

NASTOLATKI

KUP MI SMARTFONA, BO WSZYSZY MAJĄ!

Ulec, nie ulec?
A jeśli tak,
to kiedy i na jakich zasadach

Z MARTĄ WOJTAS
ROZMAWA EWA PĄGOWSKA

K

iedy kupić dziecku smartfon?

Jak najpóźniej. Amerykańskie Towarzystwo Psychiatryczne uważa, że odpowiedni wiek to 15., a nawet 16. rok życia.

Jak wynika z raportu NASK „Nastolatki wobec Internetu. 2017” w Polsce średni wiek, w jakim dzieci zaczynają systematycznie korzystać z Internetu, to 9 lat 17 miesięcy, co autorzy raportu wiążą z komuniijnymi prezentami. Prawdopodobnie jest więc, że nasze dziecko powie: „Kup mi smartfona, bo wszyscy mają”. Co wtedy zrobić? Przede wszystkim dowiedzmy się, co to znaczy „wszyscy”, bo dzieci



mają tendencję do generalizowania i może się okazać, że „wszyscy” to raptem trzy osoby. Jeśli rzeczywiście uczniów ze smartfonem jest w klasie dużo, to możemy np. spróbować zapewnić dziecku w domu na komputerze te atrakcje, z których rówieśnicy korzystają na smartfonie. Pokażmy mu, że też może oglądać filmiki, grać w gry czy kontaktować się z rówieśnikami – pod warunkiem że będzie się to odbywać w bezpiecznych miejscach w sieci i pod nadzorem rodziców.

Nie chodzi o to, żeby izolować dziecko od internetu, tylko by opóźnić moment korzystania ze smartfona. On może mieć wiele funkcji i aplikacji, z których nie wszystkie są bezpieczne, a sprawowanie kontroli nad tym, jak dziecko z nich korzysta, jest trudne.

Co robić, gdy to nie wystarcza? Dziecko mówi np., że zostało odrzucone przez klasę, bo na przerwach wszyscy poza nim śledzą w komórkach.

To jest problem, który warto omówić z nauczycielami, powiedzieć, że dzieci ze sobą nie rozmawiają, nie ma bycia razem, tylko jest bycie w komórce. I zainteresować się, co takiego dzieje się w tej szkole, że uczniowie nie spędzają czasu w inny sposób. Rozumiem, że wśród nich są dzieci, które non stop siedzą w telefonie, bo tak robią ich rodzice, ale nauczyciele powinni takie zachowania korygować, wspomagać uczniów w budowaniu relacji bez patrzenia w ekran i w funkcjonowaniu bez pomocnika, jakim jest telefon.

Dziecku dobrze jest pokazywać inne formy komunikowania się z rówieśnikami, imponowania im, bycia z nimi, ponieważ potrzeba asymilacji w tym wieku jest naturalna i powinna być zaspokojona. To też okazja do nauki asertywności, tego, że nasza wartość nie zależy od posiadania jakiegoś przedmiotu. Wymaga to dużej pracy rodziców, ale dzięki niej można się oprzeć presji kupna małego dziecka smartfona.

Można, ale czy warto?

Tego nie wiem... To jest decyzja rodzica zależna od konkretnej sytuacji. Ale jeśli już zdecydujemy się dać dziecku smartfon, trzeba zrobić to odpowiedzialnie. Warto wiedzieć, co to za urządzenie, jak działa i jakie zabezpieczenia możemy w nim zainstalować. Najczęstszą przyczyną, dla której dzieci nie proszą rodziców o pomoc podczas korzystania z nowych technologii, jest przekonanie, że rodzice nie wiedzą, o co chodzi. Dlatego najpierw sami postaramy się ze smartfonem zaprzyjaźnić.

Aby zabezpieczyć telefon, instaluje się w nim takie same programy ochronne jak w komputerze i tak samo rodzic może nadzorować jego użytkowanie. Nie chodzi tylko o nadzór nad tym, co robi dziecko, ale też o nadzór nad urządzeniem – są aplikacje, które instalują na komórkach szkodliwe oprogramowanie lub zawierają możliwość płatnych subskrypcji czy zakupów.

Jak powinien wyglądać ten nadzór?

