



Biserka Lep

Ob izidu *Smernic za uporabo zaslonov pri otrocih in mladostnikih*



Prve nacionalne Smernice o uporabi zaslonov pri otrocih in mladostnikih so pripravili primarni pediatri iz Sekcije za primarno pediatrijo Združenja za pediatrijo pod okriljem Odbora za osnovno zdravstvo pri Zdravniški zbornici Slovenije skupaj s strokovnjaki z drugih področij. Nastale so na podlagi izsledkov raziskav in konsenza številnih strokovnjakov ter po zgledih smernic iz tujine. Dokument je dobil široko podporo različnih strokovnih organizacij.

Uporabi zaslonov se danes ne moremo izogniti, zato je pomembno, kako jih uporabljamo in kakšen vzorec vedenja odrasli hote ali nehotе predajamo generacijam otrok in mladostnikov.

Smernice so namenjene predvsem starejšim otrokom in mladostnikom. Uporaba zaslonov pri starših je dejavnik, ki vpliva na uporabo zaslonov pri otrocih. Manj časa so pred zasloni tisti otroci, katerih starši postavijo jasne meje uporabe, ki se jih tudi sami držijo. Smernice so namenjene tudi vsem nam, ki se pri profesionalnem delu srečujemo z otroki in mladostniki, tj. vzgojiteljem, učiteljem, svetovalnim delavcem, knjižničarkam, pediatrom, psihologom idr.

V smernicah so predlagana priporočila za uporabo zaslonov v prostem času od rojstva do polnoletnosti. Predlagajo, da naj otroci do 2 leta starosti ne uporabljajo zaslonov, sicer pa do vstopa v šolo le uro na dan, pa še to v navzočnosti staršev. Učenci v prvem vzgojno-izobraževalnem obdobju največ uro na dan, v drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju največ uro in pol, učenci tretjega vzgojno-izobraževalnega obdobja in dijaki pa največ dve uri na dan. Hkrati poudarjajo pomen vsebine in način uporabe zaslonov, ne le priporočljivo časovno omejitvev.

Predšolski otroci potrebujejo predvsem bližino odraslega, ki je fizično navzoč, kar pomeni, da se z otrokom pogovarja, je z njim v osebnem stiku ter ga podpira pri učenju novih veščin. Ugotovili so namreč, da je učenje prek zaslonov pri manjših otrocih povezano s težjim prenosom vidnega in slišnega v vsakdanje življenje kot pa v primeru, ko učenje poteka v živi interakciji.

Učenci v šolah uporabljajo zaslone tudi pri učenju. Uporaba digitalnih tehnologij pri učenju ne samo da ima pozitivne učinke, temveč je danes tudi nuja. Pomembno je, da je uporaba časovno premišljena in namenjena kakovostnim vsebinam. Hkrati pa naj bi v šolah potekalo tudi seznanjanje učencev s pastmi uporabe in razvijanje veščin varne uporabe digitalnih tehnologij ter postopno opolnomočenje učencev za samostojno uporabo le-teh. Mnogi starši namreč ne poznajo niti prednosti niti pasti uporabe digitalnih tehnologij, prav tako pa ne posledic njihove čezmerne rabe.

Imamo torej smernice za uporabo zaslonov v slovenskem jeziku. Uporabljajmo jih pri našem vsakdanjem delu, širimo znanje in spoznanje, da le varna uporaba zaslonov koristi našim potomcem in le kot takšna ne vodi v odvisnost. ●