

VIJF TIPS VOOR EEN MEDIAWIJZE KLAS!

TIP 4: STIMULEER IMPULSCONTROLE

Kinderen komen dagelijks in aanraking met media. Het stimuleren van mediawijsheid is nodig om daar bewust mee om te kunnen gaan. Maar naast het ontwikkelen van kennis en vaardigheden, is het belangrijk om kinderen meer controle te leren nemen op de invloed die media heeft op hun gevoelens, gedachtes en gedrag. Zo leer je kinderen om vanuit hun eigen kracht bewuste keuzes te maken in hun mediagedrag. Onze Digitalig adviseur Bas geeft in een vijftal artikelen tips voor een mediawijze klas. In dit vierde artikel gaan we in op het **stimuleren van impulscontrole**.

In de macht van media

Leerlingen komen steeds eerder in aanraking met diverse soorten media. Zeker vanaf groep 6, waar veel leerlingen een eigen smartphone krijgen van hun ouders.

‘Pling! Ik kijk niet, ik kijk niet... Oké, heel even dan, alleen wat er op mijn scherm staat... Oeh, dat whatsapp berichtje op het scherm maakt me nieuwsgierig... Oké, heel vlug dan. Oeh, een grappig filmpje! Toch nog héél even kijken. Mijn huiswerk kan dadelijk ook nog... Maar er zijn meer van die filmpjes! Oké, eentje nog... En dan stop ik echt!’

Zelfs met de beste bedoelingen blijft het voor kinderen ontzettend lastig om weerstand te bieden tegen de impuls en emotie gedreven eigenschappen van media. Hoe leren we kinderen kritische en bewuste keuzes te maken? Hoe zorgen we ervoor dat kinderen controle hebben over media, in plaats van dat media de controle heeft over de kinderen?

Gedragsverandering gaat om mediakennis en -vaardigheden, maar ook om het stimuleren van impulscontrole en emotieregulatie. Probeer als leerkracht leerlingen hierbij te ondersteunen door hun ‘stop-en-denk’ competentie te versterken. Dit lichten we hieronder verder toe.

De REGIE-uitgangspunten van Digitalig: Impulscontrole stimuleren

Door de continue informatiestroom komen er veel prikkels op leerlingen af. Het is belangrijk om leerlingen te leren hun automatische reacties op deze prikkels te controleren en daarmee hun eerste impulsieve reacties tegen te gaan (Rozendaal, 2021). Dit kan de leerkracht doen door korte denkpauzes in te lassen, omdat op die manier cognitieve ruimte ontstaat om na te denken waardoor een beredeneerde reactie mogelijk wordt (Van de Sande et al., 2015). Om dit te begeleiden is het van belang om als leerkracht keer op keer stop-denk-doe gedrag te benoemen, te modelleren en samen te oefenen. Met behulp van herhaling van dit principe ontstaat gemeenschappelijke taal in de klas over de wijze waarop je het best kunt omgaan met de online wereld.

ONZE WETENSCHAPPELIJK ONDERBOUWDE REGIE-UITGANGSPUNTEN



Praktische tips voor de dag van morgen:

- Oefen met 'stop-denk-doe' in je klas. Geef leerlingen een korte pauze (een stop) om denktijd te creëren. Spreek daarbij bijvoorbeeld een duidelijk stopteken af, zodat leerlingen gaan herkennen wanneer ze even een denkpauze moeten nemen. Begin bijvoorbeeld fysiek met het moment van de pauze: niet meteen opspringen, maar eerst even denktijd nemen om te bepalen of je al klaar bent om naar buiten te gaan. Ditzelfde kun je doen met een afbeelding op het digibord of een vraag waarvan je weet dat die veel reacties oproepen. Geef een stopteken, laat leerlingen nadenken om vervolgens bewust en bedachtzaam te reageren.
- Laat leerlingen oefenen met regisseren middels het REGIE spel. Met het REGIE spel leren leerlingen van elkaar hoe media je kan helpen en hinderen in je leven. Leerlingen denken na over stop-en-denk reacties en gaan na of zij controle hebben over media, of media de controle over hen heeft. Onderaan dit artikel vind je een link met meer informatie over het REGIE spel.
- Maak samen met leerlingen afspraken waar iedereen achter staat, bijvoorbeeld via een poster die je in de klas kan ophangen. Formuleer met leerlingen 'als-dan' redeneringen, zoals: "Als er online iets vervelends gebeurt, dan ga ik offline en bespreek ik het in het echt." Laat leerlingen de 'dan' vooral zelf bedenken.

BEKIJK ONS REGIE-spel

Meer weten?

Wil je meer weten over mediawijsheid of het stimuleren van impulscontrole? Neem dan contact op met één van onze Digitalig adviseurs en informeer of Edux jou of jouw team kan ondersteunen.



Bas van den Brand

Adviseur

06 – 29 67 01 49

b.vandenbrand@edux.nl

Literatuurlijst

Rozendaal, E. (2021). Van mediawijsheid naar media-empowerment. Radboud Universiteit Nijmegen.

Geraadpleegd op 2 juni 2022, van

<https://www.mediaenmaatschappij.nl/images/artikelen/2017/Media-empowerment%20door%20Dr.%20E.%20Rozendaal,%20Radboud%20Universiteit%20Nijmegen.pdf>

Van de Sande, E., Segers, E., & Verhoeven, L. (2015). The role of executive control in young children's serious gaming behavior. *Computers & Education*, 82, 432–441.

<https://doi.org/10.1016/j.compedu.2014.12.004>