Mediálne večery

rady ako lepšie
zvládnuť mediálne nástrahy
čihajúce na vaše deti

Katarína Neuschlová

Na začiatok by som rada poďakovala slečne Mgr. Paulíne Petkáčovej za pomoc pri tvorbe príručky a odborné usmernenie, vďaka čomu príručka ponúka komplexnejšie spracovanie tém a odbornejší pohľad na problematiku.

Príručka mediálne večery bola inšpirovaná 3 rokmi štúdia na Vysokej škole Cyrila a Metoda, odbor aplikované mediálne štúdiá, kde som až vtedy pochopila vážnu potrebu mediálnej výchovy v rodine.

Média plnia v spoločnosti niekoľko funkcií. Sú dobrý sluha, ale zlý pán. Je dôležité sa naučiť žiť v realite obklopovanej médiami a okrem toho túto mediálnu realitu prispôsobovať svojim vlastným potrebám, a preto sa do centra pozornosti dostáva mediálna výchova, ktorej cieľom je naučiť, ako k médiám pristupovať a ako ich využívať efektívne a s rozumom. Avšak okrem aplikovania mediálnej výchovy na hodinách v škole je potrené si uvedomiť, že deti sa do vzťahu k médiám dostávajú omnoho skôr ako sa v školách začnú učiť o ich nástrahách a rozumnom využívaní. Rodičia sa stávajú prvými vzormi pre svoje deti, a preto je dôležité, aby si túto zodpovednosť začali uvedomovať.

Nastáva potreba zvýšenia citlivosti na problém výchovy svojich detí k zodpovednému využívaniu médií. Na tomto základe je písaná aj naša príručka, ktorej úlohou je pomôcť rodičom sa svojej úlohy čo najlepšie ujať.

Mediálne večery

OBSAH

MEDIÁLNA VÝCHOVA
1.-4.

VIRTUTÁLNA REALITA
5.-10.

DETI A POČÍTAČOVÉ HRY
11.-14.

SOCIÁLNE SIETE
15.-18.

KYBERŠIKANA
19.-24.

MEDIÁLNA VÝCHOVA V RODINE

„Zmyslom mediálnej výchovy je rozvoj schopností kritického porozumenia médiám a spôsobilosti ich aktívnej recepcie. Pod mediálnou výchovou by sa nemala chápať výchova a vzdelávanie prostredníctvom médií alebo s pomocou médií. Mediálnou výchovou rozumieme vzdelávanie o médiách a o mediálnej komunikácií."

David Buckingham

RODIČOVSKÁ MEDIÁCIA

NEVYHNUTNÁ PRE 21.STOROČIE

Prvé miesto, kde sa deti zoznamujú s médiami, je doma v rodine. Tieto skúsenosti dieťa získava sledovaním rodičov a starších súrodencov pri ich spôsobe využívania médií. Napríklad pozeraním televízie, čítaním novín, počúvaním rádia, používaním smartfónov, hraním počítačových hier a podobne. Inak povedané, dieťa sa učí napodobňovaním. Preto mentálny a psychický vývin dieťaťa je ovplyvnený prostredím, v ktorom sa nachádza. Samozrejme, média sa stali veľkou súčasťou výchovy, pretože sú všadeprítomné. Výchova by mala viesť k pochopeniu toho, ako deti vnímajú a spracovávajú mediálne obsahy. Ako už spomína Matejček: „každé dieťa je individualitou, alebo jedinečnou ľudskou bytosťou. Ak chceme s rôznymi deťmi dosiahnuť ten istý cieľ, napríklad riadne ich vychovať, tak s nimi musíme zaobchádzať rôzne, práve s ohľadom na túto individualitu." Najviac by mal poznať svoje deti rodič. Preto rodinná mediálna výchova je dôležitá a mala by sa aplikovať v každej rodine. Ak dieťa má dovolené neobmedzene sledovať média, môže to viesť k nesprávnej výchove médiami. Deti majú tendenciu stotožňovať svoje vlastné situácie s mediálnymi obsahmi, hlavne ak majú nedostatok iných podnetov.

Pozitívne využívanie médií v rodine

Využívať médiá ako prostriedky posilnenia rodinnej komunikácie znamená, kontrolovane ich využívať napríklad na nadviazanie či udržanie kontaktu medzi členmi rodiny priestorovo vzdialenými. Veľký význam má spoločné využívanie médií a následné spracovanie videného mediálneho obsahu, ktoré má najčastejšie formu rozhovorov medzi členmi rodiny. Komunikácia o mediálnych obsahoch je prostriedkom zlepšenia kritérií deťom na posudzovanie kvality mediálnych obsahov. Výsledkom by malo byť poznanie, do akej miery média posilňujú etické, morálne a spoločenské normy správania, či rešpektujú základné ľudské hodnoty, alebo ich spôsobom zobrazenia skresľujú, znevažujú. Zvýšenie citlivosti detí, sproblematizovanie a v konečnom dôsledku odmietnutie nevhodných mediálnych obsahov má význam z hľadiska formovania mediálnych zručností detí a mládeže ako preventívnej sebaochrany pred negatívnymi mediálnymi vplyvmi. Rozvíjanie danej spôsobilosti jedinca je z dlhodobého hľadiska účinnejšie ako len sťaženie prístupu detí a mládeže ku škodlivým obsahom zo strany rodičov. Zamedzenie prístupu detí k nevhodným obsahom je však rovnako oprávnené rodičmi realizovať, obzvlášť u mladších, pokiaľ nemajú dostatočne rozvinutú schopnosť samostatne čeliť negatívnym mediálnym vplyvom. Deti by sa však mali postupne učiť vytvárať si istý druh „autoimunity“ voči nekvalitným mediálnym produktom. Z hľadiska potreby formovať hodnotiaci úsudok, svedomie detí a mládeže, aby dokázali rozlišovať medzi kvalitnými a nekvalitnými mediálnymi obsahmi a zabezpečiť pozitívny prístup detí k médiám.

