

WEBINAR ZA RODITELJE

11.10.2022. | 18-19 sati

Izazovi odgajanja djeteta u digitalnom dobu

Put oporavka

jačanje mentalnog zdravlja djece, mladih i obitelji



Centar za nestalu
i zlostavljanu djecu



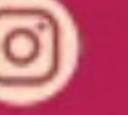
OSJEČKO-BARANJSKA
ŽUPANIJA





Centar za nestalu
i zlostavljanu djecu

**Zajedno za
dobrobit djece**

www.cnzd.org |   





Centar za nestalu
i zlostavljanu djecu



100+ djece u svakodnevnom tretmanu



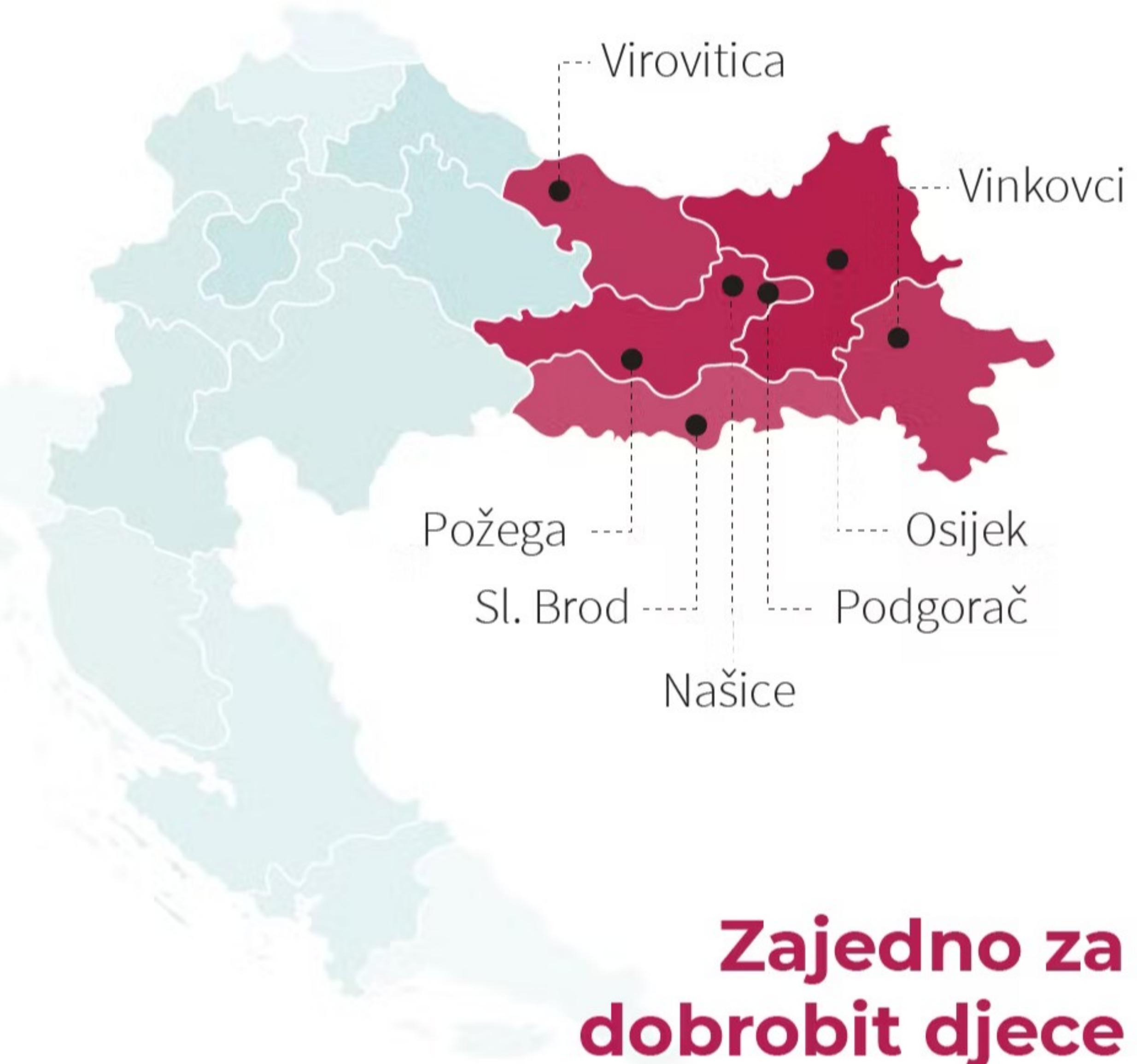
7 naših Centara za rad s djecom
djeluje u 5 županija RH



20+ zaposlenih stručnjaka svakodnevno
radi s djecom, mladima i obiteljima



30000+ djece godišnje sudjeluje u
brojnim aktivnostima Centra



Glavna područja rada Centra mogu se podijeliti u četiri glavne kategorije:




Poludnevni boravak za djecu
i mlade s problemima u ponašanju


Centar za sigurniji internet


Nestala djeca, trgovina djecom,
djeca bez pravnje i djeca azilanti


Savjetovalište za djecu,
mlade i obitelj



Spojite se za interaktivni rad



Hvala vam

221 prijava kroz Zoom suučelje



Potpisna lista

<https://forms.gle/9t3WMLpCBBbAddF8>

9



Današnja tema

- izazovi odgajanja djeteta u digitalnom dobu.

