

8 Szülői felügyelet – biztonságosabb digitális világ a gyermekeknek

Az óvodáskorú gyermekek legtöbbször a mesenézésen keresztül ismerkednek meg a digitális világgal.

A mesék segítenek feldolgozni a mindennapi élményeket, mintákat adnak a jó és a rossz megkülönböztetésére, és megnyugtató rutint teremthetnek egy kisgyermek életében.

Ugyanakkor a digitálmese-nézés – főként televízión vagy online streamingfelületeken keresztül – odafigyelést és tudatos irányítást igényel a szülő részéről, hiszen a gyermekek nagyon sok olyan tartalommal találkozhatnak ezeken a platformokon, amelyek nem felelnek meg az életkori sajátosságainak. A digitális-tartalom-fogyasztásra vonatkozó szabályok, valamint a szülői felügyelet elengedhetetlen része a digitális eszközök és a családi időtöltés közötti egyensúly megteremtésének.



Miért fontos a szülői felügyelet már óvodáskorban?

Ugyan a gyermekek jelentős része ebben a korban még nem tud írni-olvasni, de a videómegosztó felületek és streamingszolgáltatások úgy lettek kialakítva, hogy azon belül képek vagy rövid, automatikusan induló „intrók” próbálnak minket az adott tartalomra terelni. Gyermeink nagyon gyorsan megtanulják az érintőképernyőkön való eligazodást, vagy éppen a távirányító magabiztos kezelését, így felügyeleti beállítás nélkül könnyen olyan tartalmakra kalandozhatnak, amelyeket egyébként nem engednénk számukra. Az óvodáskorú gyerekek még nem képesek tudatosan értelmezni vagy szelektálni a látott tartalmakat. Egy-egy gyorsan váltakozó, hangos vagy félelmetes jelenet éppúgy megterhelő lehet számukra, mint egy bonyolult történet, amelyet nem értenek. A szülői odafigyelés segíthet a megfelelő tartalmak kiválasztásában és a képernyőidő keretek között tartásában.

- Törekedni kell a tudatos képernyőhasználatra, a megszokásból végzett, céltalan tartalomfogyasztás kerülendő.

Szülői felügyeleti beállítások a streamingfelületeken

A szülői felügyeleti beállításokra nemcsak technikai, hanem nevelési eszközként is érdemes tekinteni. A legnépszerűbb streamingfelületek – mint a Netflix, a Disney+, a YouTube Kids és az HBO Max – mindegyike kínál szülői felügyeleti lehetőségeket, amelyek segítenek korlátozni, mit és mennyi ideig nézhet a gyermek.

Hogyan használhatók?

A legtöbb szolgáltatásnál külön gyerek-profil lehet létrehozni, ahol automatikusan kiszűrjük a beállított korhatár feletti tartalmakat. A Netflix például különböző korcsoportok szerint szűr, míg a Disney+ kizárólag családi, korhatárnak megfelelő műsorokat jelenít meg a gyermekprofilban. Azt, hogy milyen korhatár-besorolású műsorok legyenek elérhetők, külön be lehet állítani, valamint a felnőtt profilok PIN-kóddal is lezárhatók, ami megakadályozza, hogy a gyerek más profilokra váltsa át. Bizonyos platformokon időkorlát is kapcsolható, így a készülék automatikusan leáll a megadott idő letelte után. Ne feledjük, hogy ezek a beállítások nem a bizalmatlanságról, hanem a biztonságos keretek megteremtéséről szólnak. Szülőként fontos tisztában lenni azzal, hogy a szabályok és keretek biztonságot, kiszámíthatóságot jelentenek a gyermekek számára, ami a kiegyensúlyozott fejlődés egyik fontos feltétele, ezért ne féljünk alkalmazni ezeket a megoldásokat!



YouTube Kids



Gyakorlati eszközök egy tudatos, következetes családi rendszer kialakításához:

1. **Nézzünk közösen mesét a gyermekünkkel!** A közös mesenézés lehetőséget ad a beszélgetésre, az élmények megosztására és arra is, hogy a szülő segítse a gyermek számára a megértést, a látottak feldolgozását.
2. **Különösen kisebb gyermek esetében fontos, hogy a közös mesenézés után teremtünk lehetőséget a látottak feldolgozására.** Rajzolják le, vagy gyurma, illetve bábok segítségével jelenítsék meg a látottakat a mese hatására esetlegesen megjelenő feszültségek feloldására.
3. **Jelöljük ki időkereteket!** A rutinszerű, fix és meghatározott ideig tartó mesenézés segít az önszabályozás kialakításában.
4. **Mutassunk példát!** A gyermek a szülő viselkedését utánozza. Ha látja, hogy a szülők is tudnak pihenni telefon nélkül, sokkal könnyebben fogadja el a korlátokat.

• Egyetlen gyermeknek se legyen következetes szülői felügyelet nélküli okoseszköze.