Výber mediálnych obsahov

Výber mediálnych obsahov by mal byť zo strany rodičov robený starostlivo; odporúča sa, aby sa rodičia pred zhliadnutím diela s deťmi informovali z dobrých zdrojov o obsahu aj vzhľadom na výskyt negatívnych javov ako násilie, sexuálne scény, vulgarizmy, nemorálne príklady správania a mali odvahu vzdať sa po zvážení určitého diela, resp. ho nahradiť iným vhodnejším.
Je dôležité, aby dieťa pochopilo dôvody a prijalo, že odmietnutie určitého mediálneho obsahu je v súlade s jeho dobrými záujmami. Daný postoj si dieťa utvrdí a osvojí ako kritérium pre svoje mediálne správanie na základe vybudovanej dôvery k rodičom. V zásade platí, že pri výbere mediálnych obsahov, ktoré sa stanú predmetom recepcie, nie je účelné zámerne negatívne javy vyhľadávať, ba ani tolerovať, len aby sme na ne upozornili. Z hľadiska pozitívneho vývinu mladej osobnosti nie je žiaduce a ani potrebné upozorniť na výskyt brutálneho násilia, sexuálneho správania či nemorálne správanie osoby na základe priamej konfrontácie s danými obsahmi. Dané javy totiž neprimerane zasahujú do prežívania a intímnej sféry detí a môžu mať za následok psychické prejavy úzkosti, strachu, prebudenie žiadostivosti, či zmätok pri posudzovaní morálnej prípustnosti, či neprípustnosti určitej formy správania. Naopak žiaduce z hľadiska pozitívneho formovania osobnosti detí a mládeže je voliť mediálne obsahy (televízne programy, filmové diela) s pozitívnym posolstvom, v ktorých dominujú ľudské hodnoty ako: úprimné priateľstvo, súdržná, úplná rodina, láska medzi rodičmi a deťmi, solidarita k staršiemu alebo postihnutému človeku, úcta k životu, dôvera, pozitívna medziľudská komunikácia založená na pravdovravnosti, dôvere, rešpektovanie inej osoby napríklad z inej etnickej skupiny, či menšiny, rešpektovanie ochrany intimity človeka.

Rodinná mediálna politika

Kompetentné usmerňovanie detí v ich konzume médií predpokladá schopnosť rodičov stanoviť a realizovať tzv. „rodinnú mediálnu politiku“. To znamená určiť pravidlá využívania médií v domácnosti. Rodičia by pritom nemali zabúdať, že sú vzorom pre svoje deti pri využívaní médií.
Deti svoje mediálne návyky nadobúdajú predovšetkým na základe odpozorovaného mediálneho správania rodičov. Od rodičov sa požaduje zvýšenie ich znalosti a zodpovedný výber mediálnych obsahov. V tejto súvislosti sa odporúča zriadiť domácu mediatéku s kvalitnými knihami, filmami, počítačovými hrami, CD. Do výberu mediálnych obsahov a spôsobov využívania médií v rodine by sa mali aktívne zapájať i deti, čím sa posilňuje ich sloboda a vlastná zodpovednosť pri využívaní médií. Cieľom efektívnej realizácie „rodinnej mediálnej politiky“ je dosiahnuť rovnováhu medzi využívaním médií a inými aktivitami členov rodiny. Veľký význam tu má využiť voľnočasové aktivity na iné ako mediálne aktivity a podnecovať deti nahradiť konzum médií inou zmysluplnou činnosťou. ako je napríklad tráviť spoločne s deťmi viac času mimo dosahu mediálnej reality. Posolstvo pre všetkých rodičov: Naučte deti, aby si premysleli, čo spravia, a ak niečo nevedia, alebo niečomu nerozumejú, tak sa vás môžu opýtať.

ODPORÚČANÉ STRÁNKY

Projekt zodpovedne.sk vznikol v roku 2007 a je zameraný na bezpečné a zodpovedné používanie internetu, mobilných telefónov a nových technológií. V tejto oblasti sa zameriava na zvyšovanie povedomia, šírenie osvety a prevenciu pred trestnými činmi vo svete detí a mládeže. Ako jediný projekt na Slovensku je podporovaný Európskou úniou v rámci komunitárneho programu Bezpečný internet.
Ďalšia stránka je medialnavychova.sk, ktorej názov je IMEC. Ide o centrum mediálnej gramotnosti, ktoré vzniklo v roku 2010 z iniciatívy Fakulty masmediálnej komunikácie Univerzity sv. Cyrila a Metoda v Trnave. Hlavným zámerom projektu je prepojiť všetky iniciatívy mediálnej výchovy na Slovensku a poskytnúť odbornej i laickej verejnosti na jednom mieste komplexné a pravidelne aktualizované informácie o tejto problematike.

zodpovedne.sk

medialnavychova.sk

BUCKINGHAM, David. 2005. Media education. Literacy, Learning and Contemporary Culture. Polity Press, 2005
Aufenanger, Stefan: Familie und neue Medien. In Medien impulse, 2004, Heft 47
Spousta, Vladimír: Masmédiá jako sociálně-pedagogický problém. In Pedagogická revue, roč. 56, 2004
V. Kačinová, Rodina a médiá. XXIII. medzinárodný kongres rodiny. Ružomberok 5.-7. septembra 2008. Zborník zo svetovej vedeckej konferencie, ISBN978-80-808442-1-9
medialnavychova.sk
zodpovedne.sk

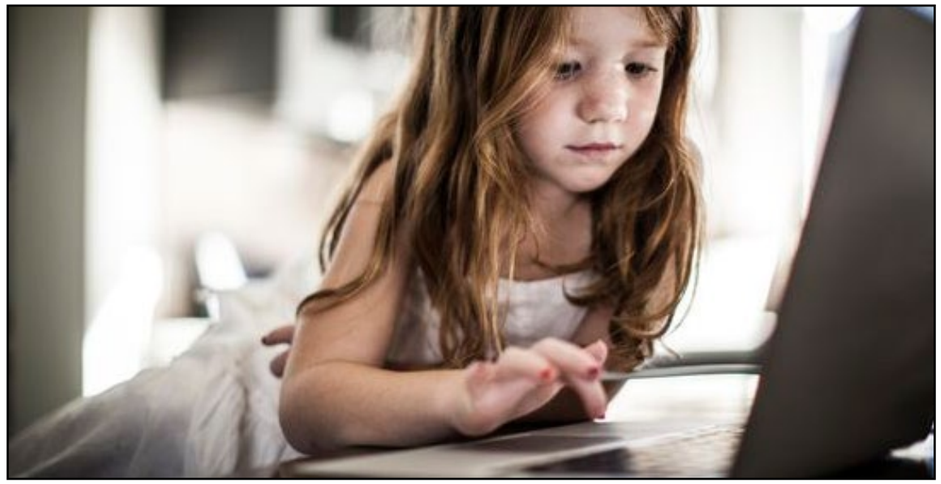
VIRTUÁLNA REALITA

Internetový svet je dynamický a pútavý - je to svet, kde sa stále niečo deje, kde sa dá zažiť napätie i zábava, kde sa deti môžu hrať, kde sa môžu stretávať s kamarátmi a rozprávať. Je to miesto, kde sa môžu samy prejaviť a tvoriť. Je to priestor, kde sa učia a získavajú nové informácie. Jednoducho je to médium, ktoré potrebujú a budú potrebovať pre svoj študijný i pracovný život.

