

0-8 gadīgu bērnu digitālo mediju lietošana un vecāku mediācija

Sintija Lielšvāgere-Endele






Doc. Jeļena Ļubenko, Dr.Psych

RSU

Sabiedrības veselības un sociālās labklājības fakultāte

Veselības psiholoģijas un pedagoģijas katedra

Vecāku mediācija- vecāku vadītas attiecības starp bērnu un medijiem

-  Aktīvā mediācija
-  Kopīga mediju lietošana
-  Ierobežojoša mediācija
-  Tehniski ierobežojoša mediācija
-  Uzraudzība (*Nikken&Schols,2015*)

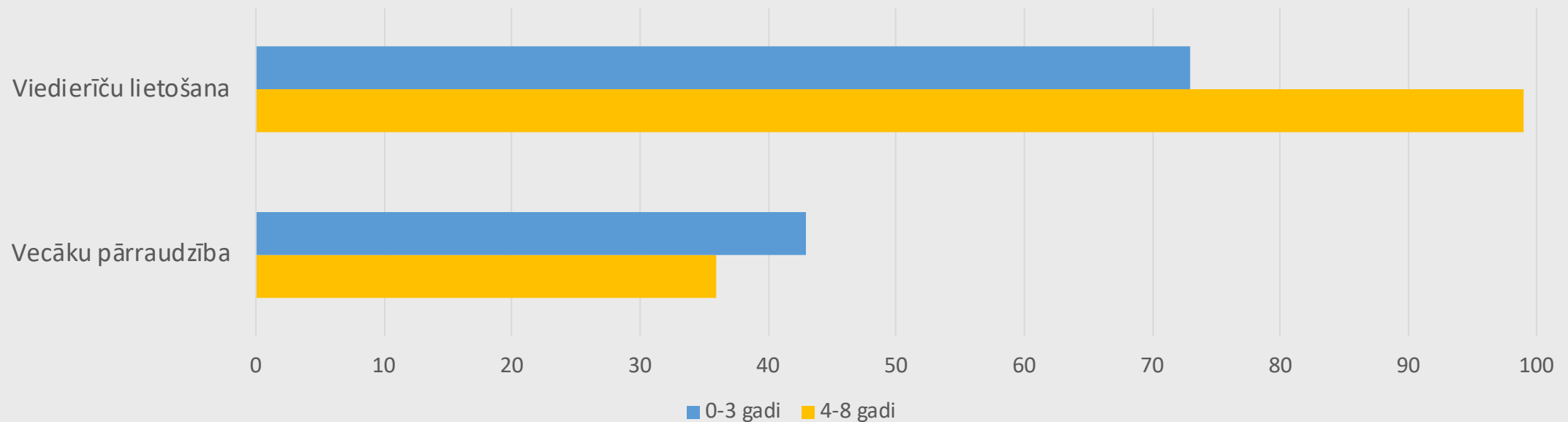
Vecāku uztvertās raizes

Lai gan vecāki cenšas būt iesaistīti, kontrolēt un vadīt bērna interneta un mediju izmantošanu, tomēr katrs astotais vecāks nav drošs par savām spējām (*Nikken & Haan, 2015*).



0-8 gadīgu bērnu digitālo mediju lietošanas tendences

Latvijā:



Dardedze, 2017

No vecāku kontroles uz aktīvu mediāciju




Vecāku mediācija par 2-8 gadīgu bērnu digitālo mediju lietošanu un ar to saistītie faktori, intervences izstrāde un aprobācija.




Informācija par dalībniekiem pētījumā

I POSMS

 **77** respondenti

 85 % sievietes

 Vidējais vecums
32,8 gadi (SD=5,5)

II POSMS

 **3** eksperti







 Sertificēti psihologi

 Ir pieredze

III POSMS

 **25** dalībnieki

I POSMA aptaujas rezultāti (N=77)

-  Visbiežāk bērni lieto TV (40%) ;
-  Visbiežāk lietotais saturs ir pasīvā izklaide (M=2,5; SD=0,85) ;
-  72,7 % uzskata, ka iespēja izglītoties ir DM* ieguvums;
-  40,3 % uzskata, ka atkarība ir liels DM* risks;
-  Visaktīvāk vecāki pielieto uzraudzības stratēģiju (M=4,38 ; SD=0,66);
-  Vidēji vecāki savas raizes ir novērtējuši ar 3,5 punktiem (SD=1,03).

DM*- digitālie mediji

DIGI AKTĪVS VECĀKS

ikdienā veido sarunu ar bērnu par digitālajām ierīcēm, aktīvi līdzdarbojas un vairo pozitīvu to lietošanas pieredzi.

Palīgrīks

JAUTĀJUMU KARTIŅAS

JAUTĀJUMU KARTIŅAS



DIGI REDZOŠS VECĀKS

ir bērnam klātesošs un gatavs
sniegt atbalstu digitālo ierīču
lietošanas laikā.

