



საუბარი ბავშვებთან
მედიის გამოყენების შესახებ





მედიის გამოყენება

თინეჯერები, სოციალური მედიის სამყაროში შინაურად გრძობენ თავს (Facebook, Whatsapp, Instagram და ა.შ.). ისინი პატაობიდანვე იყენებენ სოციალიზებული მედიასაშუალებებთან (წიგნები, ფილმები, გაზეთები, ტელევიზია, ინტერნეტი...). სკოლები იყენებენ ელექტრონულ სწავლებას როგორც სასწავლო გეგმის ნაწილს და მოსწავლეებს ტაბლეტებითა და კომპიუტერებით უზრუნველყოფენ. ციფრული რევოლუცია ისე სწრაფად ვითარდება რომ მშობლების თაობები სრულიად უსუსრუდად და დამარცხებულად გრძობენ თავს.

მედია განსაზღვრავს იდენტობას და გენდერულ იდენტობას, ისინი ინფორმაციას გვაწვდიან, მანიპულირებენ და გლობალური ქსელები აღწევენ ჩვენს პირად სივრცეში. ბევრი მშობელი სკეპტიკურადაა განწყობილი და კრიტიკულად უყურებს ამ მოვლენებს.

თინეჯერები მუდმივად ურთიერთობენ ონლაინ, პარადოქსულია, მშობლებთან კომუნიკაცია სულ უფრო მარგინალიზდება ან, უარეს შემთხვევაში, წყვეტს არსებობას.

ასე რომ, როგორ არის შესაძლებელი მოზარდების განათლება იმ რისკებისა და აგრეთვე იმ შესაძლებლობების შესახებ, რომელსაც მედია გვთავაზობს, და როგორ ვუხელმძღვანელოთ მათ მედიის გონივრულ გამოყენებაში? ჩვენ შევადგროვეთ რეკომენდაციები, სტრატეგიები და სასარგებლო ინფორმაცია, რომელიც გამოსადეგია შემდეგი ძირითადი პირობებისთვის:



შედის გამოყენებასთან დაკავშირებული ჩვევების ანალიზი ([შე-3 გვერდი](#))



როგორ წამოვიწყოთ საუბარი თინიქერებთან ([შე-4 გვერდი](#))



წესების ერთად შუმუშავება ([შე-6 გვერდი](#))



პრობლემური ქცევის ამოცნობა ([შე-8 გვერდი](#))

დამატებითი ინფორმაცია ინტერნეტში:

www.jugendundmedien.ch საინფორმაციო პორტალი მედიაკომპეტენციის ხელშეწყობისთვის (ენები: გერმანული, ფრანგული და იტალიური)

www.schau-hin.info მედიასახელმძღვანელო ოჯახებისთვის. გთავაზობთ ინფორმაციას რისკებისა და შესაძლებლობების შესახებ)

«ოქროს წესები» ყველაზე მნიშვნელოვანი რჩევა ციფრული მედიის უსაფრთხო გამოყენებისთვის: <https://www.jugendundmedien.ch/de/flyer-goldene-regeln-in-16-sprachen.html> (16 ენაზე)



მედის გამოყენებასთან დაკვირებული ჩვევების ანალიზი

მიუხედავად იმისა, რომ თქვენ შეიძლება მომეტებულად იგრძნოთ, რომ თქვენი თინეიჯერი შვილები არანაირ მნიშვნელობას აღარ ანიჭებენ თქვენს შეხედულებებს და დამოკიდებულებებს მათი სქესობრივი სიმწიფის პერიოდში, თქვენ არ უნდა უგულვებლყოთ თქვენი გავლენა მათზე აზრის ფორმირების პროცესში. თქვენ იყავით მთავარი ორიენტირი თქვენი შვილების ჩამოყალიბების პერიოდში, კომპასი რომელსაც უნდა დაეყრდნონ და გზა გაიკვლიონ. თქვენი შვილები თქვენგან სწავლობენ როგორ ორიენტირდნენ მსოფლიოში, განასხვავონ სწორი და არასწორი და როგორ უნდა იურთიერთონ სხვა ადამიანებთან, მედიასთან და ხელსაწყოებთან. ეს როლი არ ქრება ერთ დამეში.

ამრიგად, თქვენ განაგრძობთ მნიშვნელოვანი სამოდელო როლის ფუნქციის შესრულებას, მიუხედავად იმისა, რომ თქვენი მოზარდები იწყებენ კავშირის გაწყვეტას თქვენს მშობელ-შვილურ ურთიერთობებში. აქედან გამომდინარე, მნიშვნელოვანია, რომ მშობლებმა იცოდნენ საკუთარი დამოკიდებულება და ჩვევები. აქ თქვენ გაქვთ შესაძლებლობა ადიაროთ და გაანალიზოთ საკუთარი მედია ჩვევა. ალბათ ამოიცნობთ საკუთარ თავს თქვენს თინეიჯერ შვილებში, როგორც „არასასურველ“ მედია ჩვევას?

