

# RODIČOM DETÍ GYMNÁZIÍ A SŠ

Milí rodičia, vypracovali sme pre vás tento list, ktorý pre vás môže byť malou motiváciou, ako si poradiť s digitálnou dobou, v ktorej dnes vyrastajú naše deti. Skúsme sa rozhodnúť viac spoznávať svet, ktorý ich obklopuje, a keď sme my vyrastali v inom. Ide o nevyhnutnú súčasť výchovy.

Vaša škola



## Ako s deťmi v digitálnom svete?

Dnešní mladí sú generáciou, ktorá sa už narodila do digitálnej doby a moderné technológie sú pre nich samozrejmosťou. Je zbytočné im zakazovať mobil a internet a spoliehať sa na to, že dnes budú žiť bez nich rovnako ako my starší kedysi dávno. Žiaden extrém nie je dobrý. Zakázané ovocie predsa chutí najviac... Skutočnou rodičovskou výzvou je nájsť spoločnú reč so svojim dieťaťom a nevynechať z debát aj novodobé záujmy.



### TIP: POZNÁTE ICH SVET?

Dnešných mladých už neláka sledovanie televízie. Majú radšej TikToc, krátke videá na Instagrame (Reels) alebo na YouTube (Shorts). Oblubujú obsah, ktorý vytvárajú rôzne značky a mnohí influenceri. Chcú byť na každej novej sociálnej sieti a neboja sa experimentovať v rôznych online výzvach.

O čom sa spolu rozprávať? Napríklad o tom, ako vaše dieťa vníma sociálne siete, čo ho tam baví, čo ho tam naposledy zaujalo, o influenceroch a youtuberoch... Spýtajte sa dieťaťa na obľúbený seriál, zaujímavý podcast, premakanú hru či sociálnu sieť, ktorá je aktuálne vo svete hitom.

Môžete však otvoriť aj hlbšie témy: ako byť dnes obozretný a naučiť sa dobre využívať čas. Technológie spôsobujú prokrastináciu, teda ustavičné odkladanie povinností na neskôr. Je to chorobný stav, keď vieme, čo máme robiť, často to aj robiť chceme, ale nedokážeme začať. Naučiť sa s ňou bojovať je preto jednou z najdôležitejších schopností dnešného mladého človeka. Vieme to svoje dieťa doma alebo v škole naučiť?

Pozor na tvrdenie, že online vzťahy nie sú skutočné a nemajú hodnotu. Tínedžerov vie takáto výčitka veľmi zraniť, pretože internet pre nich nie je nástroj na umelé udržiavanie virtuálnych vzťahov, ale skôr kanál, ktorý im spríjemňuje a dopĺňa ich reálne priateľstvá. Dnes môžu kedykoľvek komunikovať s členmi rodiny, ktorí žijú v rôznych končinách sveta. Byť v kontakte s priateľmi, aj keď odišli študovať do zahraničia atď. Nejde len o čítanie, ale o možnosť videohovorov. **Áno, stále platí, že najlepšie je investovať čas do priateľstiev naživo, ale to neznamená, že v online svete prichádzame o kontakt s ľuďmi. Práve naopak, existujúce vzťahy to môže posilniť.**

### VEDELI STE?

Každá sociálna sieť či aplikácia, kde si dnes vytvárame vlastný online účet má svoje vekové ohraničenie. Mladí toto pravidlo šikovne obchádzajú tým, že nevedú svoj pravý dátum narodenia.

Google a YouTube účet je povolený od 16 rokov.

Facebook, Instagram a TikTok od 13 rokov.



# Päť zásad digitálneho rodiča

(alebo Ako vychovávať tínedžera v digitálnej dobe a nezblázniť sa)

1. Uvedomujem si, že technológie sú obrovskou súčasťou dnešného sveta a že patria aj do života môjho dieťaťa. No nikdy nie sú pre našu rodinu prioritou.
2. Nerobím z digitálneho sveta vedu ani bu-bu-bu, usilujem sa orientovať v technológiách a aplikáciách, ktoré dnes deti bavia. Spolu hľadáme spôsoby, ako digitálne médiá využiť na dobro a pomáham dieťaťu správne reagovať, keď sa k nemu dostane niečo nevhodné.
3. Uvedomujem si, že som ako rodič vzorom, že dieťa moje správanie týkajúce sa technológií napodobňuje. Preto sa vždy najprv venujem človeku vedľa mňa, až potom mobilu, tabletu, notebooku či telke. Svedčím tak o tom, že my ľudia musíme byť vždy pánmi nad technológiou, nie ona nad nami.
4. Skôr ako kúpim svojmu dieťaťu mobil, tablet či počítač, dohodnem si s ním pravidlá používania i možné následky porušenia týchto pravidiel. Poradím sa o tom aj s ostatnými rodičmi alebo odborníkmi.
5. Uvedomujem si, že som zodpovedný za svoje dieťa a za to, čo s mobilom v ruke robí, preto sa nebojím mať nároky. Napríklad ho od istého veku zapájam aj do financovania nákladov spojených s mobilom a internetom.



„Rodičia ako prví a najdôležitejší vychovávatelia svojich detí sú tiež prví, ktorí ich učia zaobchádzať so spoločenskými komunikačnými prostriedkami.“  
**Ján Pavol II. 2004**



Aj keď nás prekvapuje rýchlosť, s akou sa nové technológie rozvinuli, čo sa týka ich spoľahlivosti a účinnosti, nesmie nás prekvapovať ich popularita medzi ľuďmi, pretože zodpovedajú základnej ľudskej túžbe nadväzovať vzájomné vzťahy.“  
**Benedikt XVI. 2009**



„Aj maily, esemesky, sociálne siete či čety môžu byť formou plne ľudskej komunikácie. Nie technológia určuje, či je komunikácia autentická alebo nie, ale ľudské srdce a jeho schopnosť správne používať prostriedky, ktoré má k dispozícii.“  
**František 2016**

V online svete vzniká aj množstvo kvalitného obsahu, ktorý dokáže mladého človeka povzbudiť, inšpirovať, vzdelávať (napr. Zmudri, Jurajvie, Dejepislnak, Baštrng...) Nemožno tvrdiť, že keď je dieťa online, tak iba svoj čas zabíja. **Ved' aj komunikácia cez internet, aplikácie a sociálne siete vie v dieťati prebudiť dobro, vie zlepšiť vzťahy, motivovať k dobrým činom a učiť správnym hodnotám.**

## TIP: TAJOMNÁ REČ SKRATIEK?

BBF – Best Friends Forever – najlepší priatelia navždy  
CYA – See Ya – uvidíme sa  
FYI – For Your Information – pre tvoju informáciu  
GR8 – Great – skvelé  
IDK – I Don't Know – neviem  
IMO – In My Opinion – Podľa môjho názoru  
LOL – Laughing Out Loud / Lot Of Laugh – rehot  
OMG – Oh my God – ó, môj Bože  
PLS – Please – prosím  
THX – Thanks – ďakujem  
GBY – God Bless You – Boh ťa žehnaj

ASAP – As Soon As Possible – čo najskôr, ako sa bude dať  
W8 – Wait – počkaj  
XOXO – Hugs And Kisses – objatia a bozky  
POV – Point of View – Uhol pohľadu  
TBH – To Be Honest – Úprimne  
GOAT – Greatest Of All Time – Najlepší všetkých čias

nzc – nemáš za čo  
ee – nie  
jj – áno  
ss – súkromná správa  
s5 – späť  
nvm – neviem  
mmt – moment  
mtr – mám ťa rád/rada  
zzz – spánok, nuda