

VODIČ ZA RODITELJE

Kada i koji pametni uređaj uvesti?

@isoc.me

www.internetsociety.me

Zašto je ovaj vodič važan za vašu porodicu?

U svijetu koji se brzo mijenja, pametni uređaji postaju sveprisutni u životima naše djece. Ovaj kratki vodič je osmišljen da vam pruži praktične savjete i uvide zasnovane na istraživanjima, kako biste donijeli najbolje odluke za svoje mališane u digitalnoj eri. Saznajte kako odgovorno i svjesno uvesti tehnologiju, čuvajući pritom sigurnost i dobrobit vaše djece.

1 Počnite sa „manje pametnim“ uređajem

Umjesto da odmah pređete na pametni telefon, razmislite o uređajima koji nude osnovne funkcije komunikacije bez potpunog pristupa internetu i društvenim mrežama.

Počnite jednostavno: Ako je djetetu potreban uređaj samo za pozive i slanje poruka, klasični telefon na preklop je odlična opcija. Nema pristup internetu ni društvenim mrežama.

Pametni satovi kao alternativa: Pametni satovi djeca mogu vidjeti kao "kul" uređaj. Oni koji omogućavaju komunikaciju sa određenim brojem prijatelja i članova porodice, ali ne otvara vrata svemu što nudi Internet.



Pazite na „naslijeđeni“ stari telefon

Stari telefon roditelja često nema nikakve kontrole i može djetetu dati neograničen pristup internetu i aplikacijama. Izbjegnite da takav “prosljeđeni” pametni telefon završi kod djeteta bez odgovarajućih podešavanja i roditeljskih kontrola.

2 Kada je pravo vrijeme za pametni telefon?

Ne postoji jedinstven odgovor, ali evo nekoliko smjernica:

Dogovorite se sa zajednicom roditelja

Razmislite o konceptu zajedničkog dogovora sa drugim roditeljima u školi da se sačeka određeni razred za uvođenje pametnog telefona. Ovo stvara „društveni ugovor“ koji smanjuje pritisak na roditelje pojedinačno.

Osim toga, grupni pristup funkcionije i za druge odluke, kao što je kada dozvoliti djeci Instagram ili Snapchat nalog.

Posmatrajte razvojne znake odgovornosti

- **Samostalno kretanje:** Veliki pokazatelj spremnosti je dijete koje se samostalno kreće javnim prevozom ili biciklom, van neposrednog komšiluka.
- Djeca koja preuzimaju brigu o mlađoj braći i sestrama ili su sama kod kuće, pokazuju nivo odgovornosti koji može ukazivati na potrebu ili spremnost za pametni telefon.
- **Svakodnevne obaveze:** Preuzimanje svakodnevnih obaveza, npr. poput učestvovanja u čišćenju kuće, takođe je pokazatelj da dijete može biti spremno za veći pristup digitalnim medijima.

Povežite privilegije koje pružate djetetu sa odgovornostima koje zahtijevate da ono ima.

Što više odgovornosti, to više privilegija.

Emocionalna regulacija i zrelost djeteta

Sposobnost djeteta da kontroliše svoje emocije u socijalnim situacijama je ključna za rukovanje aplikacijama, uključujući društvene mreže i video igre.

- **Mirni razgovori:** Dobar znak spremnosti jeste ako dijete može mirno i s poštovanjem da razgovara o pravilima korištenja pametnog telefona.
- **Pretjerane emocije:** Ako dijete postane previše emotivno ili ljuto kada se razgovara o ograničenjima, možda još uvijek nema emocionalnu regulaciju potrebnu za rukovanje složenim uređajem.

Razmislite da li dijete može da se nosi sa porukama i sadržajem na društvenim mrežama, razumije privatnost, zna da upravlja svojim vremenom i ima dovoljno socijalnih vještina za online interakcije.

3 Uzmite u obzir jedinstvene potrebe vašeg djeteta i porodice

Ukoliko imate više djece, znate i sami da vaš odnos neće biti isti sa njima – iz prostog razloga što su djeca različita, ali zato što ste i vi drugačiji u odnosu na ranije.