დააკვირდი საკუთარ თავს:

- როგორ ურთიერთობა გაქვთ რეალურ ადამიანებთან?
- როგორ ურთიერთობთ ონლაინ? თუ აჩნევთ განსხვავებას ამ ორს შორის?
- როდის და რა დროს იყენებთ მედიას?
- რამდენად ხშირად იყენებთ მედიას დღეში?
- რამდენად ხშირად იღებთ თქვენს მოწყობილობას, რომ სწრაფად შეამოწმოთ ამინდი, ელფოსტა, ან უპასუხოთ WhatsApp შეტყობინებას?
- რა მიზნით იყენებთ მედიას?
- იყენებთ თუ არა მობილურს ჭამის დროს, ან საუბრის დროს?
- ჩართულია თუ არა თქვენი ტელევიზორი დასვენების სხვა აქტივობების დროს?
- მუდმივად არის თუ არა თქვენი კომპიუტერები ან მობილური მოწყობილობები ჩართული შეტყობინებების მისაღებად?



როგორ წამოვიწყოთ საუბარი თინეჯერებთან

მოზარდებთან კომუნიკაციის ერთ-ერთი შესაძლო ფორმაა მათთვის საინტერესო თემების განხილვაში ჩართვა. იმის ნაცვლად, რომ გამოხატოთ უკმაყოფილება თქვენი შვილის მიერ ელექტრონული მოწყობილობების გამოყენებასთან დაკავშირებით, დაინტერესდით და შეუკითხეთ მედიის გამოყენების მიზანი.

- რა მიზნით გჭირდებათ თქვენი ლეპტოპი, ტაბლეტი / სმარტფონი?
- რა სახის საკომუნიკაციო არხებს იყენებთ?
- რომელ პროგრამებს იყენებთ და რისთვის?
- შეგიძლიათ მაჩვენოთ თუ როგორ ხდება სხვადასხვა ქსელში სურათების / ტექსტების / ვიდეოს გავრცელება და შეცვლა?

ჩართეთ მოზარდი ინდივიდუალური მედიის გამოყენების შესახებ დისკუსიაში. ამ მიზნით, თქვენ და თქვენმა შვილმა შეიძლება გადაწყვიტოთ შექმნათ მედიადღიური¹ შეთანხმებული პერიოდის განმავლობაში. მედიადღიური ციფრული დოკუმენტია რომელიც უნდა შეავსოთ კომპიუტერში. დოკუმენტი შეგიძლიათ იხილოთ ჩვენ [მთავარ გვერდზე](#)

- შეადარეთ მედიის საკუთარი გამოყენება თქვენი თინეჯერი შვილების გამოყენებასთან. ვინ რომელ მედიას იყენებს და რა მიზნით?
- რა მნიშვნელობა აქვს ამ მედიას ორივე მხარისთვის?
- ვინ რითი არის შეწუხებული? რატომ?
- რა სახის სურვილები გაქვთ თქვენ და თქვენს შვილებს?
- შეთანხმდით ორივესთვის მისაღებ სწრაფ ან სადღესასწაულო მედიაზე.

მედიადღიურის შენარჩუნებით, შეგიძლიათ ერთდროულად გააძლიეროთ თქვენი თინეჯერი ბავშვების თვითრეგულირება: გრძნობთ თუ არა რომ დროს ვკარგავთ, თუ მედიის მოხმარება მენმარება წინსვლაში? ბოლო და ბოლოს, მედიაგანათლების მთავარი მიზანი იმაში მდგომარეობს, რომ ჩვენი შვილები სწავლობდნენ მედიის მიზანმიმართულ და გაცნობიერებულ გამოყენებას.

გამოიყენეთ მედია ერთად და ამით თქვენი შვილები ჩართეთ საუბარში. თქვენ შეგიძლიათ გაითვალისწინოთ შემდეგი შესაძლებლობები:

- ყურადღებით დაათვალიერეთ თქვენი ერთ-ერთი საყვარელი სატელევიზიო შოუ, საპნის ოპერება ან

ონლაინთამამი: როგორ მუშაობენ შექმნელები? რა მიზნებს ემსახურება პროგრამები ან თამამები? როგორ არის წარმოდგენილი მსახიობები ან კონკურსანტები? როგორ უნდა მოხდეს მაყურებელზე გავლენა? ეს ხდება ღიად თუ ფარულად? რამდენად რეალურია “რეალთი შოუები”?

