



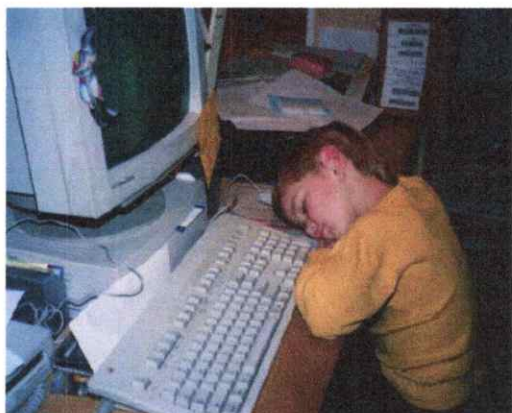
ELBIR
Elektronikus Lakossági Bűnmegelőzési Információs Rendszer



Biztonságos Internet Napja

A Biztonságos Internet Napot (Safer Internet Day – SID) az Európai Unió Safer Internet Program akcióterve keretein belül ma már a világon több mint 100 országban – köztük az Európai Unió minden tagállamában – minden év február első hetében rendezik meg.

A SID része egy globális kampánynak, melynek célja, hogy az online technológiák és mobil eszközök felelős és biztonságosabb használatára ösztönözzön. Ezen a napon szakemberek világszerte felhívják a figyelmet az internet előnyeire és veszélyeire is: zaklatásra, gyermekpornográfiára és egyéb illegális és káros tartalmakra. Ugyanakkor tájékoztatják a gyermekeket, szülőket, pedagógusokat és döntéshozókat a problémákról, és azok lehetséges kezeléséről.



Mikor és mennyit nézhet mesét, internetezhet vagy játszhat számítógépes játékkal egy gyerek?

Nehéz válaszolni a kérdésre, mert nincs két ugyanolyan gyermek, de az már tudott, hogy a túl korai és mértéktelen számítógépezés és tévézés neurológiai problémákat is okozhat a gyermek idegrendszerében. Számukra ugyanolyan csábító a változó, újszerű, izgalmas ingerekkel teli digitális világ, mint a felnőttek számára.

A gyermekek ingerkeresése azonban nem azonos a felnőttekével, mivel fejlődésük még nem zárult le, ezért olyan impulzusokkal kell körülvenni őket, melyek ideális körülményeket teremtenek az érzelmi, intellektuális és szociális készségek elsajátításához.

A figyelemzavar, csökkent tanulási képesség és túlzott mozgékonyság háttérben gyakran túlzott digitális eszközhasználat áll. Míg a gyermeknek alkalmazkodnia kell kortársai esetleg tőle eltérő igényeihez, a gép ezzel szemben „alkalmazkodik” hozzá, ami megkönnyíti a szórakozás lehetőségét. A szociabilitás kisgyermekkorban kialakuló készségei azonban hátrányt szenvednek, ha pajtások helyett okoseszközökkel játszik, nem tanul meg alkalmazkodni, kompromisszumokat kötni és a másik érzelmi állapotáival empatizálni.

A szorongás és elhízás, agresszió és indulatkezelési nehézségek a nem megfelelő idegrendszeri ingerléssel is kapcsolatban állhatnak. Egy digitális készülék nem tud annyi emocionális élményt adni, amit egy focipályán labdázás élménye, érzékszervi csatornákon keresztül. Akárhány éves is a gyermekünk, először a saját digitális viselkedésünket kell felülvizsgáljuk, hogy előbb mi változzunk, ha jó példát akarunk mutatni.

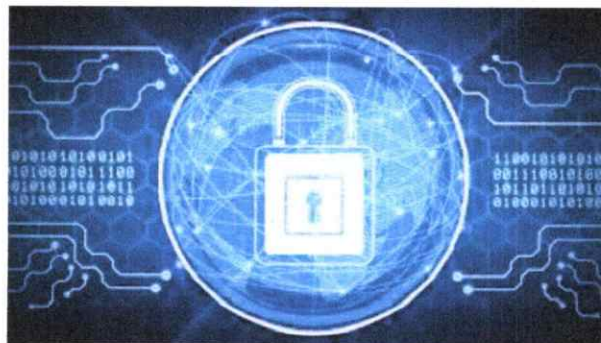
Ha pedig úgy érezzük, az egész család fejlődhet e téren, írjunk közösen „digitális családi szerződést”, és tegyük ki a hűtőre, hogy szem előtt legyen. Így a családtagok tudhatják, milyen szabályokhoz kell tartaniuk magukat.

BÁCS-KISKUN MEGYEI RENDŐR-FŐKAPITÁNYSÁG
BŰNMEGELŐZÉSI OSZTÁLY
KECSKEMÉT



- Hozzunk közös döntést arról, ki, mikor (hétvégén, hétköznap), mennyit és mire használhatja a digitális eszközöket!
- Hozzunk közös döntést arról, hol legyen a digitális eszközök helye, hol (hálósobában, étkezőasztalnál, családi programon) és mikor nem használhatjuk őket! Tanítsunk általános digitális etikettet és határozzuk meg a saját családjunk szabályait!
- Hozzunk közös döntést arról, hogy milyen képet akarunk sugallni gyermekünk számára a digitális világról. Ha nem akarjuk, hogy gyermekünk a legizgalmasabb tárgynak gondolja a telefont, mi se kezeljük úgy! Ha a gyermekkel vagyunk, szorítsuk minimálisra a mobilozást. Ne nézzünk videókat, időzítsük a barátokkal való chatelést és munkahelyi e-mailezést máskorra!
- Ha már nagyobb a gyermekünk, tanítsunk neki digitális etikettet! A példa ragadósabb, mint az elvárásokat szóban tudatni. Tanítsuk meg, mutassunk példát: mikor nem illik használni és mikor, hogyan használjuk, hogy ne zavarjunk vele másokat, például buszon vagy családi program során!
- Jelöljük ki a felelősségi viszonyokat. Húzzunk határokat olyan témákban, mint hogy választhat-e magának online tartalmat. Telepítsünk szűrőszoftvert a káros tartalmak távol tartásáért. Beszéljünk a közösségi média tartalommegosztásának velejáróiról és veszélyeiről, az online személyiség jelenségeiről. Ötleteljünk a digitális világ lehetőségeinek hasznos felhasználásáról!

Ne felejtsük, hogy a tiltott gyümölcs mindig édesebb,
de a korlátok biztonságot nyújtanak és szabad, önfeledt
játékteret biztosítanak.



Forrás: <https://www.digitalhungary.hu/kozossegi-media/Mikor-es-mennyit-nezhet-meset-internetezhet-vagy-jatszhat-szamitogepes-jatekkal-egy-gyerek/7850/>

Képek: *Internet*