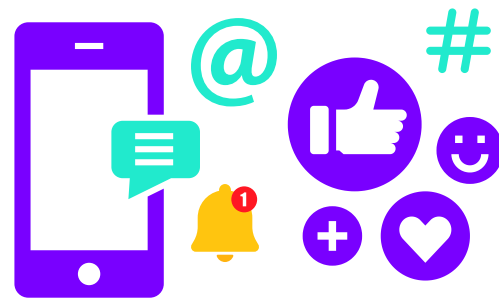


LIST PRE RODIČOV DETÍ NA ZŠ

Milí rodičia, vypracovali sme pre vás tento list, ktorý pre vás môže byť malou motiváciou, ako si poradiť s digitálnou dobou, v ktorej dnes vyrastajú naše deti. Skúsme sa rozhodnúť viac spoznávať svet, ktorý ich obklopuje, aj keď sme my vyrastali v inom. Ide o nevyhnutnú súčasť výchovy.



Dnešným deťom odborníci hovoria „digitálni domorodci“. Je to generácia, ktorá sa už narodila do digitálnej doby, moderné technológie sú pre ne samozrejmosťou. Je zbytočné im zakazovať technológie a spoliehať sa na to, že dnes budú žiť bez nich rovnako ako my starší kedysi dávno. Žiaden extrém nie je dobrý. Zakázané ovocie predsa chutí najviac... Pre mnohých rodičov je obrovskou výzvou zhovárať sa s dieťaťom. Nevedia si nájsť čas na pokojný rozhovor z očí do očí, s úprimným záujmom o ich svet – naučme sa s deťmi rozprávať aj o technológiách.



TIP: ČASOVÁ POMÔCKA



Kolko rokov má vaše dieťa? Tak toľko hodín mu môžete povoliť sledovať digitálny obsah za týždeň. Ak má 10 rokov, môžete mu dovoliť max. 10 hodín týždenne. Je na vás, či to bude menej počas týždňa a viac počas víkendu, ale je vhodné ten čas spoločne odškrtať. Mysli sa tu čas, keď dieťa hrá hru, pozerá rozprávku, videá, chatuje s priateľmi a pod. Samozreť, čím je toho času menej, tým lepšie. (odporúčanie WHO)

Dospeláci sa zvyknú vyhovárať na to, že nestíhajú sledovať všetky trendy, ktorými žijú dnešné deti, nepoznajú ich digitálny slovník, nevedia sa zorientovať v sociálnych sieťach, nemajú čas na takéto vzdelávanie. Najradšej by zastavili pokrok a celé si to zjednodušili. V dnešnej dobe však výchova bez vzdelávania sa v mediálnej oblasti nie je možná.

Nikdy však nie je neskoro pre zmenu vo výchove, aj keď máme pocit, že sme niečo prešvihli. Stále sa dá veľa napraviť, ak sa rodičia na zmene zhodnú, zjednotia a vytrvávajú. Ak sa však u vášho dieťaťa začne prejavovať závislosť od mobilu, neignorujte tento stav a radšej sa poraďte s odborníkom. Napríklad cez: www.digitalnirodičia.sk/pomoc

PREČO DETI MILUJÚ APPKY A SOCIÁLNE SIETE?

Lebo je to pre nich v prvom rade zábava, oddych, nekonečný priestor vytrhnúť sa z reality a zamestnať zmysly videom, zvukom, obrázkami, textami... Sociálne siete a aplikácie mladí považujú za nástroj komunikácie s priateľmi, tiež možnosť spoznať svet a byť "in". **Prízvukujte svojmu dieťaťu, že to, čo tam nachádza, nie je realita.** Na sociálnych sieťach sa každý snaží prezentovať čo najdokonalejšie. Za dokonalým záberom na fotkách aj videách sa neraz skrývajú dlhé chvíle nacvičovania póz.



Na internete vzniká aj množstvo kvalitného obsahu, ktorý dokáže mladého človeka povzbudiť, inšpirovať, vzdelávať, posunúť aj vo viere. Nemožno tvrdiť, že keď je dieťa online, tak iba svoj čas zabíja. **Ved' aj komunikácia cez internet, aplikácie a sociálne siete vie v dieťati prebudiť dobro, vie zlepšiť vzťahy, motivovať k dobrým činom a učiť správnym hodnotám.** No všetko má svoj čas. Mnohé sociálne siete sú určené deťom od 13 rokov. Vedme ich k tomu, aby si vybrali obsah, ktorý je kvalitný a určený pre ich vek.



