

Internet

10 tips voor begeleiders in de verstandelijk gehandicaptenzorg

Voorop staat dat de mogelijkheden van het internet belangrijker zijn dan de risico's die je zou kunnen lopen.

Let op: Internetgebruik door cliënten is verschillend, hoe je hiermee omgaat is afhankelijk van de woonsituatie en de problematiek van een cliënt.

1. **Heb een positieve houding als het gaat om internetgebruik.** Ben je er bewust van dat de mogelijkheden die het internet te bieden heeft belangrijker zijn dan de risico's die je kan lopen door er gebruik van te maken. (Hierdoor komen cliënten ook eerder naar je toe als ze wat vervelends meemaken op het internet)
2. **Wees betrokken bij het internetgebruik van je cliënten,** stel vragen en ben nieuwsgierig naar wat je cliënten online doen. Doe dit zoals je ook naar hun werk/schooldag vraagt. En vraag een cliënt bijvoorbeeld eens om je wat uit te leggen of te laten zien.
3. **Geef cliënten zelf de regie.** Praat samen over dingen die je op internet tegen kunt komen. Praat over de leuke dingen en over de dingen die helemaal niet leuk zijn. Vraag wat de jongeren doen als het gebeurt en vertel dat ze altijd bij je terecht kunnen als ze wat meemaken.
4. **Leg uit dat niet alles echt waar is op het internet.** Ga eens samen achter de computer zitten en praat over wat je ziet. Je kunt dan voorbeelden geven van wie/wat niet echt is en wat wel.
5. **Praat regelmatig over het belang van privacy op internet.** Verdiep je bijvoorbeeld eens samen met je cliënten in de privacy instellingen van online diensten en sociale media.
6. **Praat met je cliënt over het feit dat een wachtwoord privé is** en oefen eventueel situaties waarin anderen om je wachtwoord kunnen vragen
7. **Praat met elkaar over virussen.** En laat de jongeren vertellen hoe je deze kunt oplopen en wat je kan doen om dit te voorkomen.
8. **Praat met je cliënten over het gebruik van foto's en filmpjes.** Vraag naar hun ervaringen en praat samen over wat er allemaal met beeldmateriaal kan en wat de consequenties daarvan (kunnen) zijn.
9. **Praat samen over hoe je je gedraagt op internet.** Op internet gelden dezelfde sociale gedragsregels als in het echte leven. Aardig zijn voor anderen, niet zomaar afspreken met iemand die je nog nooit in het echt gezien hebt. En vertel dat ze altijd bij je terecht kunnen als ze er iets vervelends gebeurt.
10. **Daar waar cliënten in de problemen komen maak je samen afspraken over internetgebruik:** overleg over tijd (wanneer en hoe lang), over geld (mag je geld uitgeven en hoeveel?) en over gedrag (hoe gedraag je je online). Je kunt deze afspraken ook opnemen in het persoonlijk begeleidingsplan. Probeer de afspraken zo te maken dat jullie er allebei achter kunnen staan.

Sommige begeleiders schamen zich voor hun het feit dat ze niet goed overweg kunnen met apparatuur of voelen zich handelingsverlegen om hiermee aan de slag te gaan. Dat is niet erg! Praat erover met collega's, laat je informeren door je cliënten die vinden het vaak bijzonder leuk om je dingen uit te leggen. En ga op zoek naar informatie over het onderwerp. Bijvoorbeeld www.newkidsontheweb.nl hier zijn filmpjes te vinden met handzame tips. Hoe meer je over het onderwerp te weten komt, hoe zekerder je je voelt om jongeren ook hierin voldoende te kunnen begeleiden

Idee: Organiseer eens een avond met cliënten en begeleiders over hoe je met sociale media je dromen waar kunt maken. Deel je ervaringen, vertel over mooie momenten en laat elkaar zien wat je allemaal kunt doen op internet. (Geïnspireerd op <http://www.tweetdreams.nl/>)