Jak nauczyć dziecko bezpiecznego korzystania z komputera? **[1]**

Nie ma sensu całkowicie ograniczać dzieciom dostępu do tego urządzenia. Warto natomiast uczyć je, jak rozsądnie z niego korzystać.

Trudno odmówić ciekawemu świata dziecku dostępu do komputera. Wiele gier komputerowych i zabaw ma walory edukacyjne: rozwijają logiczne myślenie, pamięć wzrokową i spostrzegawczość. Trenują koordynację wzrokowo-słuchowo-ruchową, małą motorykę i zręczność. Z gier i programów edukacyjnych można nauczyć się kolorów, liter, cyfr, ba, nawet języków obcych i gry na pianinie. Czy jednak, podekscytowani ogromem możliwości, nie zapominamy, że te wszystkie umiejętności można z powodzeniem rozwijać w "realu", malując, układając puzzle, grając w gry zręcznościowe, rozwiązując zagadki i czytając książki?

Z badań wynika, że czas spędzany przed komputerem może mieć duży wpływ na zachowanie, emocje i rozwój dziecka. Gdy jest zbyt długi, może powodować zaburzenia nastroju, a nawet problemy z nauką i relacjami interpersonalnymi. Dzieci, które codziennie kilka godzin spędzają przed monitorem, są rozdrażnione, niecierpliwe, mają problemy z koncentracją. Zdarza się, że naśladują agresywne zachowania pokazywane w grach komputerowych i filmach animowanych, a wirtualny świat staje się dla nich tak atrakcyjny, że rzeczywistość wydaje się bezbarwna i nudna.

Wpatrywanie się w ekran nie tylko męczy wzrok, ale także unieruchamia ciało, które, dla prawidłowego rozwoju psychomotorycznego, potrzebuje przede wszystkim ruchu.

Co zatem zrobić, żeby używanie komputera było dla dziecka bezpieczne?

USTALCIE REGUŁY

Konsekwentnie przestrzegane zasady pomogą wykształcić w dziecku zdrowe nawyki i, być może, uchronią je w przyszłości od uzależnienia od komputera.

Nie traktuj komputera jak niani. Staraj się towarzyszyć dziecku w czasie, który spędza przed ekranem. Rozmawiaj o granicy między fikcją a rzeczywistością (kilkulatki dopiero uczą się dostrzegać między nimi różnice).

Zawsze określaj, jak długo dziecko może korzystać z komputera (jednorazowo nie dłużej niż pół godziny). Możesz nastawić budzik lub skorzystać z oprogramowania automatycznie wyłączającego komputer po upływie określonego czasu. Ale kilka minut wcześniej uprzedź dziecko, że musi kończyć grę.

Starannie wybieraj gry oraz strony internetowe i dopiero po przetestowaniu pokazuj je dziecku. Zwróć uwagę, czy są dostosowane do wieku dziecka (informację znajdziesz na opakowaniu). Strony i gry dla dzieci różnią się jakością, zarówno pod względem treści, jak i estetyki. Warto poszukać takich, które nie bombardują nadmiarem bodźców.

Nie wykorzystuj braku dostępu do komputera jako kary. Uważaj też, żeby gry i inne komputerowe aktywności nie urosły do rangi nagrody. To wyolbrzymi znaczenie komputera i uczyni go jeszcze bardziej pożądanym.

Jeśli uważasz, że dziecko za dużo czasu spędza przed komputerem, zaproponuj mu inne formy wspólnego spędzania wolnego czasu. Zapewnij mu swoje towarzystwo i uwagę.

SURFUJCIE RODZINNIE

Siedmiolatek nie powinien jeszcze sam używać internetu. Tymczasem z badań przeprowadzonych na zlecenie Fundacji Dzieci Niczyje wynika, że prawie połowa dzieci zaczyna samodzielnie korzystać z sieci przed ukończeniem 9. roku życia. Kontakt z internetem najlepiej zacząć od wspólnego przeglądania interesujących stron dla dzieci. Możecie razem stworzyć listę ulubionych miejsc w sieci.

Przy okazji opowiadaj o zaletach i zagrożeniach wynikających z używania tego medium. Tłumacz, że nie wszystko, co pojawia się w internecie, jest prawdą. Pokazuj, w jaki sposób można weryfikować informacje i korzystać z innych źródeł wiedzy (encyklopedii, książek, słowników). Naucz dziecko odróżniać reklamy. Korzystając z messengerów lub skype'a, uświadamiaj dziecku, że nie zawsze jest oczywiste, kim jest nasz rozmówca. Wyjaśniaj, że nie jest rozsądne zamieszczanie zdjęć i ujawnianie informacji o sobie. Tłumacz, że wszystko, co widzimy w internecie, do kogoś należy i nie można tego używać bez pozwolenia autora ani podania źródła.

Jeśli przez przypadek natkniecie się na treści z jakichś powodów nieodpowiednie dla dzieci, nie unikaj tematu, tylko wyjaśnij, że są przeznaczone wyłącznie dla dorosłych. Zanim dziecko zacznie samodzielnie korzystać z internetu, ustalcie obowiązujące wszystkich domowników zasady. Na stronie dzieckowsieci.pl można znaleźć wzory takich "umów". Unikaj umieszczania komputera w pokoju dziecka - powinien stać tak, aby w każdej chwili można było zobaczyć, co się dzieje na monitorze. Możesz także rozważyć zainstalowanie bezpiecznej przeglądarki internetowej dla dzieci BEST, oprogramowania filtrującego, blokującego lub obserwującego kolejne kroki dziecka w internecie.

eDziecko.pl [2] (Tekst KATARZYNA GLIWIŃSKA)

Source URL: https://jarzebinka.noweskalmierzyce.pl/en/node/565

Links:
[1] https://jarzebinka.noweskalmierzyce.pl/en/node/565
[2] http://www.edziecko.pl/edziecko/0,0.html