W przypadku dzieci 7-8-letnich zalecany jest całkowity nadzór rodziców. Zachęcam, aby towarzyszyć im w poznawaniu internetu. W tym wieku dzieci dopiero zaczynają

pisać i czytać, więc nie są w stanie zrozumieć wielu komunikatów ani tym bardziej podejmować decyzji dotyczących bezpieczeństwa. 9-10-latki mogą już dokonywać pewnych wyborów, ale nadal opiekun powinien wiedzieć, co robią i jakie strony odwiedzają.

Trzeba zainstalować aplikację kontroli rodzicielskiej?

Na pewno.

A jeśli dziecko się buntuje, mówiąc, że smartfon jest jego prywatną rzeczą?

U dziecka w tym wieku często taki bunt pojawia się, kiedy rodzic najpierw podarował telefon, nie ustalając żadnych zasad, a potem nagle próbuje je wprowadzić. Najlepiej od początku przyzwyczajając dziecko do tego, że nadzór jest. Wtedy obecność rodzica nie będzie kojarzyć się z inwigilacją, tylko ze wspieraniem. Ono musi dostać informację: „Ja jestem w tym razem z tobą. Jeśli będziesz mieć problem, możesz do mnie przyjść i ja ci pomogę”. Często nie zdajemy sobie sprawy, że dziecko nie zawsze jest w stanie przełożyć teorię, którą zna, na praktykę. Weźmy zasadę: „Nie podawaj nikomu swoich danych osobowych”. Dziecko może ją znać i jednocześnie nie rozumieć, że wpisując imię i nazwisko, żeby zainstalować jakąś aplikację, właśnie tę zasadę łamie. Jeśli przy nim jesteśmy, możemy powiedzieć: „Zobacz, ta aplikacja nie jest fajna, bo żąda twoich danych”. Mamy też okazję uczyć je netykiety, szanowania cudzej własności i dbania o własne dobra w internecie, bo jeśli np. dziecko gra w grę, w której można kupować broń czy miecze i my mu taki wirtualny sprzęt kupimy za realne pieniądze, a potem z tym sprzętem zostawimy, to może się zdarzyć, że padnie ofiarą oszustów. Ktoś np. zaproponuje, że zdobędzie dla niego dodatkowe punkty, jeśli ono poda hasło do konta. Dzieci często się na to nabierają i tracą swoje dobra.

Czy takie małe dzieci powinny grać w gry lub rejestrować się w serwisach internetowych, w których jest możliwość interakcji z obcymi osobami?

Zasada jest prosta. Obowiązuje granica wieku określona w regulaminie. Jeśli jakaś aplikacja czy serwis są przeznaczone dla osób powyżej konkretnego wieku, to trzeba uznać, że ta granica została ustalona z jakiegoś konkretnego powodu, i nie należy jej łamać.

Ale tu znów może się pojawić argument „cała klasa ma”, np. konto na Snapchacie.

Jeśli cała klasa ma, to być może warto porozmawiać o tym z innymi rodzicami z klasy i ze szkołą, bo dziecko, które korzysta z serwisów społecznościowych, mimo że regulamin na to nie pozwala, jest narażone na różne niebezpieczeństwa.

A blogi? Pozwolić dzieciom je prowadzić?

Najczęściej dzieci chcą prowadzić bloga, by dzielić się swoimi zdjęciami, pracami, tym, co się dzieje w ich życiu. Można więc się domyślać, że będą go traktować jak pamiętnik i publikować w nim osobiste informacje. Pojawia się problem ochrony prywatności. Dlatego warto porozmawiać z dzieckiem o tym, że publikowanie treści na blogu jest

NASTOLATKI



Marta Wojtas

Psycholożka i specjalistka ds. bezpieczeństwa dzieci i młodzieży online
w fundacji Dajemy Dzieciom Siłę

równoznaczne np. z opowiedzeniem o czymś wszystkim osobom na podwórku, więc dobrze jest zastanowić się nad tym, czym chcemy się dzielić informacjami z całym światem. Ważne jest, by rodzic cały czas czuwał nad tym, co jest publikowane, i mógł interweniować, jeśli pojawią się jakieś wrażliwe dane czy prywatne informacje, ponieważ mogłoby to narazić dziecko na niebezpieczeństwo.

Ile czasu dzieci mogą spędzać w internecie?

Zalecenia specjalistów na temat czasu korzystania z internetu przez dzieci mówią o maksymalnie dwóch godzinach dziennie. Według Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego trzymanie się tego limitu pozwala znaleźć dziecku czas na inne aktywności w ciągu dnia i nie zaburza jego funkcjonowania w świecie rzeczywistym.