Päť zásad digitálneho rodiča

(alebo Ako vychovávať dieťa v digitálnej dobe a nezbláznit' sa)

1. Uvedomujem si, že technológie sú obrovskou súčasťou dnešného sveta a že patria aj do života môjho dieťaťa. No nikdy nie sú pre našu rodinu prioritou. Každý deň sa preto starám o to, aby malo moje dieťa dostatok pohybu na čerstvom vzduchu, rozvíjalo vzťahy v kolektíve, čítalo knihy, zabavilo sa aj bez mobilu v ruke, ...
2. Nerobím z digitálneho sveta vedu ani bu-bu-bu, usilujem sa orientovať v technológiách a aplikáciách, ktoré dnes deti bavia. Spolu s dieťaťom hľadám spôsoby, ako digitálne médiá využiť na dobro a pomáham mu správne reagovať, keď sa k nemu cez ne dostane niečo zlé.
3. Uvedomujem si, že som ako rodič vzorom, že dieťa moje správanie týkajúce sa technológií napodobňuje. Preto sa vždy najprv venujem človeku vedľa mňa, až potom mobilu, tabletu, notebooku či telke. Svedčím tak o tom, že my ľudia musíme byť vždy páni nad technológiou, nie ona nad nami.
4. Skôr ako dám svojmu dieťaťu do rúk mobil, tablet či počítač, dohodnem si s ním pravidlá používania (časový limit, aký obsah má povolené sledovať) i možné následky porušenia týchto pravidiel.
5. Uvedomujem si, že som zodpovedný za svoje dieťa a za to, čo v mobile sleduje, preto sa nebojím mať nároky. Dieťa sa so mnou musí poradiť, keď si sťahuje z internetu čokoľvek nové do svojho zariadenia (aplikácia, hra, hudba) alebo si vytvára nový profil kdekoľvek na internete, najmä na sociálnych sieťach. Vyhýbam sa extrémnym postojom – prílišné zakazovanie technológií bez vysvetlenia či prílišná sloboda ich používania bez zdravej kontroly. Vzdelávam sa v mediálnej výchove a osvojujem si argumenty, keď treba dieťaťu niečo vysvetliť, napríklad prečo nepovoliť príliš agresívne hry či nevhodné videá.

POVEDZTE SVOJMU DIEŤATU:

„Internet je super nástroj, ale viem aj to, že tam môžeš ľahko naďabiť na veci, ktoré ťa zarazia, ktoré ti uškodia, ktoré ťa vystrašia, ktoré ťa budú priťahovať alebo aj manipulovať. Prosím, nevenuj takémuto obsahu pozornosť, ničím ťa to neobohatí, preklikni sa v sekunde preč. A nezabúdaj, vždy mi môžeš povedať čokoľvek o tvojich online zážitkoch, aj keď budeš mať pocit, že sa nahnevám.“

Je to iný prístup, ako povedať dieťaťu: „Nech ťa Boh chráni, keď narazím na to, že si videl nevhodný obsah.“ V realite je to, žiaľ, nemožné. V podstate je to podobne nemožné, ako ich 100 % ochrániť od zla a ťažkostí v každodennej realite...



„Rodičia ako prví a najdôležitejší vychovávateľia svojich detí sú tiež prví, ktorí ich učia zaobchádzať so spoločenskými komunikačnými prostriedkami.“

Ján Pavol II. 2004



Aj keď nás prekvapuje rýchlosť, s akou sa nové technológie rozvinuli, čo sa týka ich spoľahlivosti a účinnosti, nesmie nás prekvapovať ich popularita medzi ľuďmi, pretože zodpovedajú základnej ľudskej túžbe nadväzovať vzájomné vzťahy.“

Benedikt XVI. 2009



„Aj maily, esemesky, sociálne siete či čety môžu byť formou plne ľudskej komunikácie. Nie technológia určuje, či je komunikácia autentická alebo nie, ale ľudské srdce a jeho schopnosť správne používať prostriedky, ktoré má k dispozícii.“

František 2016

TIP: O (N)ETIKETE



Tak ako dieťa učíme v bežnom živote pozdraviť, poprosiť, poďakovať, pripomínajme mu dôležitosť slušnej komunikácie, aj keď má mobil v ruke. Napríklad:

- kedy sa nepatrí mať zapnuté zvonenie a prečo,
- kedy je nezdvorilé ťukať do telefónu,
- ako sa správať, keď nevhod zazvoní telefón,
- že nefotí či nekameruje cudzích bez dovolenia,
- ako si chrániť svoje údaje a súkromie pri online komunikácii a pod...

Niečo naučíte vy svoje dieťa a určite ono naučí niečo aj vás.