

RODIČOM DETÍ MATERSKEJ ŠKOLY

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, a keď sme my vyrastali v inom. Ide o nevyhnutnú súčasť výchovy.

Vaša škola



Ako s deťmi v digitálnom svete?

Dnešným deťom odborníci hovoria „digitálni domorodci“. Je to generácia, ktorá sa už narodila do digitálnej doby, moderné technológie sú pre ne samozrejmosťou. Veď len čo sa bábätko narodí, hneď vyťahujeme mobily a fotíme ho, kamerujeme, ťukáme správy o jeho narodení. Od malička tak dieťa vníma, že mobil patrí k životu, keďže ho my dospelí máme v rukách dosť často a venujeme mu pozornosť, vždy keď v ňom niečo ťukne.



TIP: EMOTIKONY - HÁDANKY

Zahrajte sa s deťmi príbehy s emoji



(príbeh o Noemovej arke)



+



(príbeh o hlúpom mužovi)

Je zbytočné zakazovať dieťaťu technológie a spoliehať sa na to, že dnes bude žiť bez nich rovnako ako my starší kedysi dávno. Žiaden extrém nie je dobrý. Zakázané ovocie predsa chutí najviac, preto aj tu platí, že mobil naveky nezakazujeme, ale ani ho vždy a všade (keď dieťa zaplače) nedovoľujeme. Možno sa aj vám stáva, že ak dieťa dobiedza, nakoniec ustúpime a dáme mu ten „digitálny cumlík“.

Správnemu psychosomatickému vývinu v tomto veku najviac prospievajú nedigitálne aktivity a blízkosť rodičov. Aj Svetová zdravotnícka organizácia (WHO) odporúča, aby sme dieťa v prvom rade viedli k fyzickej aktivite a chránili ich od závislosti od mobilu či inej technológie.

Preto je veľmi dôležité dieťaťu nastaviť pravidlá, ktorým rozumie.

Napríklad: Môžeš sa hrať na mobile, ak...

1. máš splnené všetky svoje povinnosti, na ktorých sme sa dohodli,
2. budeš s mobilom v blízkosti jedného z rodičov (neschovávať sa),
3. budeš mobil používať iba na to, na čo sme ti dovolili (neklikáť na iné ikony, nedvíhať hovor),
4. keď uplnie dohodnutý čas, mobil mamke/ockovi pekne vrátiš, poďakuješ za požičanie, nevyjednáváš,
5. odložíš mobil, keď k nám príde návšteva a podobne.



Dieťa je s mobilom zvyčajne tiché a spokojné, čas rýchlo uteká a ľahko sa môže stať, že sa nám to vymkne spod kontroly. **Nechceme však, aby naše dieťa pozeralo do mobilu pol dňa.**

Výbornou pomôckou je časovač. Využite budík, kuchynskú minútku či hodinky na rúre.

Nastavte čas a dieťaťu jasne povedzte, že sa môže s mobilom hrať dovtedy, kým nezazvoní budík. Keď sa ozve zvonenie časovača, dieťa má pár sekúnd na to, aby sa dohralo a mobil podalo naspäť rodičovi. Staršiemu dieťaťu môžeme napríklad vysvetliť, že má na mobil určených 20 či 30 minút. Ak po uplynutí času začne plakať a odmieta spolupracovať na vopred dohodnutom postupe, povieme mu, že zajtra tú dobu skrátime o 5 minút a určite nepoľavíme a nenecháme mu ten mobil dlhšie. Takto pochopí, že mu vyjednávanie, krik a plač nepomôže a že je lepšie dodržiavať rodinné pravidlá.



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 pánni 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. Zo spálne, z kuchyne či jedálne urobím nedigitálnu zónu, ktorá platí pre všetkých členov rodiny.

5. Uvedomujem si, že som zodpovedný za svoje dieťa a za to, čo v mobile sleduje, preto sa nebojím mať nároky.

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 nepovoliť príliš agresívne hry či nevhodné videá. Nenechám sa ľahko ovplyvniť, keď chce dieťa technológiu získať plačom, prosíkaním či sľubovaním zázrakov.

TIP: YOUTUBE KIDS

Zvykne vaše dieťa pozeráť YouTube? Viete, že je určený pre vek až nad 13 rokov? Napriek tomu, že niektoré z YouTube obmedzení sú prísne (zakázaný obsah sexuálneho alebo násilného charakteru), aj tak tam viete nájsť množstvo nevhodného obsahu. Preto vznikla detská verzia – aplikácia YOUTUBE KIDS, ktorá je označovaná ako „family friendly“, teda vhodná aj pre menších divákov. Táto detská verzia je bez reklamy, má časovač a obsah je rozdelený do viacerých vekových a obsahových kategórií. Ak už dieťaťu dovoľíte pozeráť online videá, uprednostnite pred YouTube-om aplikáciu YOUTUBE KIDS.



„Rodičia ako prví a najdôležitejší vychovávatelia 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: NAHRÁVKA

Každý lepší mobil má dnes v sebe diktafón alebo iný spôsob nahrávania hlasu. Skúste ním nahráť starých rodičov, ako deťom hovoria rozprávku. Aj keď budú od seba vzdialení, vďaka takejto nahrávke sa potom prenesú rovno k deťom do detskej izby. Môžete o to poprosiť aj tety, ujo a či krstných rodičov. Najdôležitejšie je, aby technológie zbližovali a prinášali radosť. Hercov z audiokníh tak nahradíte príbuznými, ktorých hlasy deti poznajú. Nezabudnite si tieto nahrávky dobre uchovať.