VIRTUÁLNY SVET A DETI

OFF-LINE KOMUNIKACIA ČÍSLO 1.

V súčasnej dobe sú počítače, notebooky a smartfóny považované za médium bežného dňa. Internet v dnešnej dobe využíva čoraz väčšie množstvo ľudí. Používanie internetu prináša ľuďom nové možnosti napríklad v podobe rýchlej komunikácie alebo zdroja veľkého množstva dát. Je to až neuveriteľné, ale internet žije a vyvíja sa bez centrálnej autority. Aj keď jednotlivé počítače alebo internetové siete majú svojich vlastníkov, internet ako taký nikto nevlastní ani neriadi. V dnešnej dobe sa internet stal najväčším zdrojom informácií. Nájdeme na ňom všetko. Je to prostredie bez zábran. Užívatelia si môžu meniť svoju identitu, môžu ho využívať ako prostriedok odreagovania sa, zrelaxovania a zábavy. Mladí prostredníctvom internetu získavajú pocit, že sú odvážnejší, výrečnejší a otvorenejší. Veľa k tomu prispieva to, že sa nemusia držať nijakých pravidiel a môžu naplno prejaviť svoje názory a pocity. Avšak tieto možnosti, ktoré virtuálna realita ponúka, má aj svoje tienisté stránky, medzi ktoré môžeme zaradiť okrem iného zraniteľnosť alebo závislostné správanie na internete.



Faktory ohrozujúce deti

Dôverčivosť a naivita

Deti majú malo skúseností s tým, že by im niekto ublížil, a preto ani v prostredí internetu sa s týmto problémom nestotožnili.

Poslušnosť voči autoritám

Deti, ktoré sú vedené k slepej autorite k dospelým, nevedia rozlíšiť v prostredí internetu, či správanie dospelého je kladné alebo záporné, a preto sa nevedia včas brániť.

Pravdovravnosť

Deti vedieme k tomu, aby hovorili pravdu, preto je pre ne nezrozumiteľné, ak od nich chceme, aby na internete neuvádzali skutočné informácie. Treba im vysvetliť, že ich osobné údaje by mohli byť zneužité. Netreba ich učiť vymýšľať si údaje o sebe, najlepší variant je viesť ich k tomu, aby svoje dôverné informácie jednoducho nezverejňovali.

Zvedavosť

Ak je pre deti niečo neznáme alebo dokonca zakázané, tým ich to viac láka.

Dobro a zlo

Deti rozlišujú veci len na dobré a zlé, pravdu a klamstvo, dôveru alebo nedôveru. Nevedia pochodiť pojmy čiastočná pravda, že niečo platí za určitých okolností.

Závislosť na internete

- Deti žijú vo svete, kde im veľa toho, čo a ako majú robiť, určujú iní – rodičia, učitelia, vychovávatelia. Dostávajú sa do situácií, ktoré môžu len málo ovplyvniť (napr. rozvod rodičov alebo zmena bydliska). Vo virtuálnom svete zrazu zažívajú pocit kontroly nad svojím svetom, ktorý si môžu utvárať podľa seba, samé.

ŽIVOT BEZ ZÁVISLOSTI JE KRAJŠÍ AKO PÔŽITKY, KTORÉ DÁVAJU PUTÁ. VOĽBA TAKÉHOTO RIZIKA VEDIE K STRATE NEZÁVISLOSTI A SLOBODNEJ VÔLE.

Ako vznika závislosť?

V prípade závislosti je predovšetkým dôležité pochopiť príčiny jej vzniku, pretože závislosť je len dôsledok nejakého problému. Preto sa niektoré deti môžu stať závislé a iné nie. Väčšinou závislosťou si deti zapĺňajú určitú potrebu, napr. nedostatok pozornosti rodičov alebo chýbajúce kamarátske vzťahy v realite.
Caplan uvádza, že riziko závislostného správania na internete je zvýšené predovšetkým u detí s psychosociálnymi problémami, akými sú najčastejšie depresia, osamelosť či sociálna úzkosť. V ich dôsledku tieto osoby vnímajú vlastné sociálne kompetencie negatívnejšie, a preto preferujú sociálne interakcie cez internet. Majú pocit, že on-line komunikácia je pre ne menej ohrozujúca a umožňuje im väčšiu kontrolu nad informáciami, ktoré o sebe prezentujú. Takáto preferencia on-line kontaktov vedie k nadmerným on-line sociálnym interakciám, ktoré na druhej strane zhoršujú ich sociálne kompetencie a vedú k vzniku problémov doma, v škole a neskôr v zamestnaní.

Ako sa prejavuje?

Premýšľaním o predchádzajúcich aktivitách na internete alebo o tých budúcich.

Potrebou používať internet v čoraz dlhších časových úsekoch, aby užívateľ dosiahol uspokojenie.

Neúspešnými snahami kontrolovania, prerušovania alebo zastavovania používania internetu.

Nepokojným alebo podráždeným správaním pri pokuse o prerušenie používania internetu.

Prekračovaním pôvodného plánovaného času pripojenia k internetu.

Používanie internetu ide na úkor ohrozenia a straty vzťahu, kamarátstva, neúspechov v škole, v zamestnaní.

Klamaním členom rodiny, učiteľom, terapeutom alebo ďalším osobám na zastieranie nadmerného používania internetu.

Používanie internetu ako spôsob úteku od problémov alebo snaha zbaviť sa zlej nálady.

Závislosť od internetu najviac ohrozuje deti. Čím sú mladšie, tým je toto riziko väčšie. Detstvo a dospievanie je citlivým vývinovým obdobím, pretože počas tohto obdobia dieťa potrebuje získať zručnosti a schopnosti, ktoré sú nevyhnutné pre jeho začlenenie do spoločnosti.

Ako jej predchádzať?