- ერთად გამოიყენეთ აპლიკაციები სმარტფონიდან (მაგ. ციფრული სურათის დამუშავებისთვის, ვიდეოების შექმნისთვის). რაიმე აზრიანის შექმნას და “დახვეწილი” თამამებითა და აპლიკაციებით მუშაობას მივყავართ შეგნებულ რეჟიმში სმარტფონებისა და მედიის ზოგად გამოყენებასთან (მაგ. ელექტრონული წიგნის ან/და ფოტო ალბომის შექმნა). მშობლისა და შვილების თანამშრომლობის კიდევ ერთი დადებითი ეფექტი ციფრული პროდუქტის შექმნისას არის მიღებული შედეგი კრიტიკული შეხედულება მედიის შინაარსზე. თუ პირადი გამოცდილებიდან ვიცი, როგორ იქმნება ფილმი და როგორ იცვლება სურათები და ა.შ., მე მაქვს განსხვავებული შეხედულება იმის შესახებ, რასაც ინტერნეტში ვხედავ.
- მოიძიეთ კვალი ქსელში:თქვენს თინეჯერ შვილებთან ერთად მოიპოვეთ ინფორმაცია თქვენზე ან ნაცნობებზე და ახლობლებზე.იმსჯელეთ რა იპოვეთ და რას შეიძლება ნიშნავდეს ეს ინფორმაცია მოცემული ინდივიდისთვის. დარღვეულია თუ არა კონფიდენციალურობის უფლებები? როგორ დავიცვა ჩემი პირადი კონფიდენციალურობა?როგორ მსურს წარვსდგე ინტერნეტში?რა სახის ინფორმაცია არ მინდა განთავსდეს ჩემ შესახებ ინტერნეტში?



წესების ერთად შემუშავება?

მედიის გამოყენების ზოგადი აკრძალვა (ინტერნეტი, ტელევიზია, სმარტფონი და ა.შ.) არ არის მიზანშეწონილი და, ალბათ, არც მკაცრად განხორციელებადი. მედია არის ჩვენი ყოველდღიური ცხოვრების ნაწილი და გვთავაზობს, რისკების გარდა, ასევე ბევრ სარგებელს, როგორცაა სწავლის შესაძლებლობები, მეგობრებთან კონტაქტი, თამაში და გართობა, ინფორმაცია, განმანათლებლობა და ამ გზით ხელს უწყობს ჩვენი დემოკრატიული საზოგადოებების საფუძვლების ჩამოყალიბებას.

აქედან გამომდინარე, მნიშვნელოვანია შეთანხმდეთ მედიის გამოყენების საერთო წესებზე. ეს წესები მოცემულია საერთო ხელშეკრულებით, რომელიც ყველასათვის ადვილად ხელმისაწვდომია (მაგ., მიმაგრებული მაცივრის კარზე). ჩართეთ თქვენი თინეიჯერი შვილები შემდეგი მოსაზრებების განხილვაში. მოილაპარაკეთ საერთო პოზიციაზე და წერილობითი ფორმით შეინახეთ. ცალკეული წესის დარღვევის შესაძლო შედეგები ასევე უნდა დაფიქსირდეს წერილობითი ფორმით. ნებისმიერი სხვა კონტრაქტის მსგავსად, მედიის ეს ხელშეკრულება ხელმოწერილი უნდა იყოს ორივე მხარის მიერ, ადგილისა და თარიღის მითითებით.

კონკრეტულად, როგორი იქნება ასეთი კონტრაქტი? [მე -11 გვერდზე](#) ნახავთ სმარტფონის გამოყენების კონტრაქტის ნიმუშს³.

ქვემოთ მოცემულია საკითხები, რომლებიც განსაზღვრულია ხელშეკრულებაში და მიღებულია ზოგადად დადგენილი ფორმის შესაბამისად:

- ვადები: რა დროს ხარჯავთ ყოველდღიურად ან ყოველკვირეულად მედიის მოხმარებაში (განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია უფროს ბავშვებთან). შეეცადეთ დიფერენცირება მოახდინოთ შემდეგნაირად, თუ ეს შესაძლებელია:
 - ბუჟდური მედია
 - ინტერნეტში სერფინგი
 - თამაში (ინტერნეტით სარგებლობა / ელექტრონული მოწყობილობების გამოყენებით)
 - ტელეფონით საუბარი მეგობრებთან / ნათესავებთან
 - ონლაინ საუბარი მეგობრებთან/ნათესავებთან
 - ფილმების ან ვიდეოების ყურება
- მონაცემთა დაცვა:
 - თავი შეიკავეთ პირადი მონაცემების დაუდევრად გამჟღავნებისგან.

