

Čo nám deti hovoria o online svete?

Pri príležitosti Dňa bezpečného internetu sme v našej škole medzi žiakmi prímý až kvarty realizovali anonymný prieskum zameraný na ich pohľad na online svet a prístup dospelých. Najdôležitejšie zistenia z dotazníka sú:

Deti nechcú menej pravidiel - chcú viac dialógu. Ocenili by, keby sa dospelí skôr pýtali, než zakazovali, viac počúvali, nastavovali pravidlá spolu s deťmi, viac sa zaujímali o aplikácie a siete, ktoré ich deti používajú.

Dôvera je kľúčová - želanie žiakov je, aby online svet nebol riešený len zákazmi, aby im rodičia viac dôverovali a aby dostali priestor vysvetliť svoj pohľad. Naši žiaci si uvedomujú riziká internetu (podvody, manipulácie, nebezpečný obsah), no zároveň vnímajú jeho prínosy - vzdelávanie, komunikáciu, rozvoj záujmov.

Ako naši žiaci vnímajú prístup rodičov? Približne 40 % žiakov hodnotí prístup dospelých ako vyvážený. Zároveň ho však viac než tretina vníma ako kontrolujúci alebo príliš prísny. To je pre nás signálom, že komunikácia a spoločné nastavovanie hraníc má veľký význam.

Čo odporúčame rodičom? Uvedomiť si, že zákaz bez vysvetlenia vedie skôr k obchádzaniu pravidiel. Že dialóg buduje dôveru a spoločné pravidlá majú väčšiu šancu fungovať. Záujem o online svet dieťaťa je prevenciou akýchkoľvek rizík.

V tomto období je rodičovská regulácia stále potrebná. Nejde však o neustálu kontrolu, ale o citlivé vedenie, nastavovanie hraníc a budovanie zodpovednosti. Odborné odporúčania na dĺžku času pri obrazovkách sa líšia podľa veku a individuálnych potrieb, no pri tejto vekovej kategórii sa najčastejšie uvádza približne 1,5 – 2 hodiny denne rekreačného času na obrazovkách (mimo školských povinností). Dôležitejšie než presné číslo je však to, aby bol čas vopred spoločne dohodnutý a aby išlo o kompromis prijateľný pre obe strany.

Overené aplikácie na rodičovskú kontrolu

Ak sa rodičia rozhodnú využiť technickú pomoc, medzi osvedčené nástroje patria napríklad:

- **Google Family Link**
- **Microsoft Family Safety**
- **ESET Parental Control**

Deti nepotrebujú striktné svet bez obrazoviek. Potrebujú dospelých, ktorí sa dokážu orientovať v online svete, ktorí sa pýtajú, počúvajú a úprimne sa zaujímajú o to, čo tam ich deti robia. K digitálnemu svetu sa deti (aj dospelí) často utiekajú vtedy, keď im v realite niečo chýba - pozornosť, úspech, prijatie alebo pocit istoty. Najsilnejším ochranným faktorom je pevný „offline“ svet naplnený pohybom, kvalitnými vzťahmi a spoločnými aktivitami - a našou úlohou je pomáhať deťom tento svet vedome budovať a spoluvytvárať.

