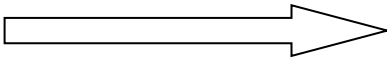


# Stat' sa chytrou domácnosťou

## Pamätať na veľký obraz rodičovstva!

- Rodičovstvo štádium 1 0-5 Učiť *poslušnosti*
- Rodičovstvo štádium 2 6-12 Vyučovať s cieľom rozvíjať **charakter**
- Rodičovstvo štádium 3 13-18 Koučing s cieľom **múdrosti**



*Cieľ je zrelosť a nezávislosť*

Do zrelosti nedorazia samé, potrebujú výchovu, vyučovanie, tréning, aby tam dospeli. Tá zahŕňa aj oblasť technológií!

## Technológie sú tu

- Nie sú nevyhnutne zlé, alebo dobré. Záleží na tom, ako ich používame.
- TV, PCs, hracie konzoly, tablety, laptopy, telefóny, smartfóny sú súčasťou každodenného života
- Všetky naše deti sú súčasťou iGen - nepoznajú život bez internetu

## Sociálne médiá sú tu

- Facebook, Snapchat, Instagram, Twitter, Whatsapp sú súčasťou sveta našich detí a tínedžerov.

## Online hry sú tu

- Väčšia záležitosť chlapcov. Dievčatá vo veku 12-15r. trávajú na online hrách okolo 8hod/ týždeň (8h 12min). Chlapci v tomto veku trávajú skoro 15 hod/týždeň (14h 48min)
- Dievčatá vo veku 12-15r. trávajú 21,5 hod/týždeň na mobile, čo je skoro 50% viac ako chlapci (cca. 15h).<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Offcom - Children and Parents: Media Use and Attitudes Report 2017

## Niekoľko štatistík z Veľkej Británie:



**3-4s**

**1%** have their own smartphone, **21%** have their own tablet.

**96%** watch TV on a TV set, for around **15h a week**

**41%** watch TV on other devices, mostly on a tablet

**40%** play games, for nearly **6h a week**.

**53%** go online, for nearly **8h a week**.

**71%** of these mostly use a tablet to go online.

**48%** use YouTube, of which 52% of these say cartoons are their favourite thing to watch, 15% say unboxing videos.

**0%** have a social media profile.



**5-7s**

**5%** have their own smartphone, **35%** have their own tablet.

**95%** watch TV on a TV set, for around **13½h a week**

**49%** watch TV on other devices, mostly on a tablet

**66%** play games, for nearly **7½h a week**.

**79%** go online, for around **9h a week**.

**63%** of these mostly use a tablet to go online.

**71%** use YouTube, of which 30% say cartoons are their favourite thing to watch, 18% say funny videos or pranks.

**3%** have a social media profile.

The **TV set** is the device they say they would miss the most.



**8-11s**

**39%** have their own smartphone, **52%** have their own tablet.

**95%** watch TV on a TV set, for nearly **14h a week**.

**55%** watch TV on other devices, mostly on a tablet

**81%** play games, for around **10h a week**.

**94%** go online, for nearly **13½h a week**.

**46%** of these mostly use a tablet to go online, **22%** a mobile.

**81%** use YouTube, of which 23% say funny videos or pranks are their favourite thing to watch, 18% say music videos.

**23%** have a social media profile.

The **TV set** or **tablet** are the devices they would miss the most.



**12-15s**

**83%** have their own smartphone, **55%** have their own tablet.

**91%** watch TV on a TV set, for nearly **14½h a week**.

**68%** watch TV on other devices, mostly a tablet or mobile.

**77%** play games, for around **12h a week**.

**99%** go online, for nearly **21h a week**.

**49%** of these mostly use a tablet to go online, **26%** mostly use a mobile.

**90%** use YouTube, of which 26% say music videos are their favourite thing to watch, 23% say funny videos or pranks.

**74%** have a social media profile.

Their **mobile phone** is the device they would miss the most.