Čas na internete plynie rýchlo, deti si ani neuvedomujú, koľko času na ňom strávia. Kladné vplyvy má stanovenie si pravidiel o používaní internetu. Určenie času, kedy dieťa môže hrať, surfovať na internete a tiež práva a povinnosti, ktoré bude dodržiavať. Presvedčiť deti premýšľať o nepríjemnostiach, ktoré z nadmerného času na internete vznikajú. Okrem toho ich tiež doviesť k uvedomeniu si, čo všetko by mohli urobiť v tom čase, ktorý strávili na internete. Prekonať závislosť nie je ľahké, preto okrem opory, ktorú dieťaťu ponúknete, pri pomoci s liečbou sa môžete obrátiť na linku odborníkov „Pomoc.sk“. Ide o linku poradenstva pre zodpovedné používanie internetu, mobilnej komunikácie a nových technológií, kde môžete využiť telefonické, četové a emailové poradenstvo.

Treba si uvedomiť

V prvom rade je dôležité svet internetu poznať, pretože z neznámo máme strach. Čím menej niečo poznáme tým hrôzostrašnejšie a nebezpečnejšie sa nám to zdá byť. Je dôležité dobre porozumieť tomu, pred čím a prečo ideme chrániť svoje deti.

Prevencia ochrany

Faktor, ktorý najviac ovplyvňuje prevenciu od negatívnych javov ako je závislosť, alebo nebezpečenstvo na internete, je dobrý vzťah rodiča s dieťaťom. Je dôležité mať záujem, rozprávať sa spoločne, byť dobrým vlastným príkladom, vysvetľovať a taktiež sa snažiť pochopiť a mať spoločné aktivity. Dieťaťu je potrebné dávať príležitosti porozprávať vám o jeho obľúbených stránkach a aktivitách na internete. Prostredníctvom toho pochopíte, čo sa mu páči a čo ho láka. Rozhovormi dieťa podporíte, aby chodievalo za vami pravidelne a rozprávalo o jeho pozitívnych, ale aj negatívnych zážitkoch. Ďalej je dobré si dohodnúť a dodržiavať určité pravidlá používania internetu, ktoré následne musíte dodržiavať aj vy. Tieto pravidlá by ste si mali dohodnúť spolu s dieťaťom. Je dôležité v rozhovore dieťa brať ako partnera. Dieťa potrebuje, aby ste mu prejavili dôveru, že sa dokáže rozhodnúť a správať zodpovedne. V prípade, že urobí chybu treba si uvedomiť, že je to normálne, aj my dospelí ich robíme. Dôležité je, aby sa z chýb poučilo. Nie je dobré aktivity na internete len autoritatívne zakazovať, pretože mu naznačujete, že ho považujete za hlúpeho. Taktiež nie je dobré poza chrbát kontrolovať jeho správanie na internete, pretože tým porušujete dôveru a predpokladáte, že aj tak urobí zle. Týmto by ste dosiahli presný opak. Tento spôsob vzdelávania nedokážu nahradiť ani tie najlepšie rozprávky, tie môžu byť užitočnou pomôckou.

Pri rozprávaní s deťmi treba myslieť na to, že je potrebné sa priblížiť k ich svetu, mysleniu, slovníku a predovšetkým k vývinovému štádiu. Riziká, ktoré súvisia s internetom, ešte nemusia byť jasné deťom v predškolskom alebo mladšom školskom veku, pretože sa s nimi ešte nestretli, ale treba sa snažiť nájsť najzrozumiteľnejšie riešenie. Napríklad, ak niekto žiada od nich odhalené fotky, že nech také nikomu neposkytujú, pretože potom sa im kamaráti za to budú smiať. Treba deti naučiť premýšľať o správaní sa na internete, a ak niečomu nerozumejú, že sa vás vždy môžu opýtať.

Internet je užitočné médium, ktoré prináša veľa nových pozitívnych možností. Tieto ďaleko prevyšujú jeho riziká, preto je potrebné ich podporovať a učiť vedieť využiť vo svoj prospech.

ODPORÚČANÉ STRÁNKY:

Cieľom združenej linky pomoc.sk je koordinovaná pomoc, poradenstvo pre zodpovedné používanie internetu, mobilnej komunikácie a nových technológií. Linka pomoci vznikla združením Linky detskej istoty, Linky pomoci projektu Zodpovedne.sk a Linky detskej dôvery. Cieľom linky je zastrešiť aj ďalšie projekty, ktoré prevádzkujú alebo plánujú spustenie telefonického, chatového či emailového poradenstva a tak spoločne skvalitniť a zefektívniť poskytované služby.

pomoc.sk

pomoc.sk

BEARD K. W., WOLF E. M.: *Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction. Cyberpsychology & Behavior*, 4, 2001, 377-383

VONDRÁČKOVÁ P., VACEK J.: *Sociálna prevenciam*, Univerzita Karlova, 1. lekárska fakulta, Psychiatrická klinika 1. LF UK a VFN,Praha, Česká republika, ISSN 1336-9679

PETRANOVA D.:*Mediálna vychova pre učiteľov stredných škôl*, ISBN 978-80-8105-248-4

CAPLAN S. E.: *Preference for online social interaction: a theory of problematic internet use and psychosocial well-being*. Communication Research, 30, 2003, 625-648.

http://pomoc.sk/ | http://zodpovedne.sk/ | http://sheeplive.eu/sites/default/files/prirucka_rodicia_a4_0.pdf

DETI A POČÍTAČOVÉ HRY

Hry podporujú kreativitu, interakciu a môžu hrať dôležitú úlohu v sociálnom a intelektuálnom rozvoji. Taktiež pomáhajú nováčikom pri vstupe do sveta technológií a podporujú záujem o informačné a komunikačné technológie. Keďže hry vyžadujú od detí, aby dodržiavali pravidlá a pokyny, zvyšujú ich schopnosť sebadisciplíny a autonómie. Skladačky, stolové, dobrodružné a prieskumné hry ponúkajú príležitosti na rozvoj zručností strategického myslenia a riešenia problémov.

HRY MÔŽU VZDELÁVAŤ

UŽ AJ AKO SÚČASŤ KULTÚRY

Všetkého veľa škodí a pri počítačových hrách to nie je inak. Ak má človek niečoho priveľa, v jeho organizme to spôsobuje nerovnováhu. V prípade detí sú potrební rodičia, ktorí musia danú mieru odhadnúť a vyhnúť sa podráždenosti, alebo začínajúcej závislosti detí na hrách. Z hľadiska dôležitosti je najvýznamnejším kritériom práve konflikt. Je potrebné si všímať ako dieťa reaguje, pretože jeho prítomnosť pomáha identifikovať, či ide u detí len o nadmerné hranie alebo už o závislosť. Keď spomíname závislosti, väčšinou tým myslíme excesívne hranie. V tomto prípade ide o hranie, ktoré zo života dieťaťa vytláča jeho ostatné aktivity. Nedá sa pritom hovoriť o závislosti , ale skôr ide o problematiku životného štýlu dieťaťa. Ak dieťa trávi pri počítači veľkú časť svojho voľného času, rodičia by mali zasiahnuť, pretože rozmanitá paleta aktivít je potrebná pre jeho zdravý vývin. Avšak úplné vypustenie hrania nie je riešením . Stačí, ak doba hrania neprekročí 1/3 voľného času dieťaťa.