Svako dijete je jedinstveno i zahtijeva prilagođavanje pristupa u zavisnosti od specifičnih okolnosti u kojima se nalazite u datom trenutku.

Npr. djeca čiji su roditelji razvedeni ili jedan od roditelja radi u inostranstvu mogu imati posebne potrebe za komunikacijom i zahtijevati raniju kupovinu uređaja.

Nema univerzalnog rješenja – prilagodite odluku svojoj porodici.

Posebne smjernice za neurodivergentnu djecu

Neurodivergentna djeca (npr. djeca sa autizmom ili ADHD-om) imaju jedinstvene izazove kao što su međuljudska komunikacija i povećani rizik od anksioznosti, ali su i posebno nadarena za neke stvari kao što je jedinstveni pristup rješavanju problema, izražena kreativnost isl.

Upotreba uređaja može značajno varirati u zavisnosti od faktora kao što su npr. intelektualne poteškoće, oslanjanje na govor i slično. Neka djeca mogu preferirati telefonske pozive umjesto poruka zbog bogatijih socijalnih znakova.



Faktori za razmatranje

- **Sigurnost:** Za roditelje autistične djece, mogućnost lociranja djeteta u opasnoj situaciji može biti presudna i spasiti život.
- **Senzorne osjetljivosti:** Neka autistična djeca mogu imati senzorne osjetljivosti te nošenje pametnog sata u tim slučajevima može biti izazovno.
- **Pristupačnost:** Telefon može biti važan ne samo za društvene svrhe, već i za liste zadataka, kalendare i podsjetnike, što je može biti jako korisno za djecu sa ADHD-om.

- **Izazovi sa postavkama privatnosti:** Istraživanja pokazuju da adolescenti sa autizmom mogu biti oprezniji od vršnjaka bez autizma, ali imaju više poteškoća u navigaciji postavki privatnosti (npr. blokiranje neželjenih kontakata).

Savjet: Redovno pregledajte postavke privatnosti i sigurnosti zajedno sa djetetom. Nije dovoljno podesiti ih jednom prilikom kupovine telefona. Obavezno obratite pažnju na notifikacije i kako ih isključiti, jer one mogu donijeti neželjeni sadržaj.

- **Digitalna pismenost prilagođena interesovanjima:** Osobe sa ADHD-om imaju mogućnost hiper-fokusa. Pokušajte da iskoristite to za učenje o online zajednicama, pretraživanju materijala i korišćenju aplikacija. Međutim, obratite pažnju da dijete treba da percipira to kao zabavno, jer će u suprotnom biti izuzetno izazovno imati bilo kakav fokus.

Uvijek imajte na umu da su otvorena komunikacija i dosljednost ključni!

@isoc.me
www.internetsociety.me

Izvor

Alper, M. (2017). Giving Voice: Mobile Communication, Disability, and Inequality. MIT Press.

Clemente-Suárez, V. J., Beltrán-Velasco, A. I., Herrero-Roldán, S., Rodríguez-Besteiro, S., Martínez-Guardado, I., Martín-Rodríguez, A., & Tornero-Aguilera, J. F. (2024). Digital Device Usage and Childhood Cognitive Development: Exploring Effects on Cognitive Abilities. Children

Englander, E. (Moderator), Alper, M., Balkam, S., Heitner, D., & Milovidov, E. (2023). Ready, Set, Smartphone: A Guide for Families [Video webinar]. YouTube.

Green, L., Haddon, L., Livingstone, S., Holloway, D., O'Neill, B., & Stevenson, K. (2024). Digital media use in early childhood: Birth to six. Bloomsbury Publishing.

Heitner, D. (2016). Screenwise: Helping Kids Thrive (and Survive) in Their Digital World. New York: Penguin Random House.

Milovidov, E. (2020). Digital Parenting: The Ultimate Guide to Raising Kids in a Digital Age.