W jaki sposób to kontrolować?

Bez specjalnej aplikacji może być trudno. Kiedy nie kontrolujemy czasu spędzanego przez dziecko w internecie, ono może się przyzwyczaić do ciągłego sprawdzania tego, co się tam dzieje. Takie zachowanie może się stać nawykiem i sprzyjać rozwojowi uzależnień behawioralnych. Nie chodzi o to, żeby walczyć z internetem, tylko wprowadzić mądrą równowagę i tak zorganizować dziecku czas, by internet nie był dla niego jedyną atrakcją.

Co robić, jeśli już popełniliśmy błąd – daliśmy dziecku smartfon, nie ustaliliśmy zasad, nie wiemy, co ono robi w internecie, i dowiadujemy się od znajomych, że np. pisze wulgarne wiadomości albo kogoś hejtuje?

W takich sytuacjach warto się dowiedzieć, dlaczego dziecko wyraża swoje emocje, używając wulgarnych słów lub kogoś obraża. Może naśladować coś, co widziało w internecie, może robi to pod wpływem innych osób, nie potrafi sobie radzić z emocjami lub nie wie, że jego zachowanie jest formą przemocy. Nie ma sensu przeglądać jego telefonu po kryjomu, pytać, czy wszystko jest w porządku, mówić ogólnie o zasadach zachowywania się w sieci. Trzeba powiedzieć, że wiemy, co zrobiło, i chcemy, by pokazało nam swój telefon. Wtedy rozmowa o konkretnej sytuacji wydaje się łatwiejsza, a dzięki niej możemy poznać przyczynę problemu i podjąć próbę rozwiązania go.

A jeśli dziecko jest ofiarą przemocy w sieci i prosi nas o wsparcie?

Przede wszystkim może potrzebować od nas tego, byśmy naprawdę wysłuchali, co się stało, ponieważ sytuacji związanych z hejtingiem i cyberprzemocą jest bardzo dużo i są bardzo różne. Jeśli chcemy podjąć odpowiednie kroki, dobrze jest wiedzieć, co się dokładnie stało, co kto komu powiedział, kto co odpowiedział, w jakim miejscu w internecie się to stało – czy chodzi o prywatne wiadomości, czy coś zostało udostępnione publicznie, czy są świadkowie itd. Dopiero wtedy możemy interweniować, np. żądać od administratorów usunięcia zdjęcia, zgłosić sprawę na policję, rozmawiać ze szkołą czy rodzicami innych dzieci.

Zawsze zachęcam do tego, aby dążyć do zlikwidowania problemu, a nie jedynie stosować doraźne rozwiązania. Czasem np. usunięcie kompromitującego zdjęcia z sieci nie wystarczy, bo ktoś mógł je zachować. Poza tym taka przemoc w sieci jest często odzwierciedleniem tego, co się dzieje w realu albo może się do realu przenieść.

Co może zrobić szkoła, jeżeli sprawcami przemocy są koledzy z klasy naszego dziecka?

Może zorganizować warsztaty czy prelekcje dotyczące zachowania w internecie. To czasem wystarczy, jeśli problem wynikał z tego, że dzieci nie miały świadomości, że to, co robią, nie jest dobre. Można poprowadzić lekcję według jednego ze scenariuszy dostępnych na platformie edukacyjnej fundacji Dajemy Dzieciom Siłę (edukacja.fdds.pl). Jeżeli problemem są relacje w klasie, warto pomyśleć o warsztatach integracyjnych, poprosić o pomoc z zewnątrz, zaangażować poradnię psychologiczną.

A jeśli dziecko prosi, by zachować tajemnicę, bo boi się reakcji rówieśników?

To zależy, z czym mamy do czynienia. Dotrzymanie tajemnicy jest ważne dla utrzymania dobrej relacji z dzieckiem, ale nie zawsze możliwe. Dzieci będące ofiarą długotrwałej przemocy zwykle proszą: „Nic nie mów, bo ja się ich boję”, ale nie pomożemy im, pozostając bierni. W takich chwilach interwencja rodziców może być konieczna, gdyż dziecko sobie samo nie poradzi. Jeśli rodzic nie wie, co zrobić, może zadzwonić do naszej fundacji pod bezpłatny numer telefonu dla rodziców i profesjonalistów w sprawie bezpieczeństwa dzieci: 800 100 100, gdzie uzyska poradę, co można zrobić w konkretnej sytuacji. ●