Koľko hodín denne hrať hry

Vhodný čas strávený hraním hier deťmi je individuálny. Ak má dieťa voľného času veľa, je potrebné ho vyplniť rozmanitými aktivitami, pričom do hrania hier môže investovať viac času. Takže ak má dieťa iba hodinu voľného času denne, nemalo by investovať do hrania viac ako 20 minút. Naopak, ak má denne 9 hodín voľného času, môže do hrania investovať 2 až 3 hodiny. Dostatok priestoru na svoje povinnosti, na rodinu a stretávanie sa s rovesníkmi, má pozitívny vplyv, pretože hranie pre dieťa je iba jednou z mnohých aktivít. Týmto spôsobom sa učí vo všetkom mať mieru.

Deti potrebujú vedieť

Dieťa by malo pochopiť, že hry sú určené na oddych a zábavu. Neslúžia ako nástroj na únik pred problémami z reálneho sveta. Ak sa dieťa snaží ujsť prostredníctvom hier pred problémami, takto ich nevyrieši, jedine odkladá, poprípade prehlbuje. Dôležité je hrať s mierou, pri hraní si robiť pravidelné pauzy. Hry nie sú základnou súčasťou života dieťaťa, sú aktivitou, ktorá má dať dieťaťu možnosť zažiť niečo nové a zaujímavé, ale nie na úkor iných aktivít.

Rodičia by mali robiť

Pravidelnou komunikáciou a záujmom o aktivity svojho dieťaťa sa najlepšie rodič vyvaruje negatívnych vplyvov hier. Dobré otázky pri komunikácií o svete hier, ktoré dieťa hrá, sú typu „Čo hráš?“ a Prečo hráš?“ táto cesta vedie k prehĺbeniu si vzťahu medzi rodičom a dieťaťom. Okrem toho prostredníctvom konverzácie rodič zistí, ako hranie dieťa prežíva. Dieťaťu by mal byť vysvetlený problém závislosti, aby mu bolo jasné, kedy sa začína pozitívny význam hrania vytrácať. Dieťa musí vedieť, že ak začne zanedbávať svoje ostatné aktivity (školu, kamarátov, povinnosti, stravovanie, spánok a telesný pohyb), tak je ihneď potrebné znížiť dobu hrania.

EDUTAINMENT - OZNAČENIE DIGITÁLNYCH HIER, KTORÉ POUŽÍVAJÚ ZÁBAVU AKO PROSTRIEDOK NA VZDELANIE.

ODPORÚČANÉ STRÁNKY:

Projekt Víčatá.sk je zameraný na hry. Jeho cieľom je prinášať názory odborníkov, recenzie na videohry, ale aj odpovede na často kladené otázky tykajúce sa danej problematiky. Snaží sa vytvárať otvorenú generáciu rodičov, ktorá by bola schopná zodpovedne a triezvo pristupovať k rozvíjaniu vzťahu dieťa a videohry. Ich cieľom je vidieť a podávať aj pozitívne stránky hier.

Stránka pegi.info/sk obsahuje systém vekovej klasifikácie Pan-European Game Information (PEGI – Celoeurópske informácie o hrách), ktorý bol vytvorený s cieľom pomôcť európskym rodičom prijímať informované rozhodnutia o kúpe počítačových hier. Bol spustený na jar roku 2003 a nahradil niektoré národné systémy vekovej klasifikácie vytvorením jediného systému, ktorý sa teraz používa takmer v celej Európe. Hodnotenie jednotlivých hier je priamo na stránke www.pegi.info, tak sa dá ľahko posúdiť, či je daná hra pre dieťa vhodná, alebo nie.

https://eduworld.sk/cd/zuzana-granska/376/pocitacove-hry-pre-deti-milovat-ich-ci-nenavidiet
http://vlcata.dennikn.sk/zavislost-na-hrach-skutocna-hrozba-alebo-pohodlny-mytus/
http://www.pegi.info/sk
http://vlcata.dennikn.sk/

SOCIÁLNE SIETE

Sociálna sieť je webová stránka určená na nadväzovanie kontaktov medzi ľuďmi. Užívateľ si vytvorí svoj vlastný profil so základnými informáciami o sebe. Na základe týchto informácií užívatelia nadväzujú vzťahy medzi ďalšími používateľmi, ktoré sa spájajú do skupín. Prepojením používateľov a skupín vzniká práve sieť vzťahov, ktoré sú základom pre sociálne siete. Sociálne siete zmenili model komunikácie medzi ľuďmi, a čoraz viac zasahuje do každodenného života. Najviac zasiahnutou skupinou je mladá generácia, pre ktorú je internet úplnou samozrejmosťou a považuje ho za prirodzenú súčasť svojho života.

DETI NA SOCIÁLNYCH SIETIACH

Internet sa stal novodobým fenoménom umožňujúcim existenciu a prevádzku sociálnych sietí, ktoré už neodmysliteľne patria k životu mladých ľudí. Dnešné deti sú viac oboznámené so sociálnymi médiami ako to bolo v minulosti. V súčasnosti viac ako 95% tínedžerov používa on-line formy komunikácie a zároveň o sebe na internete zdieľa stále viac a viac informácií. Na sociálnych sieťach si užívatelia vytvárajú profily a využívajú možnosti, ktoré im ponúkajú. Prostredníctvom týchto sietí si vytvárajú skupiny priateľov, v ktorých komunikujú o spoločných záujmoch a taktiež zdieľajú materiály ako sú hudba, texty, fotografie, počítačové hry a videá. Medzi takéto projekty sociálnych sietí patrí Facebook, Skype, Pokec, MySpace, YouTube, ICQ. Pre deti a mládež sa stávajú určitou občianskou povinnosťou. Deti a mládež si vytvárajú profily v komunitnom webe, ktorý je založený na profiloch, ktoré obsahujú informácie ako vek, pohlavie, bydlisko, osobné záľuby, fotografie, videá a podobné. Tieto informácie môžu vidieť a zdieľať aj ostatní užívatelia. V súčasnosti deti využívajú sociálne siete viac ako telefóny a dokonca aj viac ako komunikáciu a rozhovory tvarou v tvár. Je to pre nich najjednoduchší spôsob udržania kontaktu a kamarátstiev. Najväčšie nebezpečenstvo, ktoré nastáva, je strata súkromia zneužitím údajov, stotožnenie sa s virtuálnou identitou, riziká vyhrážaním, obťažovaním a agresivitou. Pre mnohých rodičov je vedenie detí k správnemu používaniu sociálnych médií výzvou. Môžu im tak ukázať pozitívne príklady používania a naučiť ich, ako využívať sociálne médiá zodpovedne a slušne.