2

---

<sup>2</sup> Ofcom - Children and Parents: Media Use and Attitudes Report 2017

Vyššie tretiny (37%) 15r. detí vo VB sa dá klasifikovať ako “extrémni užívatelia internetu” (viac ako 6 hod/deň)<sup>3</sup>

## **Sociálne médiá - potenciálna pomoc vzťahom**

- Existujeme pre vzťahy
- Priateľstvo je dobrý Boží dar
- Takže technológie a apky ktoré posilňujú dobré vzťahy sú užitočné veci

## **Sociálne médiá - potenciálna pohroma**

- **Dôvod byť znepokojený:** “Bojím sa, že kolektívne zatvárame oči pred celou generáciou detí predčasne vystavených škodlivým emočným vedľajším účinkom sociálnych médií. Je to ako morálne nesprávne, tak veľmi neférové voči rodičom, ktorí čelia nezávideniahodnému rozhodovaniu či dovoliť deťom používať platformy na ktoré sú primladené alebo ich vylúčiť zo sociálnej interakcie v ktorej je drvivá väčšina ich rovesníkov zapojená”.<sup>4</sup>
- **Dokonale využíva zápasy každého tínedžera - problémy, ktoré ich tak sužujú**
  - Lenivosť, sexuálne pokušenia, nemúdry výber priateľov, ohováranie, náchylnosť podľahnúť tlaku rovesníkov, problémy s autoritami, zameranie sa na imidž a identitu, žiť len pre daný moment...
- **2D nie je 3D**
  - boli sme stvorení pre reálne vzťahy - robiť reálne veci s reálnymi ľuďmi

## **Sociálne médiá - niekoľko reálnych nebezpečenstiev:**

---

<sup>3</sup> <https://www.theguardian.com/technology/2017/jun/30/british-teenagers-among-worlds-most-extreme-internet-users-report-says>

<sup>4</sup> Jeremy Hunt, UK Health Secretary, letter to Social Media Companies 2018

<http://www.bbc.co.uk/news/uk-43853678>

- **Rodičia a rodičovská múdrosť môže ísť na vedľajšiu koľaj**
  - deti sa dostanú ľahko spod kontroly a komunikácie
  
- **Nebezpečenstvo neustáleho rozptýlenia a vyhýbania sa zodpovednosti**
  - rozptyľujú od vecí, ktoré potrebujeme robiť: práca, služba druhým
  - rozptyľujú od oddychu
  - “Chce sa nám odložiť bremená rolí, ktoré nám Boh dal ako otcom, mamám, šéfom, zamestnancom, študentom”<sup>5</sup>
  - Vyhýbame sa prioritám t.j. spraviť správnu vec v správnom poradí
  
- **Zlá spoločnosť a posmeškári sú privedení domov**
  - Domácnosť sa stáva menej vplyvnou a domov je menším útočiskom
  
- **Potenciálna posadnutosť sám sebou**
  - Zameranosť na samého seba nikdy nie je dobrý nápad.
  - Závislosť na smartfónoch môže byť závislosťou na sebe samom
  
- **Potenciálna posadnutosť na prijatí rovesníkmi**
  - Školská kultúra hyper prijatia prichádza domov
  - Odizolovanie sa od ľudí, ktorí nerozmýšľajú ako my alebo nás “nelajkujú”
  
- **Potenciálna posadnutosť s imidžom**
  - Charakter je na vedľajšej koľaji
  - Sexualizácia

---

<sup>5</sup> John Piper: “Six Wrong Reasons to Check Your Phone in the Morning: And a Better Way Forward.” Desiring God, [desiringGod.org](http://desiringGod.org) (June 6, 2015).

- Nespokojnosť so sebou a svojím telom
- **Potenciál na nespokojnosť**
  - FOMO (strach, že niečo premeškám)
  - Reklama nie je produkovaná aby šírila spokojnosť
- **Potenciálne nebezpečenstvo mentálneho zdravia**
  - Úzkosť
  - Depresia
  - Poruchy výživy
  - Seba poškodzovanie
  - Nespavosť
  - Samota
- **Potenciál zničiť vzťahy**
  - Príliš jednoducho sa komunikuje bez rozmýšľania, ohovára a búri voči autoritám
- **Potenciál na množstvo plytkých vzťahov**
  - Ozajstné vzťahy si vyžadujú čas a energiu
- **Romantické vzťahy sú rýchlo a ľahko intenzívne**
- **Potenciál zamerat' sa na povrchné, nie dôležité**
- **Strata schopnosti čítať a sústrediť sa**

## **Technológie a vážny problém pornografie**

- Sexting a online porno nahradili mnohým sexuálne experimentovanie
- Vytvára závislosť
- Vplýva na vzťahy v budúcnosti
- Tínedžeri a ešte mladší nemajú múdrosť zvládnuť to sami!

