

Lastige onderwerpen, ingewikkelde vragen en moeilijke mama-thema's.
We willen ze niet pasklaar beantwoorden, maar wel bespreken.

ISSUE

Kinderen op social media

'HET GAAT OM HET MOMENT, NIET OM DE FOTO'

Kinderen vormen een dankbaar onderwerp voor foto's, filmpjes en verhalen op sociale media. Toch groeit de twijfel: Is 'sharenting' wel verstandig? Wat doet het met een kind, als ouders meer toeschouwer zijn dan deelnemer?

TEKST CHRISTINE STEENKS

Jessica Leenders deelt veel uit het dagelijkse leven van haar grote gezin met vijf dochters tussen de 0 en 12 jaar oud. Stephanie Osunwokeh-van Buitenen houdt haar kinderen het liefst buiten beeld. Beiden maken bewuste keuzes in wat ze wel en niet tonen op sociale media. Volgens Nathalie Korsman van Bureau Jeugd en Media begint het daarmee: bewustwording. 'Stel jezelf altijd de vraag: waarom deel ik deze specifieke foto van mijn kind? Denk ook na over welk voorbeeld je daarin wilt zijn voor je kind.'

FOTO'S VAN JE ONGEBOREN KIND

Wat vind je belangrijk in de relatie met je kind? Hoeveel privacy geef je het en kun je beelden ook anders delen, bijvoorbeeld onherkenbaar? Dat zou iedere ouder zich moeten afvragen, voordat hij of zij online beelden deelt, vindt Nathalie. 'Soms posten moeders foto's van hun ongeboren kind om



JESSICA:

'Ik wil anderen meenemen in een meer ontspannen manier van leven'

te laten weten dat ze zwanger zijn. De eerste echo's worden online gedeeld. Daarmee geef je een kind al een internetverleden, voordat het uit de buik is. Ik zeg niet dat dit goed of fout is, maar wees je ervan bewust!'

MEERWAARDE

Met haar YouTubekanaal en Instagram-account wil Jessica andere moeders inspireren en draagvlak creëren voor haar praktijk in oprichting, waar zij moeders coacht om een betere balans te vinden in werk, gezin en zichzelf. Haar kinderen zijn regelmatig herkenbaar in beeld, onder andere via een vlog op YouTube. 'Veel moeders cijferen zichzelf compleet weg voor hun gezin', vertelt Jessica. 'Ik wil hen motiveren juist goed voor zichzelf te zorgen, en laat zien hoe het anders kan met een andere aanpak en mindset. Zelf heb ik dat pas geleerd na twee retraitses en een cursus timemanagement. Ik wil anderen meenemen in een

meer ontspannen manier van leven. Het posten van persoonlijke foto's en filmpjes is niet altijd nodig, maar biedt vaak wel meerwaarde. Ik vraag aan de oudere kinderen altijd om toestemming, voordat ik beelden van hen deel.'

TERUGHOUDEND

Ook voor Stephanie kunnen beelden uit haar gezinsleven meerwaarde geven aan haar praktijk, waarin zij ondernemende ouders leert hun tijd goed te managen. 'Vandaag is mijn dochter onverwacht thuis, terwijl ik een grote klus moet afronden. Hoe doe ik dat? Bij Instagram-stories heb je beeld nodig. Toch ben ik terughoudend met herkenbare foto's van mijn kinderen en beperk ik die, bijvoorbeeld door het gezicht buiten beeld te laten of er een smiley op te plakken. Ik ben echt op zoek naar de juiste balans hierin, want soms zeggen mensen dat ik wel iets meer van mezelf mag laten zien. Ik blijf voorzichtig en wil mijn kinderen niet herleidbaar maken, voordat ze daar zelf voor kiezen.'

BLINDE VLEK

Los van de vraag of het plaatsen van foto's en filmpjes van je kinderen wenselijk is, baart vooral het mediagebruik van ouders Nathalie zorgen. 'Er zit een lokroep in de techniek, die maar weinig mensen kunnen weerstaan. Dat is de blinde vlek van veel ouders. Een dag biedt zo veel kansen om de band met je kind te versterken, als je tenminste niét je telefoon pakt! Ik vraag vaak: "Wat zou er gebeuren als je, in plaats van foto's te maken, nu eens met je kind speelt? Dat je van toeschouwer deelnemer wordt?" Wanneer je een foto maakt van een leuke situatie, zit die techniek tussen jullie in. Je bent dan meteen uit het moment. In de hele opvoeding is steeds minder ruimte voor wezenlijk contact tussen ouder en kind. Daardoor starten kinderen vaker met een taalachterstand op de basisschool en kunnen kleuters minder goed emoties lezen, vaardigheden die je leert door samen te spelen.'

'PURE CONNECTIE'

Jessica erkent het belang van 'pure connectie'. 'Het gaat om het moment en niet om de foto! Ik ben er dan ook zeker niet de hele dag mee bezig. Soms zet ik de camera op een statief, bijvoorbeeld toen



NATHALIE:

Wat zou er gebeuren als je, in plaats van foto's te maken, nu eens met je kind speelt?

onze oudste de kleine in bad deed. Dan kun je daar bewust je aandacht bij houden. Wij willen niet het perfecte plaatje laten zien; emoties mogen er zijn, maar kwetsbare momenten van de kinderen zet ik nooit online.'

'Familievlogs' zijn leuk om naar te kijken,' vindt Stephanie, 'maar ik vraag me wel af of een kind zo leert wat het echte leven is. Het is gewend aan een leven voor de camera ... Wat doet het met je, als er continu wordt gefilmd?' Volgens Nathalie wordt het natuurlijke gedrag van kinderen veel beïnvloed en gekaderd door de camera. 'Kinderen moeten een spontane opmerking nog eens zeggen voor de camera, maar als je gefilmd wordt, gedraagt je je anders.'

RELATIE

Wie zijn kinderen laat zien op sociale media, moet bedenken wat er met die beelden kan gebeuren, hoe ze overkomen, en wat de impact voor later is, vindt Nathalie. 'Je hebt daar niet altijd invloed op', benadrukt ze. 'Dat heb je wél op de relatie met je kind! De taalontwikkeling, emotionele ontwikkeling en hechting staan onder druk, wanneer ouders te druk zijn met hun smartphone. Baseer al je keuzes op de afweging: groeit hiervan de band met mijn kind? Daar draait alles om!'