ZAVRHNÚŤ ICH NIE JE RIEŠENIE

Anonymita, ktorú virtuálny svet umožňuje, vytvára pocit bezpečia, a tým povzbudzuje užívateľov k rýchlejšiemu otvoreniu sa a zbavovania sa zábran. Užívatelia často zabúdajú na obranné mechanizmy, ktoré používajú pri nadväzovaní vzťahov v reálnom svete, kde spoznávajú nových ľudí postupne a kde trvá nejaký čas, kým sa medzi nimi vytvorí dôvera. V realite pri nadväzovaní vzťahov je vidieť veľa znakov, ktoré pomáhajú lepšiemu spoznaniu druhých. Znaky ako osoba vyzerá, ako rozpráva, gestikuluje, aké má reakcie, očný kontakt a podobné. Prostredníctvom týchto znakov je jednoduchšie odhadnúť nebezpečenstvo. Preto na internete je jednoduchšie klamať alebo vydávať sa za niekoho iného. Nie je ťažké vytvoriť si falošný profil, použiť cudziu fotografiu alebo zatajiť svoje skutočné úmysly. Podvodníci a nebezpeční ľudia sa môžu pohybovať v chatových miestnostiach, na internetových fórach a v diskusných skupinách, na internetových alebo telefonických zoznamkách. Pravdivosť informácií je preto potrebné si vždy overiť

FACEBOOK

Medzi najobľúbenejšie sociálne siete patrí Facebook, pretože je všestranný v použití. Sú v ňom zabudované funkcie mnohých iných sociálnych médií, ako napríklad blog, e-mail, Chat, zdieľanie multimediálnych súborov atď. Podľa Thortona Facebook predstavuje jednu alternatívu pre súhrn rôzne existujúcich a samostatne oddelených aplikácií ako je Yahoo Messenger, GMail, Hotmail, Flickr, YouTube, MySpace. Do jedného komplexného celku sa užívateľ dostane jedným prístupovým menom a heslom. Paradoxom je, že konkrétne Facebook ruší anonymitu. Ľudia sa neprihlasujú pod vymysleným menom, pretože ľahšie ich nájdu známi a rodina. Užívatelia sú viac otvorení a priznávajú sa k rôznym koníčkom, záujmom, aktivitám. Tým sa facebook stáva hlavnou internetovou základňou. Je miestom, odkiaľ užívatelia vystupujú do webového priestoru.

Je potrebné si uvedomiť

Na to, aby internet zostal viac sluhom ako pánom, je potrebné dieťa naučiť využívať ho bezpečne ale aj v rozsahu, ktorý ho neoberie o dostatok príležitosti využiteľnými inými off-line spôsobmi. Preto povedomie o rizikách a bezpečnosti samo o sebe na to nestačí. Dospelí svojim záujmom a vlastným príkladom prispievajú k vytvoreniu si hodnôt a vzťahov, k rozvíjaniu kritického myslenia a k väčšiemu záujmu o informácie, obsahy a ľudí.

Pre rodičov

Zakázať deťom zaregistrovať sa na sociálnych sieťach nemá z dlhodobého hľadiska zmysel, pretože dieťa sa môže zaregistrovať aj bez vedomia rodičov, čo by mohlo mať ešte horšie následky. Zabránením prístupu by boli dieťaťu odopreté aj pozitívne stránky a tie prevažujú nad negatívnymi, preto je najlepšie sa naučiť využívať tieto prostriedky rozumne.

Dieťaťu je treba vysvetliť, že všetko, čo na webe uverejnia, sa dostane k mnohým ľuďom a všetko, čo sa na internete už raz objaví, sa len ťažko dá úplne odstrániť.

S deťmi je potrebné sa rozprávať o tom, čo na internete robíte, skôr vám potom povedia, čo robia oni.

Deti musia vedieť, že je nebezpečné na sociálnej sieti zverejňovať údaje ako telefónne čísla, adresu, alebo kam chodia do školy. Veď to nehovoria ani ľuďom na ulici.

Naučte deti, že sa nikdy nemajú stretnúť s niekým, koho poznajú iba z internetu bez toho, aby ste o tom vedeli. Ak by sa s niekým chceli stretnúť, choďte na schôdzku spolu s nimi.

Občas si pozrite, koho majú vaše deti medzi priateľmi, na neznáme osoby sa ich opýtajte. Sledujte, čo o sebe deti na obrazovke zverejňujú a pomôžte im s nastavením súkromia na sociálnych sieťach.

On-line komunity od svojich členov vyžadujú určitý minimálny vek, napríklad na Facebooku si môžu vytvoriť profil osoby staršie ako 13 rokov. Ak sú Vaše deti mladšie, ale trvajú na profile, určite im v tom nezabránite, stačí im zadať fiktívny dátum narodenia. Preto je lepšie s nimi súhlasiť, ale pod podmienkou dodržiavania pravidiel.

Ľudia zdieľajú odkazy na rôzny obsah. Ak chcete, aby sa deti k tomuto obsahu nedostali, nastavte si filtrovanie stránok softvérom, alebo u poskytovateľa internetu.

Nainštalujte si softvér na monitorovanie aktivity počítača, aby ste mali prehľad o tom, čo deti na počítači robia.

Zaregistrujte sa na každej stránke, kde má vaše dieťa profil a oboznámte sa s ovládaním stránky a nastavením súkromia.

Upozornite deti, že na web môžu dať iba také fotografie a videá, ktoré by mohli vidieť ich rodičia, učitelia alebo aj budúci zamestnávateľ. Čím menej fotografií, tým lepšie.

Deti často medzi sebou súperia, kto má na Facebooku viac priateľov. Presvedčte ich, že medzi priateľmi majú mať iba takých ľudí, ktorí sú ich skutoční priatelia a známi a nemali by sa tam objaviť ľudia, ktorých poznajú iba z on-line sveta.

