

Letak za roditelje

Suočavanje sa digitalnim medijima u svakodnevnom porodičnom životu



Deci je potrebna podrška da postanu medijski pismena. To znači sledeće: Roditelji moraju da ih podržavaju u korišćenju digitalnih medija na način koji je koristan, a ne štetan.

Koji su izazovi?

Vreme korišćenja – kada je previše?

Važno je da roditelji razmisle o tome koliko vremena njihovo dete treba da provodi sa digitalnim medijima. Podržavajte svoje dete u poštovanju ovih pravila. Svesno planirajte vreme bez medija. Smernice pružaju preporuke portala „Mladi i mediji“ (Jugend und Medien) www.jugendundmedien.ch

Sadržaj – Nasilje – Pornografija – Lažne vesti

Nasilje i pornografija su posebno problematični. Oboje može opteretiti i zbuniti decu – posebno kada ih niko ne nadgleda.

Ovde se od roditelja traži da deluju na dva nivoa:

- Da regulišu pristup sadržajima kod kuće i da razmisle o tome koje se igre igraju u porodičnom okruženju. Zaštitni programi mogu pružiti podršku, ali ne obezbeđuju dovoljan nivo zaštite.
- Zadatak roditelja je da prepoznaju strahove i nesigurnosti svoje dece, pruže im podršku i u svakoj situaciji budu spremni da ih saslušaju.
- Deca se na internetu suočavaju sa svetom u kojem sve izgleda savršeno. Potrebna im je pomoć kako bi mogli kritički da preispituju sadržaje koje vide. Razgovarajte sa svojim detetom o tome i pomozite mu da napravi razliku: Šta je realistično, a šta nije?

Vlastiti sadržaji

Deca moraju naučiti kako da bezbedno kreiraju vlastite sadržaje. Razgovarajte sa svojim detetom o sledećim osnovnim pravilima:

- Deliti samo ono što bi pokazali svima u školi
- Ne objavljivati fotografije drugih osoba bez njihove dozvole
- Pravila pristojnog ponašanja važe i na internetu

Zakon o maloletničkoj odgovornosti primenjuje se od 10. godine života.

Video igre i kockanje

Svetovi video igara i kockanja se prepliću. U početku, mnogi sadržaji deluju besplatno, ali zatim nude mogućnost da se potroši mnogo novca putem kupovina unutar aplikacije, pretplata, nasumičnih kutija sa nagradama (tzv. „loot box“) i slično.

- Roditelji moraju pomoći deci da razviju finansijsku pismenost i nauče da prepoznaju skrivene troškove.

Suchtprävention Aargau

Rain 41, 5000 Aarau

062 832 40 90, info@suchtpraevention-aargau.ch

Kako mogu da podržim svoje dete?

Deca mogu da se dobro razvijaju ako u svom okruženju imaju osobe koje se za njih interesuju, koje im daju smernice na koje mogu da se oslone i koje su prisutne kada se pojave problemi. Odnos poverenja i međusobnog uvažavanja između roditelja i deteta je osnova svega. Između ostalog, to znači:

Dogovoriti pravila

Pravila pružaju deci osećaj sigurnosti, čak i kada ih ne poštuju uvek. Dogovaranje tih pravila je odgovornost roditelja. O kojim je pravilima reč, razlikuje se od porodice do porodice. Zato se zapitajte šta je za vas lično od najveće važnosti. To je osnova za dogovor o odgovarajućem pravilu zajedno sa detetom.

Ako se pravilo ne poštuje, moguće je da detetu treba pomoć da ga bolje razume i primeni. Na primer, pitajte ga šta mu je potrebno da bi moglo da se pridržava pravila.

Kazne mogu dovesti do željenog cilja, ali na duže staze opterećuju odnos između roditelja i deteta. Detetu je potrebna osoba kojoj može da poveri i neprijatne stvari.

Omogućiti alternativna rešenja

Alternative i iskustva u stvarnom svetu i sa stvarnim ljudima su važni za razvoj deteta. Podržite svoje dete u sledećem:

- Učešću u aktivnostima bez digitalnih medija, kao što su igranje fudbala, sviranje muzike, planinarenje, igranje žmurke, posećivanje udruženja
- Učešću u aktivnostima s digitalnim medijima – uz kreativnu primenu. Time pokazujete da digitalni svet nije samo igranje igrice i društvene mreže, već i aktivnosti poput geokešinga (Geocaching) ili eksperimentisanja sa fotoaparatom i različitim perspektivama.
- Nije uvek potrebna alternativa. Podnesite detetovu dosadu. Osećaj dosade je važan. Na ovaj način, dete uči da se nosi sa negativnim osećanjima i može da razvije inicijativu.

Podeliti životno iskustvo

U tehničkom smislu, današnja deca i omladina su veoma vešta i često budu tri koraka ispred svojih roditelja. Međutim, potrebna im je podrška da bi mogli bezbedno da koriste digitalne medije i da procene šta je dobro za njih, a šta nije.

- Uključite se u to gde se vaše dete kreće u digitalnom svetu.
- Potrudite se da iskustva sa digitalnim medijima budu deo svakodnevnog razgovora.
- Neka vam dete pokaže šta igra. Igrajte zajedno.
- Preispitajte svoje sopstveno ponašanje. Kakav primer dajete?

Brinem se...

Ako ne znate kako dalje, ne oklevajte da se obratite stručnoj službi.

- Savetovanje o ovisnosti (besplatno i anonimno) www.suchtberatung-ags.ch / www.bzbplus.ch
- Socijalni radnik u školi / Uprava škole
- Školska psihološka služba

Više informacija možete pronaći na:

<https://suchtpraevention-aargau.ch/downloads-digitale-medien/>