Aktivnost se provodi u sklopu projekta
Put oporavka II - jačanje mentalnog
zdravlja djece, mladih i obitelji,
financiranog od strane Osječko-baranjske
županije.



Koja su vaša očekivanja od današnjeg webinara?

Čuti nešto novo

Mentalno zdravlje

Mentalno zdravlje uključuje naše emocionalno, psihičko i socijalno blagostanje.

**Utječe na to što:
mislimo, kako se osjećamo i kako se
ponašamo.**

Određuje kako:

- se nosimo sa stresom**
- se odnosimo prema drugima**
- donosimo odluke.**



Za očuvanje mentalnog zdravlja važno je:

- održavati zdravu prehranu
- baviti se rekreativnim sportom ili tjelesenom aktivnošću barem 2 puta tjedno
- razgovarati sa svojim bliskim i voljenim osobama
- raditi stvari u kojima uživate
- razmisliti što vam sve dobro ide i naći način da proširite svoja zanimanja, hobije i vještine



Prikaz istraživanja - Mentalno zdravlje i navike korištenja društvenih mreža među djecom i mladima

**N = 60 (7-17 godina), 7 poludnevnih boravaka
Centra**

- ne postoji statistički značajna povezanost između učestalosti korištenja najdraže društvene mreže i mentalnog zdravlja
- više od polovice sudionika (53,3%) ne prijavljuje neprimjerene sadržaje i neželjene kontakte na društvenim mrežama



Istraživanje - deSHAME

- svaki peti srednjoškolac u posljednjih je godinu dana ili pretrpio ili svjedočio seksualnom zlostavljanju na internetu
- gotovo 30% srednjoškolaca navodi kako ne bi prijavilo seksualno uznenemiravanje na internetu jer se brinu da bi za to okrivili njih same



UTJECAJ MEDIJA NA RAZVOJ DJECE

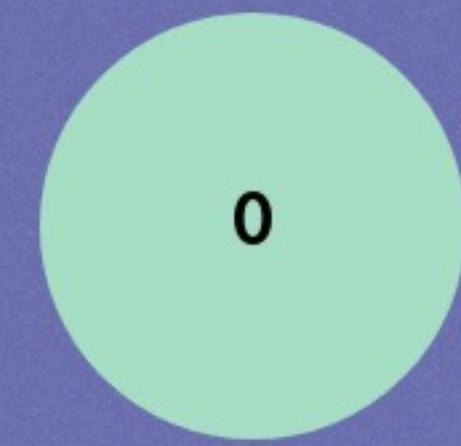
- medijsko djetinjstvo / digitalni uređenici
- izloženost medijskim sadržajima u razdoblju razvoja i socijalizacije
- najosjetljivija skupina korisnika

- nesvjesno usvajanje nametnutih ideja ili osjećaja
- pozitivne strane

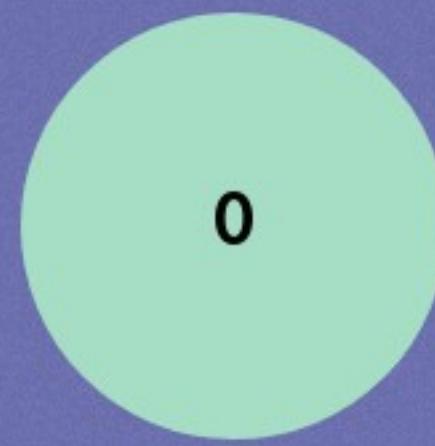


Postoje li u vašoj obitelji pravila korištenja ekrana?

Da



Ne



Roditelji moraju odlučiti o korištenju medija u kući i obitelji, a "odlučivanje" uključuje:

- razgovor, planiranje i raspored uporabe medija
- pronalaženje (novih) načina zabave u obitelji
- isključivanje nekih medija u potpunosti ili povremeno
- odabir sadržaja za djecu
- učenje djece kritičkom promišljanju ponuđenih sadržaja

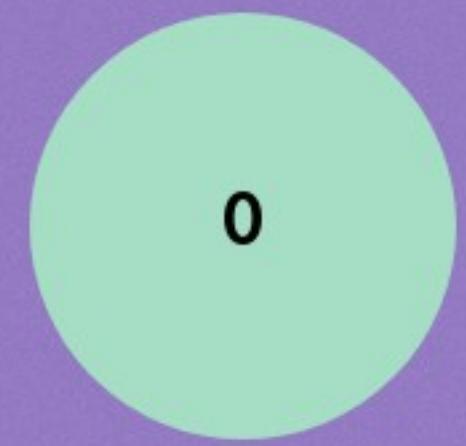


Angažman roditelja na uređajima u prisutnosti njihove djece smanjuje kvalitetu interakcije roditelja i djeteta.



