

Drodzy Rodzice zespół szkolnych specjalistów kieruje do państwa oświadczenie UNICEF (Międzynarodowego funduszu pomocy dzieciom),dotyczące :

Bezpieczeństwo dzieci w sieci, które nie może polegać tylko na wprowadzaniu ograniczeń wiekowych.

Oświadczenie UNICEF dot. krajowych planów wprowadzania zakazów korzystania z mediów społecznościowych przez dzieci.

„Na całym świecie rządy zastanawiają się, co to znaczy, że ktoś jest *zbyt młody*, by korzystać z mediów społecznościowych. Niektóre kraje wprowadzają ograniczenia wiekowe w tym zakresie.

Takie podejście odzwierciedla autentyczną troskę: dzieci spotykają się w sieci z zastraszaniem, wykorzystywaniem i są narażone na szkodliwe treści, co negatywnie wpływa na ich zdrowie psychiczne i dobrostan. Obecna sytuacja zawodzi dzieci i przytłacza rodziny.

UNICEF z zadowoleniem przyjmuje rosnące zaangażowanie w zapewnienie dzieciom bezpieczeństwa w sieci. Zakazy dotyczące mediów społecznościowych wiążą się jednak z pewnym ryzykiem i mogą nawet przynieść efekt odwrotny od zamierzonego.

Media społecznościowe nie są luksusem. Dla wielu najmłodszych, zwłaszcza z grup marginalizowanych lub izolowanych, to często narzędzie zapewniające dostęp do nauki, umożliwiające utrzymywanie kontaktu, zabawę czy wyrażanie siebie. Co istotne, wiele dzieci i młodych ludzi nadal będzie korzystać z mediów społecznościowych: obchodząc ograniczenia, dzięki wspólnym urządzeniom, czy też przenosząc się na mniej regulowane platformy, co ostatecznie utrudnia ich ochronę.

Ograniczenia wiekowe muszą być częścią szerszego podejścia, które chroni dzieci przed krzywdą, szanuje ich prawa do prywatności i uczestnictwa oraz unika wypychania ich do nieuregulowanych, mniej bezpiecznych przestrzeni. Przepisy dotyczące wieku nie powinny zastępować podejmowanych przez platformy społecznościowe działań poprawiających bezpieczeństwo dzieci. Nie może to być alternatywa dla ulepszenia zasad funkcjonowania tych platform czy skutecznej moderacji treści.

Praktyczne rady dla rodziców:

1. GRANICE I ZASADY TO NIE KARA, TO ZNAK TROSKI I MIŁOŚCI (dzieci potrzebują granic tak samo jak potrzebują czułości. Dzięki zasadom czują się bezpiecznie, bo wiedzą co wolno a co nie. Jasne reguły pomagają im zrozumieć świat i uczą odpowiedzialności). Ustal zasady , które dziecko zrozumie 😊 Konsekwencje?? TAK, ale z EMPATIA 😊
2. DZIECKO POTRZEBUJE KONSEKWENCJI, TO DAJE MU POCZUCIE BEZPIECZEŃSTWA (Rodzic, który mówi spójnie, to dla dziecka oparcie. Konsekwencja to nie kara, tylko dowód troski, pokazuje że można rodzicowi zaufać, bo jest przewidywalny i stały w swoich reakcjach).
3. ROZWIĄZUJCIE PROBLEMY RAZEM, BUDUJECIE WTEDY COŚ WIĘCEJ NIŻ KOMPROMIS
4. WSPÓLNY RELAKS – NAJLEPSZY SPOSÓB NA BUDOWANIE WIĘZI

Czy musimy rezygnować z technologii?

Raczej nie uda nam się całkowicie wyeliminować nowych technologii z życia naszych dzieci, ale możemy zadbać o to, aby korzystanie z nich było bezpieczne i nie zagrażało prawidłowemu rozwojowi najmłodszych. Zgodnie z zaleceniami ekspertów Amerykańskiej Akademii Pediatrii (AAP) i Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) małe dzieci powinny spędzać jak najmniej czasu przed ekranem. Rodzice nie powinni udostępniać urządzeń ekranowych dzieciom do 18. miesiąca życia, a w przypadku starszych – od 2 do 5 lat – czas przed ekranem nie powinien przekraczać jednej godziny dziennie. Najlepiej, aby maluchy korzystały z mediów w towarzystwie rodzica lub innej osoby dorosłej.

Równie ważne jest dbanie o równowagę pomiędzy światem cyfrowym a rzeczywistym.

Priorytetem dla rodziców powinno być zapewnienie dzieciom czasu przeznaczonego na

aktywność fizyczną, gry i zabawy ruchowe oraz odpowiedniej do wieku ilości snu.

Zdecydowanie unikajmy korzystania z urządzeń elektronicznych na co najmniej godzinę

przed snem, a najlepiej usuńmy je na noc z sypialni dziecka.

Ustalmy także z dziećmi czas wolny od mediów, taki jak wspólny posiłek lub jazda samochodem, a także wolne od multimedii miejsca w domu. Udostępniajmy dzieciom wyłącznie sprawdzone, wysokiej jakości i dostosowane do wieku treści i serwisy przeznaczone dla najmłodszych. Wybierając produkty cyfrowe, np. gry dla przedszkolaków, korzystajmy z systemów ratingowych określających dla jakiej grupy wiekowej przeznaczony jest dany produkt. Jeśli pozwalamy dzieciom korzystać z mediów, unikajmy nieinteraktywnych narzędzi

opartych wyłącznie na biernym odbiorze treści, np. oglądaniu bajek, filmów. Wybierajmy raczej programy edukacyjne, które stymulują rozwój dziecka, wspierają uczenie się i zawierają zadania (np. gry) wymagające aktywności ruchowej oraz eksplorowania rzeczywistego otoczenia fizycznego (np. dokumentowania przyrody).

Pamiętajmy również o tym, aby sprzęt, który udostępniamy dzieciom był należycie zabezpieczony. Korzystajmy z programów filtrujących treści, programów antywirusowych, stosujmy odpowiednie ustawienia prywatności i zabezpieczajmy dostęp do urządzeń bezpiecznym hasłem. W przypadku najmłodszych dzieci zainstalujmy na urządzeniach, z których korzystają narzędzia ochrony rodzicielskiej takie, jak np. bezpłatna i w pełni bezpieczna aplikacja mOchrona. Pozwolą nam one na monitorowanie aktywności naszej pociechy czy wybranie stron internetowych i aplikacji, do których dziecko nie powinno mieć dostępu np. zawierających niebezpieczne lub nie odpowiednie dla jego wieku treści.

źródło: Małe dzieci i ekrany - Ministerstwo Cyfryzacji - Portal Gov.pl