

10 TANÁCS A DIGITÁLIS HÁZIREND KIALAKÍTÁSÁHOZ

KEZDJÜK A CÉLOKKAL!

A digitális házirend célja, hogy világos és minden családtag számára érthető kereteket adjon a digitális eszközök használatához. Fontos, hogy ezt a gyerekeknek is elmagyarázzuk életkoruknak megfelelő módon.

KÖZÖS MEGÁLLAPODÁS, NEM EGYOLDALÚ SZABÁLYOZÁS

A digitális házirend akkor működik jól, ha közösen alakítjuk ki. A gyermekeket tekintjük partnernek, ne csak szabályozott félnek!

NE SZABÁLYOZZUK TÚL!

Fogadjuk el, hogy az online világ a gyerekek számára gyakran a kikapcsolódás, a játék és a társas kapcsolódás terepe. Ne szabályozzuk túl a digitális tevékenységüket, a tiltás helyett pedig keressünk életszerű kompromisszumokat, így könnyebb lesz azokat betartani is.

ISMERJÜK MEG EGYMÁS ONLINE VILÁGÁT!

Forduljunk érdeklődéssel gyermekünk digitális szokásai, hobbijai felé. Kérdezzünk rá, mivel játszik, milyen tartalmakat követ, és ne zárkózzunk el az általa ajánlott újdonságoktól sem. Ezzel nemcsak kapcsolódunk az ő világához, de mi magunk is fejleszthetjük digitális tudásunkat.

ADJUNK TUDÁST IS A SZABÁLYOK MELLÉ!

A szabályok betartásához fontos, hogy minden családtag megfelelő ismeretekkel rendelkezzen. Beszélgessünk az adatvédelemről, a netes veszélyek felismeréséről, és arról is, hová fordulhatunk, ha online bajba kerülnénk!

FŐ AZ EGYENSÚLY

Jelöljünk ki olyan időszakokat, amikor a család minden tagja képernyőmentes időt tart- például a közös étkezések, kirándulások, esti beszélgetések során. Ezek az alkalmak erősítik a családi kapcsolatokat, és segítenek minőségi időt tölteni egymással.

A KÉPERNYŐIDŐ LEHET ÉRTÉKES IS

Használjuk célhoz kötötten a képernyő előtt töltött időt! A digitális eszközök alkalmasak tanulásra, készségfejlesztésre vagy akár kreatív alkotásra is, a házirend pedig segíthet abban, hogy ezekkel a lehetőségekkel tudatosan éljünk.

SZABÁLYOK ÉS KÖVETKEZMÉNYEK

A házirend szabályainak megszegése következményekkel is járhat, amiket szintén közösen alakítsunk ki. Ezek irányulhatnak például az időkeretek csökkentésére, kiváltságok korlátozására vagy tanulságos feladatok elvégzésére. Ne feledkezzünk meg a pozitív megerősítésről sem: dicsérjük meg a felelősségteljes viselkedést!

MUTASSUNK JÓ PÉLDÁT!

Elengedhetetlen, hogy a házirendben foglaltakat szülőként mi is betartsuk, hiszen gyermekeink csak így fogják magukra nézve is elfogadni. A jó példa a legjobb nevelési eszköz!

LEGYÜNK RUGALMASAK!

Ha valami nem működik, ne féljünk változtatni. Az online világ gyorsan változik, és a gyerekek is fejlődnek - ezzel együtt a házirendet is érdemes időről időre felülvizsgálni. A rugalmasság és az együttműködés hosszú távon sokkal többet ér, mint a merev szabályozás.