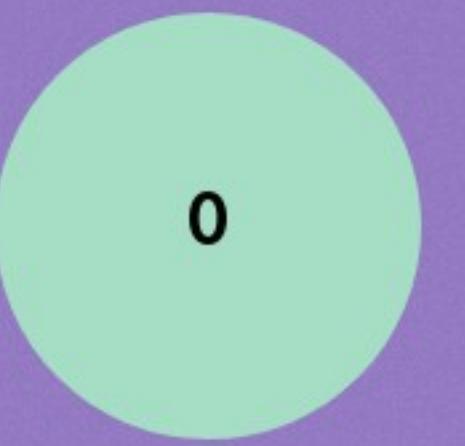
Birate li sadržaje na ekranima koje gledaju djeca?

Da



0

Ne



0



Što još možemo napraviti?

- ne uvoditi gledanje TV-a za djecu mlađu od 3 godine
- roditelji trebaju sudjelovati u izboru medijskih sadržaja za djecu
- TV uključiti kada se prikazuje neki zanimljiv program
- izbjegavati TV ujutro, pred spavanje i tijekom obroka
- pružiti knjigu/slikovnicu/enciklopediju



**Isključiv stav roditelja za ili protiv
medija može biti štetan.**

--



Razumijevanje medijskih sadržaja kod djece

- **do 18 mjeseci** - ne razumiju radnju, privlače iz zvukovi i svjetla, mogu imitirati jednostavne radnje i pokrete
- **18 mjeseci do 3. godine** - pozornost privlače zvukovi i svjetlosni efekti, koncentracija je slaba, brza izmjena scena, imitacija u igri
- **3. do 5. godine** - sve sadržaje gledaju kao cjelinu, animirani filmovi, ne mogu razlikovati stvarne od fiktivnih sadržaja
- **6. do 11. godine** - ulažu manje napora pri praćenju, bolje razumijevanje, traže uzore u likovima, počinju ih zanimati horor filmovi



Koja je minimalna dob za kreiranje profila na društvenim mrežama?

0 — ✓ 13 — 18



Online izazovi

- lako dostupni
- većina ih je zabavna ili smiješna
- posebno opasni kada su usmjereni seksualnom uznemiravanju ili samoozljedivanju
- motivacija za upuštanje



Igranje videoigara

- pozitivne i negativne strane
- roditelji su najčešći igrači videoigara
(prosječan igrač ima 37 godina)
- videoigre imaju vrlo jasan i precizan
sustav kategorizacije - PEGI



Sharenting

pitanje odgovornosti roditelja!



Ovisnost o internetu - postoji li to uopće?

Ovisnost o internetu nije uključena u
službeni klasifikacijski sustav mentalnih
bolesti i poremećaja!



Poremećaj igranja internet igara

- 0,7% do 27,5%, (prevladava M spol)
- tendencija pada prevalencije s porastom dobi
- strukturalne i funkcionalne promjene u mozgu
- komorbiditeti su norma – a ne iznimka
- uzorci nerijetko nereprezentativni
- tretman



Kada kupiti mobitel/ igraće konzole djeci?

- edukacija
- nema odgovora koji vrijedi za sve



Obiteljski ugovor

Primjer šaljemo u chat!



Digitalni detoks

Jeste li pokušali?



Internet može zamijeniti stručnjake?

Googlanje simptoma

- potencijalne opasnosti
- moguće dobrobiti



Mogućnosti na društvenim mrežama

- nadzor na društvenim mrežama
- aktiviranje skrivenih riječi (komentari, poruke, objave)
- privremeno zaustavi sve - "take a break" opcija
- "hvatanje" potencijalno štetnih objava i prije objave
 - ograničenja neželjene interakcije
- prikazivanje manje oglasa o odabranim temama (alkohol, kućni ljubimci, društvena pitanja, izbori ili politika...)

Meta - Family Center -
<https://familycenter.instagram.com/education/>



Kako možete prepoznati da je dijete žrtva elektroničkog nasilja?



Znakovi da je dijete doživjelo elektroničko nasilje:

- prestaje koristiti računalo ili mobitel/povećanje vremena provedenog na internetu
- čini se nervozno ili razdražljivo kada koristi tehnologije
- spominje nepoznate osobe i pridavanje sve veće važnosti aktivnostima i osobama na internetu
- zatvaranje stranica/chatova ili skrivanje mobitela kada se roditelj/skrbnik ili neka druga osoba približi
- izbjegavanje razgovora o upotrebi računala i interneta
- brisanje korisničkih računa/otvaranje puno novih



Smjernice o postupanju u slučaju elektroničnog nasilja

http://netica.hr/materijali/Smjernice_o_postupanju.pdf



Savjetovalište za djecu, mlade i obitelj

<https://cnzd.org/savjetovaliste/>



Prikaz istraživanja - Mentalno zdravlje i navike korištenja društvenih mreža među djecom i mladima - što žele poručiti odraslima?

“Da ima puno vrijedanja.”

‘Misle da je glupost, ali je korisno.’

“Da nije opasno koliko misle i da vide i dobre strane.”



Evaluacija

<https://forms.gle/x8xK5ST9M9HLi94p7>

Potvrda sudjelovanja je u chatu!



Hvala vam na sudjelovanju!

<3