Palīgrīks

LAIKA APLĪ

LAIKA APLIS

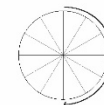


Ieturi bērnam regulāras pauzes:

2-4 gadi

5-8 gadi

pauze ne ilgāk
kā pēc 15 min



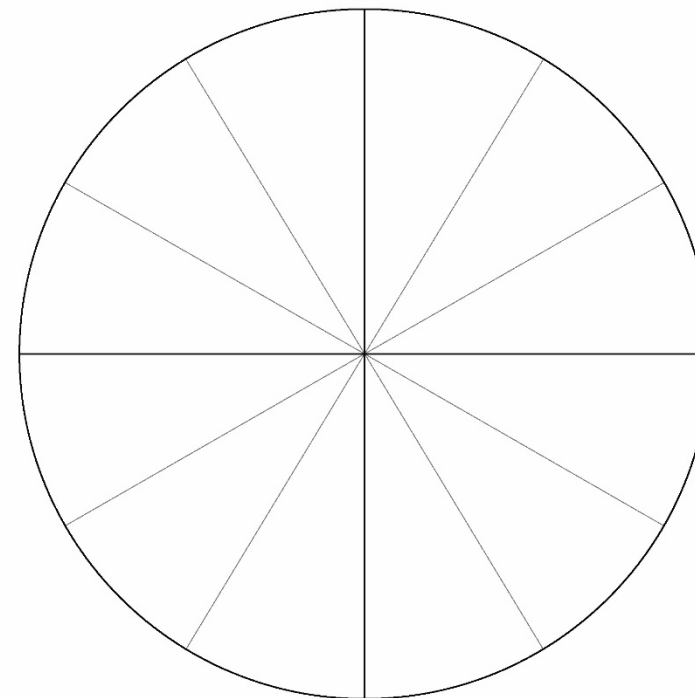
pauze ne ilgāk
kā pēc 30 min

Izvēlējies krāsu katram laikam:



Atpūtes laiks
(max 15 min)

Mācīšanas, radošuma laiks
(max 45 min)



DIGI DROŠS VECĀKS

zina, kā parūpēties par savas ģimenes emocionālo un fizisko drošību un samazināt digitālos riskus.

Palīgrīks

ĢIMENES NOTEIKUMI

ČEKLISTE

Stundu pirms miedzina un nakši mēs digi ierīces nelietojam
Digi ierīces liekam uz nakts čušu - uzlādēties citā telpā

Ja mūsu ģimenei izdosies ievērot digiteikumus, mēs kopā.

ĢIMENES DIGITEIKUMI

MŪSU MĀJĀS NO BRĪVĀS

VIETAS LAIKS

MŪSU LAIKS KOPĀ

SKATĀMIEM SPĒLEJAM

MŪSU ETIĶETE, NETIĶETE

NELAID MĀJĀS

Mājās nelaižam arī tos svešiniekus, kas internetā.

Ja saņemtu kādu ziņu vai bildi no svešinieka, pastāstu par to pieaugušajam

D/GI DROŠS



Rekomendācijas vecākiem

- ✓ Līdz 2 gadu vecumam digitālās ierīces nepiedāvāt un nelietot
- ✓ Pēc 2 gadu vecuma izvēlēties bērna vecumam atbilstošu saturu un
 - 🕒 ievērot laika limitus < 60 minūtes dienā / pauzes ik 15 vai 30 minūtes
 - ☰ izveidot noteikumus (ierīces nelieto pirms miega, ēdot, bez atļaujas u.c.)
 - ⚙️ parūpēties par drošību (reklāmas, ekrāna spilgtums u.c.)
 - 🔊 SARUNĀTIES (par to, kas patīk vai nepatīk, par to, ko gribētu redzēt vai darīt, vai iemācīties u.c.)

Izmantotā literatūra

- Dardedze (2017). *Pētījums par ģimeņu ekrānierīču lietošanas paradumiem un brīvo laiku*. <http://www.centrsdardedze.lv/lv/uzzinai/petijumi>
- Smahelova, M., Juhová, D., Cermak, I., & Smahel, D. (2017). Mediation of young children's digital technology use: The parents' perspective. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 11(3). doi: 10.5817/cp2017-3-4
- Nikken, P., & Schols, M. (2015). How and Why Parents Guide the Media Use of Young Children. *Journal of Child and Family Studies*, 24(11), 3423–3435. doi: 10.1007/s10826-015-0144-4
- Nikken, P., & de Haan, J. (2015). Guiding young children's internet use at home: Problems that parents experience in their parental mediation and the need for parenting support. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 9(1), article 3. doi: 10.5817/CP2015-1-3
- Lielšvāgere-Endele, S. (2020). *Vecāku mediācija par 2-8 gadīgu bērnu digitālo mediju lietošanu un ar to saistītie faktori, intervences izstrāde un aprobācija* (Maģistra darbs, Rīgas Stradiņa universitāte).

Paldies par uzmanību!