

Madonna met vier van haar kinderen: David, Estere, Stelle en Mercy.



Het gezin van Kim Kardashian en Kanye West, met kinderen Chicago, North en Saint.



Eva Longoria toont trots haar zoontje Santiago.



De zonen van Britney Spears, Sean Preston en Jayden James, zijn al grote kerels.



MET JE KROOST OP
FACEBOOK OF INSTAGRAM:
WEET WAT JE DEELT

Schaamrood op sociale media?

Ouders delen ze vaak met veel liefde op blogs, Facebook of Instagram: schattige babyfoto's en hilarische verhalen over hun kroost. Al zou het weleens kunnen dat het kind in kwestie daar in de toekomst helemaal niet zo blij mee is. Met enkele gouden regels vermijd je dat je over enkele jaren een beschaamde tiener in huis hebt.

Waar het hart van vol is, daar lopen Facebook, Instagram en ouderblogs van over. Schattige babyfoto's, grappige versprekingen van kleuters, knotsgekke blunders of dansjes van opgroeiende kinderen. Ook celebs zoals Madonna, Kim Kardashian en Jools Oliver surfen volop mee op deze trend. Via Instagram kan je Madonna's gezin op de voet volgen, met dansjes van haar vijfjarige tweeling Estere en Stelle of vakantiekiekjes van haar vollige kroost. Kim Kardashian strijkt dan weer meer dan het jaarloon van een president op met amper één Insta-

grampost. En daarvoor doen ook haar kinderen North (5), Saint (3) en Chicago (1) een stevige duit in het zakje met hun avonturen. Zus Kylie Jenner laat haar fans op haar beurt volop meegenieten van baby Stormi, die inmiddels bijna haar eerste verjaardag viert. En Jools, de vrouw van Jamie Oliver, deinst er niet voor terug om alle details van haar rijkgepulde leven met vijf kids bloot te leggen. In bed, in bad of vlak na de bevalling? Jools deelt het met haar volgers. Maar hoe trots ouders ook zijn op al die momentjes van gezinsgeluk, het kan hen op een dag zuur opbreken. Want niet elk kind is blij met al die aandacht. En nog minder met de bijbehorende pesterijen op school.



Ook Jessica Alba post regelmatig gezinsfoto's, met echtgenoot Cash Warren, dochters Haven en Honor, en zoontje Hayes.

EVELINE HOSTE

'Gebruik gewoon je gezond verstand'

'Tegenwoordig stoefen we over onze kinderen via de sociale media, maar als ouder moet je hierbij toch je gezond verstand gebruiken', zegt Eveline Hoste, die regelmatig een leuke foto post van haar kinderen Hélène-Victoire (12) en Nio-Lloyd (9). 'Je kan zelf wel wat in de hand houden wat je toont aan de buitenwereld. Maar je hebt er nooit volledig grip op, want foto's van school en sportverenigingen belanden ook vaak op Facebook of de website. Mijn kinderen zouden het trouwens heel raar vinden als ik niks over hen zou posten. Sociale media horen bij hun leefwereld. Mijn dochter heeft me wel al eens gevraagd om een foto van Instagram te verwijderen, omdat ze hem maar niks vond. Dat heb ik dan ook onmiddellijk gedaan. Hélène-Victoire heeft sinds twee jaar zelf een gesloten profiel op Instagram. 'Mijn dochter heeft gaandeweg geleerd waar de grenzen liggen, ook dankzij ons advies. Hélène-Victoire beseft goed dat het niet zo verstandig is om zomaar een halfbloote foto op internet te zwieren. Zoiets kan je je hele leven blijven achtervolgen.'



► Christie Tate, een Amerikaanse mamablogster, kreeg een storm van kritiek over zich heen na een opiniestuk in de *Washington Post*, waarin ze vertelt over de dag dat haar dochter van negen ontdekte hoeveel foto's en verhalen er over haar circuleerden op het internet. Dochterlief gaf mama een ferme veeg uit de pan. Tate vertelt dat ze zich ervan bewust was dat haar kinderen haar op een dag ter verantwoording zouden roepen voor al die blogs over hun slaap- en eetgewoontes, hun kledingstijl of de ruzies met schoolvriendinnetjes. Stoppen met haar blog en alles eraf gooien dan maar? Nee, dan zou ze zichzelf verloochenen. Dus probeert ze, als compromis, de verhalen over haar dochter tot een minimum te beperken en enkel foto's met goedkeuring te posten.

STEM ALTIJD AF MET JE KINDEREN

'De ouders van vandaag groeien zelf niet op in een digitale wereld, dus ze laten weleens wat steken vallen', zegt kinderpsychologe Wendy de Pree. 'Ook online moeten we onze kinderen beschermen. Een foute foto kan je jarenlang blijven achtervolgen. En met de komst van sociale media stopt het pesten niet meer aan de schoolpoort. Kijk maar naar de Nederlandse zangeres Anouk, die babyfoto's

van Instagram verwijderde omdat er zoveel racistische reacties op kwamen.'