## **Sociálne médiá – nemusíme si zúfat'!**

- Ale musíme byť chytrejší než chytré mobily - buď chytrý v tom kedy a ako deti používajú sociálne médiá
- Trénuj ich a postupne na nich presúvaj zodpovednosť
- Neprestávajú ich trénovať vo všetkých veciach života, aby boli múdri v 3D a potom tie veci použili v 2D živote.

### **Top tech tipy:**

- **Nebud' závislák na obrazovke/sociálnych médiách ty sám**
- **Nevychovaj závislakov na obrazovky - Závislosť začína veľmi skoro!**
  - snaž sa žiť čo najviac v 3D
  - robiť veci telesne je ťažšie ale lepšie
  - nebáť sa vytvárať nudu
- **Trénuj ich**
  - od prvej SMSky
- **Vytvorte časy a miesta, kde zariadenia nemôžu!**
  - Zóny bez obrazoviek a časy bez obrazoviek
  - Spálne? Detské?
  - Potrebujú svoj mobil všade?
  - Stále sa dá kúpiť aj budík!
  - Nemusíš mať svoj mobil stále vo vrecku!
  - Na časoch spoločného stolovania záleží
  - Získaj späť čas na cestách
  - Vypnúť pred spaním
- **Nech žiadne zariadenie nie je výnimkou!**
  - Otvorené dvere atď.

- Očakávaj úplný prístup na všetky zariadenia
- **Zober im ho, ak je to treba!**
- **Dbaj na to, aby bolo užitočným nástrojom, nie tyranom!**
- **Využi filtre a rodičovské ochrany atď**
  - Nezabudni však: Pravidlá a filtre ochrania
  - sčasti ale rozhovormi budujeme múdrosť a charakter

### **Konkrétne tipy pre život na sociálnych siet'ach:**

- Váš domov nech je útočiskom
- Poznaj dobre svoje deti
- Poznaj ich priateľov v 3D aj 2D
- Držte sa minimálnych vekov (aspoň)
- Zváž či ich budeš "Sledovať"
- Zváž nasledujúce princípy:
  - Maj len tých online priateľov, ktorých poznáš aj v reálnom živote
  - Nehovor nič, čo by si nepovedal tvárou v tvár
  - Využi online vzťah na zlepšenie reálnych vzťahov
  - Vypni všetky nie nevyhnutné upozornenia

**Technológie sú na svojom správnom mieste** keď nám pomáhajú zblížiť sa s reálnymi ľuďmi s ktorými by sme mali mať láskyplné vzťahy. Nie sú na svojom správnom mieste, keď skrze ne nadväzujeme neosobné vzťahy (ako napr. s celebritami, ktoré nikdy nestretneme).

Technológie sú na svojom správnom mieste, keď rozbiehajú dobré rozhovory. Nie sú na správnom mieste, keď nám zabraňujú skutočne komunikovať a počúvať sa navzájom.

Technológie sú na tom správnom mieste, keď nám pomáhajú starať sa o naše krehké telá. Sú mimo, keď sľubujú, že nám pomôžu vymknúť sa z obmedzení a zraniteľnosti našich tiel.

Technológie sú tam, kde majú byť, keď nám pomáhajú získať zručnosť a majstrovstvo v oblastiach, ktoré sú slávou ľudských schopností (šport, hudba, umenie, kulinárstvo, písanie, účtovníctvo...) Keď nechávame technológie nahradiť rozvoj zručností pasívnym konzumom, niečo nie je v poriadku.