Szanowni Rodzice,

podczas prowadzenia zajęć z Państwa dziećmi miałam okazję pozyskać informacje na temat sposobów spędzania przez nie czasu wolnego. Niestety, dla zdecydowanej większości najważniejszą rozrywką jest komputer, gry komputerowe i portale społecznościowe (Facebook, Nasza klasa, Twitter).

Używanie komputera może mieć szereg zalet, ale również niesie ze sobą olbrzymie niebezpieczeństwo, dlatego apeluję do Państwa, aby zwrócić uwagę na to, w jaki sposób dzieci korzystają z komputerów i do jakich celów je wykorzystują. Powszechne staje się nawiązywanie relacji z nieznajomymi osobami na portalach społecznościowych – z dziecięcym zaufaniem najmłodsi zamieszczają zdjęcia swoje i swojej rodziny, wymieniają się adresami, piszą nt. statusu materialnego, a przecież nigdy do końca nie można być pewnym, kto znajduje się po drugiej stronie. Ponad 60% dzieci, korzystając z komputera, zawiera znajomości w Internecie, a zaledwie połowa z nich deklaruje, że nigdy nie pójdzie na spotkanie z osobą poznaną przez Internet.

Państwa dziecko może być również sprawcą szkód. Częstym przypadkiem jest agresja wobec innych użytkowników, wulgarne słowa, zamieszczanie ośmieszających zdjęć czy filmików. Przypadki sieciowego wandalizmu mogą zostać łatwo udowodnione i przypisane określonej osobie. W przypadku osób małoletnich konsekwencje prawne ponoszą rodzice lub opiekunowie.

Olbrzymim zagrożeniem są niewłaściwe gry komputerowe. Jak okazuje się w trakcie rozmów z nieletnimi, najpopularniejsze są gry dozwolone od 16 czy 18 lat. Niestety, większość takich gier konstruowana jest w oparciu o scenariusze pełne przemocy. Kontakt z treściami zawierającymi elementy agresji może prowadzić do wystąpienia zachowań agresywnych. Szczególnie niebezpieczne jest to dla młodszych dzieci, których układ nerwowy jest jeszcze niedojrzały i nie potrafi selekcjonować nadmiaru bodźców. W grach komputerowych opartych na przemocy agresja jest często celem głównym – zwyciężyć oznacza zabić przeciwników. Podczas gdy w prawdziwym życiu zabójstwo jest przestępstwem, to w przypadku tego typu gier takie właśnie zachowanie jest nagradzane bardziej niż inne. Urok takiej gry polega przede wszystkim na braku jakichkolwiek konsekwencji, którego najważniejszym symbolem jest nieśmiertelność postaci – bohaterowie mogą ginąć pod salwami karabinów, a i tak w następnej grze pojawiają się znowu cali i zdrowi.

Kolejnym zagrożeniem jest uzależnienie od komputera i sieci. Rodzice często zastanawiają się, ile czasu spędzonego przed komputerem to już za dużo. Mogą w tym pomóc następujące pytania:[1]

- Czy dziecko gra lub pracuje na komputerze niemal codziennie?
- Czy często używa komputera przez długi czas (przez 3 godz. bez przerwy)?
- Czy gra dla rozładowania emocji?
- Czy jest niespokojne i poirytowane, jeśli nie może korzystać z komputera?
- Czy zaniedbuje życie koleżeńskie i inne ulubione zajęcia?
- Czy siedzi przed komputerem zamiast odrabiać zadania domowe?
- Czy próbuje ograniczyć ilość czasu spędzanego przy komputerze, ale mu się to nie udaje?

Udzielenie twierdzącej odpowiedzi na więcej niż 4 pytania może sugerować, że dziecko potrzebuje pomocy i rodzice muszą interweniować. W razie jakichkolwiek wątpliwości warto zasięgnąć porady specjalisty.

W celu zminimalizowania zagrożeń związanych z korzystaniem z komputera i Internetu ważne jest, aby:

1. Jasno określić zasady użytkowania komputera i portali internetowych oraz wyznaczyć, z jakich gier dziecko może korzystać, a z jakich nie i dlaczego.
2. Stosować zasadę – najpierw obowiązki, np. odrobienie lekcji, a potem przywileje, np. korzystanie z komputera.
3. Bezwzględnie ograniczyć czas spędzany przez dziecko przy komputerze do 1-1,5 godz. dziennie (im młodsze dziecko, tym czas powinien być znacznie krótszy).
4. Nadzorować, do czego dziecko wykorzystuje komputer i Internet oraz z jakich portali internetowych korzysta – stosować zasadę ograniczonego zaufania.
5. Promować inne formy spędzania czasu wolnego, przynajmniej część tego czasu organizować dla całej rodziny. Komputer powinien stać się – obok spotkań z rówieśnikami, uprawiania sportu, uczestnictwa w zajęciach pozaszkolnych, czytania książek, oglądania telewizji – jednym z wielu zajęć dziecka.

Uważny Rodzic to mądry Rodzic. Powodzenia

Pedagog szkolny
Iwona Bukała-Siedlecka

Przykład umowy korzystania z dzieckiem: http://dzieckowsieci.fdn.pl/materialy-do-pobrania-przeglad?cat1=&cat2=1277&cat3=

Rady dla rodziców dzieci korzystających z komputera (wg A. Braun[2])

- do czasu ukończenia szkoły podstawowej dzieci nie potrzebują w pokoju własnego komputera – w ten sposób rodzice lepiej nadzorują korzystanie z komputera rodzinnego,
- rodzice dzieci w wieku przedszkolnym powinni uczestniczyć w wyborze i instalacji programów, gier itp. Rodzice powinni wyjaśniać dziecku, do czego dany program służy i jak z niego korzystać oraz wytłumaczyć podstawowe zasady bezpieczeństwa w Internecie,
- w celu ograniczenia czasu przeznaczonego na zabawę i naukę można w przypadku starszych dzieci nastawić budzik służący jako sygnał akustyczny informujący o końcu czasu przeznaczonego na korzystanie z komputera,
- czas spędzany codziennie przy komputerze nie powinien przekraczać:
    * dla dzieci w wieku przedszkolnym: 30 min.,
    * dla dzieci w wieku szkolnym: 1 godz.,
    * dla dzieci od 12 roku życia: 1,5 godz.

Literatura:
Gajewski M.: Niebezpieczne gry komputerowe, "Wychowawca", 1/2002
Feibel T.: Zabójca w dziecinnym pokoju. Przemoc i gry komputerowe. Instytut Wydawniczy PAX, Warszawa 2006
Danowski B., Krupińska A.: Dziecko w sieci. Helion, Gliwice 2007
http://dzieckowsieci.fdn.pl

[1] M. Griffiths: Gry i hazard. Uzależnienia dzieci w okresie dorastania. GWP, Gdańsk 2004.

2 A. Braun: Czy dzieci muszą mieć wszystko? Drogi do wyjścia ze spirali konsumpcji. Poradnik dla rodziców i wychowawców. Jedność, Kielce 2004