe regel
- Maak afspraken met het hele gezin



**“Mijn zoon probeert zijn huiswerk te maken met
alle sociale media afleidingen om zich heen”**

*Hoe leg ik hem uit dat dit zonder
afleiding makkelijker gaat?*

Herkennen jongeren dit probleem?

JA

Stelling:

Ik kan mij minder goed concentreren als ik mijn mobiele telefoon aanhoud bij het huiswerk.

*35% VWO leerlingen, 32% HAVO leerlingen, 24% VMBO leerlingen
Is het met deze stelling eens!!!*

Bron: "Samen leren, tieners en sociale media" mijn kind online & kennisnet, 2013

Hoe houd je je puber bij de les?

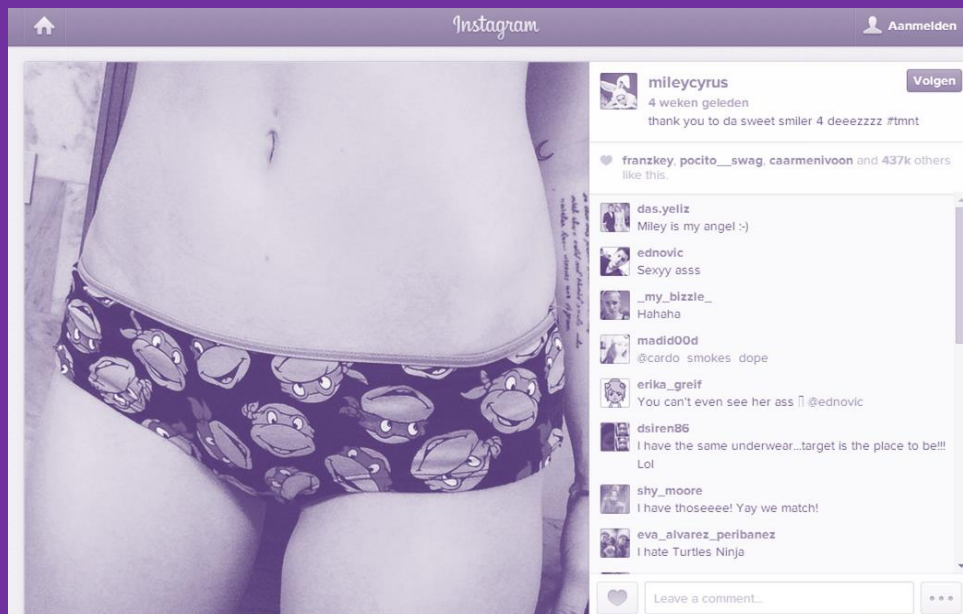
Laat pubers stoppen met

MULTITASKEN

Leer ze

CONCENTREREN

En leer ze inzien wanneer
iets wel of niet kan.



**Mijn dochter heeft pikante foto's
gestuurd via Facebook Messenger
naar een vriendje.**

Wat moet ik hiermee doen?

Wat is sexting?

Het versturen van seksueel getinte berichten
of pikante foto's of video's
(meestal via de mobiele telefoon)

Jongeren zien het zelf nauwelijks als online risico.

15% heeft wel eens online seksuele boodschappen ontvangen.

8% (jongens) en 4% (meisjes) heeft zijn borsten, billen of
geslachtsdelen laten zien voor de webcam.

Wat zijn de gevaren?

Wat online staat blijft online!

(18-) Kinderporno, dus strafbaar!

Verspreiding van de beelden zonder je toestemming

6% (jongens) & 2% (meisjes)

Cyberpesten

Wat kun je doen?

De beelden zijn nog niet verspreid:

1. Praat met je puber, leg de gevaren van sexting uit.
2. Vraag aan het vriendje (en zijn ouders) of hij de beelden wil verwijderen.

De beelden zijn al verspreid:

1. Ga naar www.meldknop.nl of www.helpwanted.nl voor meer informatie en meld dit.
2. Doe aangifte bij de politie.

[Home](#) » [Jongeren](#)

Ik wil meer info over...

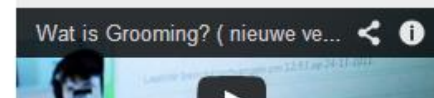


DIRECT MELDEN!

[Chat met Helpwanted.nl](#) ▶

[Vul het meldformulier in](#) ▶

Video's





Meldknop.nl



INSTALLEER DE MELDKNOP NU

IETS VERVELEND GEBEURD OP INTERNET?



PESTEN



SEKS



MISBRUIK



LASTIGGEVALLEN



Meldknop.nl is een initiatief van Digibewust en wordt ondersteund door de politie.
Let op: het doen van valse aangifte bij de politie is strafbaar.





Mijn zoon wordt gepest via sociale media. Hij wordt uitgescholden en bedreigd door een onbekende.

Wat kan ik er aan doen?

Meest voorkomende vormen van online pesten

- Beledigen, uitschelden of over iemand roddelen
- Kwetsende foto's of filmpjes plaatsen
- Stalken, bedreigen met geweld of chantage
- Misleiden; je anders voordoen dan je bent door een nepprofiel aan te maken
- Iemand's online identiteit stelen
- Privegegevens verspreiden
- Bangalijsten verspreiden
- Virussen sturen

Hoe weet ik dat mijn puber last heeft van cyberpesten?

Pubers praten niet graag

Let meer op algemene signalen

(moe, buikpijn, niet meer vrolijk, humeurig na computeren)

Ga het gesprek aan over cyberpesten

Aanpak cyberpesten I

Wat kan je pubers zelf doen tegen cyberpesten

- Uitloggen
- De pester blokkeren
- Pest-mailtjes negeren, niet antwoorden en niet terug pesten.
- Een print maken van het gesprek en aan jou laten zien.
Je kunt dan samen kijken hoe je het oplost.
- De beheerder van een website vragen de foto's of filmpjes onmiddellijk te verwijderen.
- Erover praten met vertrouwde mensen: vrienden, de mentor, een leerkracht, buren.
- Erover praten met andere jongeren op het forum van Digitaalpesten.nl.

Aanpak cyberpesten II

Wat kan je als ouder doen tegen cyberpesten

Tip 1: Praat regelmatig over veilig internetten

Tip 2: Vertel je kind waar informatie en hulp te vinden is

Tip 3: Vraag ook wat de school doet

Tip 4: Neem contact op met de politie en doe aangifte

Bij stalking, bedreiging, chantage of afpersing

Zorg altijd voor bewijs (print de tekst, de foto('s) of de website)!!!

Scholen hebben vaak een vertrouwenspersoon bij de politie.

Wees een **OEN**

(Open – Eerlijk – Nieuwsgierig)

Neem **LSD** en **NIVEA** mee

(Luisteren – Samenvatten – Doorvragen

Niet Invullen Voor Een Ander)

En...laat **OMA** thuis!

(Opvattingen – Mening – Advies)



Bij wie kunt u terecht

Linda van Delft

Gezondheidsbevorderaar GGD Hollands Midden

lvandelft@ggdhm.nl

Anneke de Knegt

Schoolverpleegkundige GGD Hollands Midden

adeknegt@ggdhm.nl

Jantine van der Plas

Preventiewerker bij Brijder Jeugd

06-20367566

en natuurlijk ook altijd bij

CJG Hazerswoude-Dorp

Lindehof 1

2391 DK Hazerswoude-Dorp

www.cjgalphenaandenrijn.nl

Downloads



www.mijnkindonline.nl