Hoe je op internet best omspringt met je gezinsgeluk? Hiervoor zijn geen vaste regels. 'Het belang van je kinderen staat altijd voorop. Voorzichtigheid is de boodschap. Wees je ervan bewust dat, als je iets post, dit altijd op internet blijft staan. Bij baby's en peuters beperk je jezelf best tot vrij neutrale foto's. Deel zeker nooit intieme beelden, in bad of in een zwembroekje op het strand.' Kleine kinderen worden ook groot, en daar moet je als ouder rekening mee houden. 'Vanaf 8 jaar worden ze zelfbewuster en gaan ze zichzelf meer vergelijken met anderen. Post dan ook enkel beelden en verhalen waar je kinderen zelf hun toestemming voor geven. Vermijd het om schelmenstreken of gênante situaties te omschrijven. Daar kan je kind later om gepest worden.'

Kan je, om alle miserie te vermijden, beter niks posten over je kids? Ook geen oplossing, volgens Wendy de Pree. 'Kinderen groeien op met de sociale media. Door van kleins af een veilige, digitale omgeving voor hen te creëren, vergroot je hun weerbaarheid. Want op een dag zullen ze zelf plaatjes en verhalen willen delen. Hierover goede afspraken maken, is dan ook heel belangrijk.'

KINDERPSYCHOLOGE

'Wees je ervan bewust dat al wat je post op internet blijft staan'



TIANY KIRILOFF

'Ik vraag steeds de goedkeuring van mijn kinderen'

Tiany Kiriloff post geregeld mooie plaatjes van haar dochters Yelena (11), Eloise (9) en Otilia (2) op Instagram. 'Mijn sociale-mediaprofiel weerspiegelt mijn leven. In de weekends en vakantieperiodes komen mijn dochters dus af en toe in beeld. Net zoals ik mijn kinderen advies vraag over mijn modefoto's, vraag ik hen vooraf ook hun goedkeuring over onze gezinsfoto's op Instagram. Ik post niks dat ze afkeuren. Voorlopig zijn daar nog geen discussies over geweest. Ze zijn er natuurlijk wel zowat mee opgegroeid. En mijn volgers geven ook enkel positieve comments op die gezinsplaatjes.'

Tiany trekt wel grenzen in haar gezinsfeed. 'Ik zal nooit foto's van mijn kinderen in hun blootje posten. Of vervelende momenten, bijvoorbeeld als ze ruzie hebben. Dan ben ik ook niet bezig met mijn smartphone, maar met de kinderen.'

Volg Tiany op Instagram via @belmodotiany



ANKE MICHIELS

'Mijn moederliefde komt altijd bovendrijven'



Journaliste Anke Michiels deelt al meer dan drie jaar lief en leed over haar gezin in een column in het weekblad NINA. Haar drie zonen, Senne (15), Bas (13) en Lex (6) komen regelmatig aan bod. 'Toen ik met de column begon, waren ze nog klein en wisten ze amper waarover ik schreef. Mijn jongste zoon ligt er nog steeds niet van wakker. Bij de oudsten, die in hun puberjaren zitten, beginnen sommige thema's wel wat gevoelig te liggen. Op school of bij de handbalclub worden Senne en Bas af en toe aangesproken over mijn column. Dat vinden ze niet altijd even plezierig. Na een column waarin ik me zorgen maakte over Bas' gedrag op school, voelde hij zich erg geïsoleerd. Hij vond mijn verhaal echt niet kunnen en daarin moest ik hem gelijk geven. Ik had dat moeten overleggen.

Betrek je zonen niet bij je column?

Niet altijd. Ze volgen de column ook niet op de voet. Toen ik Senne, de oudste, anderhalf jaar geleden betrapte op het roken van een e-sigaret, heb ik hem op voorhand wel gevraagd of het in de column mocht. Nadat we het voorval in ons gezin hadden uitgepraat, had hij er ook spijt van. Senne vond een column best oké, omdat er een belangrijke boodschap in dit verhaal zat.

Zijn er verhalen over de jongens die je nooit zal delen?

Ja. Over verliefdheden, een eerste kus of lichamelijke ontwikkelingen zal ik nooit concreet schrijven. Ik wil mijn jongens niet in hun bloot gat in een boekje zetten. Dat zou beschamend zijn. Alles wat mijn

kinderen onzeker kan maken, is taboe. Ik schrijf sowieso nooit iets dat kwetst of hen belachelijk maakt. Mijn moederliefde komt altijd bovendrijven. Het gebeurt ook dat mijn zonen iets vertellen, maar meteen zeggen: 'Mama, hier niet over schrijven.' Die alertheid hebben ze ondertussen al. En ik respecteer hun grenzen. Als het verhaal over de jongens gaat, hebben ze vetorecht. Het ergste wat me kan overkomen, is dat ze me niks meer toevertrouwen.

Vinden je tienerzonen het sowieso nog fijn dat er over hen geschreven wordt?

Dat wel. Best grappig, want toen ik onlangs een boek met mijn columns uitbracht, merkte de middeleste op dat hij er nogal weinig in

voorkwam. Hoewel al die aandacht hen soms wat irriteert, verwachten ze aan de andere kant ook wel dat ik over hen schrijf. En ze vertellen ook vol enthousiasme aan mensen dat de NINA-column over hen gaat. Volgens mij zijn ze er dus toch een beetje trots op.

Zou je moeite hebben om ermee te stoppen als je kinderen niet meer aan bod willen komen?

Nee, al zouden de jongens wel met goede argumenten moeten afkomen. Als de column ooit stopt, ga ik er misschien wel gewoon mee door voor mezelf. Door met een vergrootglas naar mijn gezin te kijken, merk ik dingen op waar ik anders mogelijk aan voorbij zou gaan. Dat maakt het heel waardevol voor me. ■

TEKST: GLENDA SMITS