

Postavljanje početnih granica za upotrebu tehnologije i digitalnih medija

Razgovaranje o granicama oko tehnologije i digitalnih medija sa vašom djecom je ključno. Evo kako možete započeti taj razgovor i postaviti jasne okvire:

Želim da razgovaramo o našem pristupu postavljanju granica kada je u pitanju tehnologija i upotreba Interneta. Razmišljao/la sam da bi ovo moglo da bude nešto na čemu možemo zajedno da radimo, i želio/la bih da tvoje mišljenje bude uključeno u ove odluke.

Evo i nekih dodatnih pitanja i smjernica, ukoliko ti treba inspiracija da nastaviš razgovor:

- Da li misliš da postoje određeni periodi dana kada ne bismo trebali da koristimo uređaje ili telefone? Možda tokom porodične večere?
- Da li ti je važno da ja budem prisutan/na i da ne koristim uređaj ili telefon u određenim trenucima?
- Pametni telefon i mediji na njemu su zabavni i pružaju prilike za učenje, ali mogu biti i previše za savladavanje. I ti i ja učimo o tome zajedno. Želim da znaš da sam tu da ti pomognem u bilo kojoj situaciji koja može da se pojavi. Za sada bih volio/la da obratimo pažnju na nekoliko stvari, kao što su tvoj odmor i da li nailaziš na stvari ili imaš iskustva koja te stresiraju.
- Budući da mnogo vremena kada si na telefonu provodiš sam/a, provjeravaću sa tobom kako ti ide. Važno je da se osjećaš prijatno da iskreno razgovaraš sa mnom o tome.