Upozornite deti na nebezpečenstvo vírusov, ktoré sa môžu šíriť odkazmi zdieľanými v profiloch.

ODPORÚČANÉ STRÁNKY:

Hlavným cieľom projektu Sheeplive (slovenský názov OVCE.SK) je detský animovaný seriál a medzinárodný internetový portál. Projekt sa zameriava na bezpečnosť detí a mládeže, najmä na riziká internetu, mobilov a nových technológií. Pre nižšiu vekovú kategóriu detí projekt pôsobí ako prevencia, mládeži vtipne nastavuje zrkadlo ich nevhodného správania.

ovce.sk

BOZARTH, J. : Social media for trainers, San Francisco: Pfeiffer, 2010, ISBN-13: 978-0470631065
GRAGUSOVÁ M., DROBNÝ M.: Deti v sieti, Ako chrániť seba a naše deti na internete,eSlovensko 2013, ISBN 978-80-970676-6-3
POSTMAN, J. Socia-eti, Ako chrániť seba a naše deti na internete,eSlovensko 2013, ISBN 978-80-970676-6-3
Velichová, Ľ.: Facebook a závislosť. In: Aktuálne problémy drogovej závislosti v SR a ďalších krajín EÚ. Zborník príspevkov. Bratislava: Centrum protidrogových a poradenských služieb na EU, Katedra pedagogiky NHF EU, 2010
TOMKOVA J. a kolektív: Príležitosti a riziká používania internetu deťmi. Sociálna sieť Facebook, 2015, https://issuu.com/medialnavychova.sk/docs/tomkov___a_kol.__2015_._pr__le__ito
http://www.bezpecnyinternet.sk/socialne-siete

KYBERŠIKANA

Gdaňsk, Poľsko, 2006. Spolužiaci si ako cieľ šikanovania vybrali 14-ročnú Annu Halman. Vyzliekli ju, obchytkávali a napodobňovali znásilnenie. Asi dvadsaťminútovú scénu nahrávali na mobilný telefón. Dievča sa s traumou nedokázalo vyrovnať a obesilo sa.

KYBERŠIKANA: NOVODOBÁ ŠIKANA

RODIČ AKO AKTÍVNY OCHRANCA

Kyberšikanovanie je negatívny prejav správania, a ako každé správanie, má niekde svoju príčinu. Treba sa naň pozerať ako na užitočný signál, ktorým deti niečo vyjadrujú. Keď hovoríme o obeti kyberšikanovania, možno si taktiež všimnúť, že je to dieťa, ktoré si ťažko hľadá priateľov a potrebuje sa naučiť lepšie brániť. A čo páchateľ kyberšikanovania? Treba rozmýšľať, čo je v jeho živote také ťažké, bolestivé, zraňujúce, že potrebuje ubližovať iným. Rodičia chcú svoje dieťa vidieť väčšinou v dobrom svetle, ťažšie si priznávajú, že aj ich dieťa by mohlo niekomu ublížiť alebo naopak, byť slabé a zraniteľné. V skutočnosti sa však za určitých okolností môže každé dieťa stať aj obeťou, aj páchateľom kyberšikanovania. Dospelí, rodičia aj učitelia si častokrát myslia, že deti učia, ako sa správať tým, že im vysvetľujú, čo je žiaduce a čo nie, pochvália ich, keď sa správajú podľa ich očakávaní a vyhrešia alebo potrestajú, keď sa správajú nevhodne. Odmena a trest môžu síce ovplyvňovať správanie detí, ale oveľa viac je ich správanie formované príkladom dospelých. Deti sa správaniu učia pozorovaním dospelých, skúšaním si rôznych alternatív správania a sledovaním reakcií okolia na ich konanie, pričom vedia veľmi dobre rozlíšiť, kedy je reakcia dospelého skutočná a nie hraná. Dospelí, s ktorými deti prichádzajú do kontaktu, sú pre deti vzorom – najsilnejším sú samozrejme ľudia, s ktorými majú najbližší vzťah. Každý z nás môže pri kontakte s deťmi ovplyvniť výskyt negatívnych javov, ako je kyberšikanovanie – a to najmä v tých situáciách, kedy zareagujeme bez rozmýšľania, prirodzene. V takýchto situáciách im ukazujeme, akým hodnotám naozaj veríme - či sa zastaneme slabších, či sa posmievame iným, ako sa my sami bránime voči ubližovaniu, nakoľko trváme na tom, aby sa k nám ľudia správali s úctou a nakoľko sa aj my sami správame voči deťom s úctou a rešpektom, nakoľko vyžadujeme poslušnosť, nakoľko vyjadríme svoj hnev, ale aj umožníme vyjadriť hnev iným, či sa vieme ospravedlniť, keď sme spravili chybu.

Prečo je kyberšikana riskantnejšia?

Pri kyberšikanovaní nie je pravidlom, že obeť je obťažovaná opakovane. Napríklad, hanlivá webová stránka často ostáva on-line počas dlhšieho obdobia a môže ju potom prečítať mnoho ľudí. Naopak slovná urážka mizne v momente, kedy je vyslovená a počúvajú ju len v danom čase prítomné osoby. V prípade tradičného šikanovania je fyzická sila šikanujúceho často dôležitým faktorom v mocenskom vzťahu s obeťou. Moc kyberšikanujúcich sa odvíja najmä od ich počítačových a internetových znalostí. Vážne škody sa dajú napáchať už aj s použitím relatívne jednoduchých nástrojov, akými sú emaily či rýchla pošta, – textové správy posielané prostredníctvom internetu obvykle obsahujú niekoľko znakov, ktoré dopomáhajú príjemcovi vyložiť si ich obsah. Nemôžeme napríklad vidieť odosielateľov výraz tváre. Kyberšikanujúci nie sú schopní vidieť, ako obeť reaguje na šikanovanie, takže sú si menej vedomí ublíženia spôsobeného ich konaním, – na internete je jednoduché predstierať falošnú identitu. V dôsledku toho môže človek obťažovať obete „anonymne“ a toto označujeme ako „pretvárka“. Kyberšikanovanie je rozšírené po celom svete.

Deti viac náchylné na kyberšikanu

Medzi túto skupinu by sa dali považovať mladí, ktorí sú viac závislí na internete. Život bez internetu im pripadá nudný, nevšímajú si domáce úlohy, takýmto spôsobom si hľadajú mnoho priateľov. Sú bez priateľov alebo majú ich len zopár a cítia sa menej populárne. Sú zriedkavejšie páchateľmi a častejšie obeťami tradičného šikanovania. Dalo by sa povedať, že u takýchto obetí sa prejavuje viacej príznakov stresu. Častejšie bývajú šikanované dievčatá ako chlapci. Alebo taktiež zástancovia riskovania na internete – napríklad sú náchylnejší chatovať s ľuďmi, ktorých poznajú len z kyberpriestoru.

KYBRERŠIKANA NIE JE VIDIEŤ NA TELE, ALE NA DUŠI.

Ako spoznať obeť kyberšikanovania

- *uniká do sveta fantázie, počítačových hier*
- *zisťuje, ako sa dá zablokovať osoba na sociálnych sieťach*
- *zisťuje, ako sa dajú zablokovať prichádzajúce hovory alebo SMS správy*
- *uniká do choroby*
- *nechce chodiť do školy alebo medzi ľudí*
- *vyhýba sa rozhovoru o tom, čo robí na počítači*
- *uzatvára sa pred rodinou, priateľmi, a popiera, že by sa niečo dialo*
- prestane používať sociálne siete, zruší si svoj profil
- *dieťa nečakane prestane používať počítač*
- *zdá sa nervózne alebo smutné pri čítaní emailov alebo okamžitých správ*
- *je nahnevané, depresívne alebo frustrované po odchode od počítača*

Ako spoznať agresora kyberšikanovania

- *deti rýchlo vypínajú monitory, keď sa niekto priblíži*
- *trávia pri počítači dlhé hodiny v noci*
- *sú nahnevané, keď nemôžu nečakane použiť počítač*
- *pri počítači sa prehnane smejú*
- *vyhýbajú sa rozhovorom o tom, čo na počítači robia*
- *používajú niekoľko on-line účtov alebo adries, ktoré nie sú ani ich*

Dôvod, prečo sa deti stávajú agresormi, je túžba po uznaní, prostriedok k odreagovaniu, utužovanie kolektívu proti spoločnému nepriateľovi, prejav nadvlády, ale aj strach. Za najväčšie štartéry kyberšikany sú považované výstredné vzťahy v triede, kultúrne, etnické konflikty, ukončenie priateľstva, urážky z druhej strany či zverejňovanie citlivých informácií.

KROKY PRE RODIČOV, AKO RIEŠIŤ KYBERŠIKANU SVOJICH DETÍ

Uvedomiť si problém a byť oporou

Veľa rodičov virtuálnemu životu a aktivitám svojich deti nedáva príliš veľký dôraz, ale pre dieťa je všetko, čo sa na sociálnych sieťach a internete deje, dôležité a skutočné. Avšak problém sa nikdy prehliadaním, poprípade dohovorením, alebo zákazom pobytu na internete nevyrieši. Ak chceme pre naše dieťa najlepšie, musíme si pripustiť, že je práve ono obeťou, potrebuje pomoc a je potrebné jednať. Okrem toho je dôležité, aby rodičia deťom prejavili účasť a uistili sa, že sa dieťa cíti v bezpečí a má vašu plnú podporu, pretože si čiastočne za svoju situáciu môže samo.

Blokovať komunikáciu

Či už ide o výhražné SMS-ky, útoky na sociálnych sieťach alebo zosmiešňujúce fotografie, v prvom rade je potrebné za každú cenu zabrániť ďalšiemu ponižovaniu obete. Mobilné telefóny sú vybavené funkciou blokovanie volajúceho, a pokiaľ nie sme schopní niečo také zvládnuť vlastnými silami, môžeme požiadať o pomoc svojho operátora. Na sociálnej sieti, e-maile a ďalších službách je možné jednotlivých užívateľov blokovať a zabrániť tak ďalšiemu kontaktovaniu.

Zaistenie dôkazov

Ak chceme niekoho usvedčiť, sú potrebné dôkazy. Inkriminované SMS-ky, emaily, odkazy na sociálnych sieťach, obrázky a podobné. Takže je potrebné ich uchovať pre ďalšie vysledovanie páchateľa. Aj keď páchateľ založil falošný email, účet na Facebooku, tak je ho možné vysledovať podľa IP adresy počítača.

Nahlásiť incident v škole

Pokiaľ je agresor neznámy, je približne 80% pravdepodobnosť, že navštevuje školu ako obeť. Pri riešení prípadu, úlohou školy bude posudzovať, či sa incident odohráva aj v dobe vyučovania. Povinnosťou školy je sa riadiť podľa metodického pokynu Ministerstva školstva. Avšak, ak sa kyberšikana nedeje v čase vyučovacích hodín, škola nemôže urobiť kazateľské tresty.

Vlastná iniciatíva

Podľa výsledkov vyšetrovania v škole sa rozhodne o ďalšom postupe. Vždy záleží na miere previnenia, forme a miere kyberšikany. V miernejších prejavoch stačí aktérovi klepnúť po prstoch výchovným opatrením. Pri dlhodobom prenasledovaní je nutné postupovať striktne a rázne. Taktiež je dobré sa obrátiť na Políciu a neváhať podať žalobu. Takýmto spôsobom dáme aktérovi jasne najavo, že takéto chovanie nebude tolerované. Rodič by mal taktiež pracovať na následnej prevencii ďalších prípadov kyberšikany, a to predovšetkým otvorenou komunikáciou o virtuálnom živote, spoločne stanovenými pravidlami používania PC a internetu. Rodič by mal starostlivejšie pozorovať správanie a emócie spojene s PC. Nemal by zabúdať na to, aby bol pre svoje dieťa vzorom v používaní moderných technológií..

ODPORÚČANÉ STRÁNKY:

Odporúčaná stránka, ktorá sa zaoberá touto problematikou do hĺbky, je kybersikanovanie.sk. Ide o projekt, ktorý predstavilo občianske združenie eslovensko počas Medzinárodného dňa bezpečného internetu. Tento projekt je zameraný na ochranu detí a mládeže pred kyberšikanovaním.

KYBERŠIKANOVANIE.sk

kybersikanovanie.sk

MACHÁČKOVÁ, P. :*Kyber šikana: ubližování bez hranic*, 2007
LATAL, L.: *Prevence a diagnostika symptomů oběti kyberšikany pro pediatry*
GREGGUSSOVÁ M., DROBNÝ M.: *Deti v sieti, Ako chrániť naše deti na internete*, Slovensko 2013, ISBN 978-80-970676-3
www.kybersikanovanie.sk