- პირადი მონაცემების, როგორცაა ფოტოები, გადაცემა მოხდეს მხოლოდ სანდო და ნაცნობი პირებისთვის. უპირველესად, ყოველთვის გაითვალისწინეთ: შეიძლება მოგვიანებით გაგალიზიანოთ ამ შინაარსმა? თუ საეჭვოა, თავი შეიკავეთ ამგვარი მონაცემების გამოქვეყნება/ გადაცემისგან.
- სხვა პირების მონაცემების შექმნა და გავრცელება (მაგ. ფოტო, ვიდეო და ა.შ.) დასაშვებია მხოლოდ მათი უშუალო თანხმობის შემთხვევაში.
- მხოლოდ საჭიროების შემთხვევაში ჩართეთ მდებარეობის დადგენის სერვისები (მაგ. GPS), Bluetooth ან NFC (ახლო სავლე კომუნიკაცია).
- მობილური ტელეფონი:
 - ხარჯების დაფარვა: ვინ რამდენს იხდის?
 - აპლიკაციების ინსტალაცია და ადმინისტრირება: ვინ არის პასუხისმგებელი?
 - ბავშვთა და მოზარდთა დასაცავად გახსენით კოდები და პარამეტრები: ერთად დააინსტალირეთ და პერიოდულად შეამოწმეთ სათანადოა თუ არა პარამეტრები.
 - შეთანხმდით მობილური ტელეფონების გამოყენებაზე თავისუფალ დროსა და ადგილებზე და პატივი ეცით ისეთ დაწესებულებებს, როგორცაა ეკლესიები, საავადმყოფოები და ა.შ.
- ინტერნეტი:
 - გამოიყენეთ და ხშირად შეცვალეთ შესაბამისი პაროლები.
 - ინტერნეტით მოპოვებული შინაარსის გამოყენებისას: განიხილეთ ინტელექტუალური საკუთრების დაცვა თქვენი ბავშვის ასაკის შესაფერისად, აგრეთვე სწორად როგორ მიუთითოს გამოყენებული წყარო საშინაო დავალებებში და პრეზენტაციებში.
 - რეგულარულად შეამოწმეთ თქვენი კონფიდენციალურობის პარამეტრები მესენჯერის მომსახურებებთან და სოციალურ ქსელებთან.
 - დაიცავით საავტორო უფლებების შესახებ კანონები: არ გაავრცელოთ ისეთი შინაარსი, როგორცაა მუსიკა, ვიდეო და ა.შ., რომლებიც ჩვეულებრივ ფასიანია.
 - ონლაინ ქურდობა: თუ თქვენი შვილები გახდნენ ონლაინ ქურდობის მსხვერპლნი (მაგ. უნებლიე შექმნა ან გამოწერა), ნუ დაადანაშაულებთ მათ და შეეცადეთ ერთად გაარკვიოთ სიტუაცია.
 - აუცილებელია მშობლების წინასწარი თანხმობის მიღება შესყიდვებზე და შეკვეთებზე.
- ვიდეო და ტელევიზია:
 - დააკვირდით ასაკთან დაკავშირებულ სატელევიზიო შეთავაზებებს.
 - საშინაო დავალების შესრულებისას ან სხვა საერთო საქმიანობის (კვება ან საუბარი) დროს ტელევიზორის ყურება გამორიცხეთ.
 - უყურეთ სატელევიზიო გადაცემებსა და ფილმებს, როგორც საერთო საქმიანობას, და ინდივიდებს მიეცით გადაწყვეტილების მიღების საშუალება პროგრამების ასარჩევად.
- თამაშები:
 - ახალი თამაშები და კონსოლები: არ შეიძინოთ მშობელთან წინასწარი შეთანხმების ან ყოველთვის ურად დადგენილი ბიუჯეტის გათვალისწინების გარეშე .
 - დააკვირდით ასაკობრივ შეზღუდვებს.
 - მშობლებმა არ უნდა დახურონ თავიანთი თინეიჯერი შვილების 'ონლაინ თამაშები, ისე რომ არ მისცენ მათი შენახვის საშუალება.
 - დააკვირდით ხმის ადეკვატურ კონტროლს.
 - ითამაშეთ ერთად.
- მშობლებმა თავიანთ მოზარდებს ნათლად უნდა აუხსნან: თუ რამე უცნაურად გეჩვენებათ, ან კონკრეტული შინაარსით იმედგაცრუებული, მოკირებული ან ტრავმირებული ხართ, თუ გრცხვენიათ, ან თუ უცნობი ადამიანი მოგთხოვთ პირად ინფორმაციას, გთხოვთ, ნებისმიერ დროს დამიკავშირდეთ!



პრობლემური ქცევის ამოცნობა

თინქურ შვილებთან საუბრისას, დარწმუნდით, რომ ყურადღებას ამახვილებთ მედიის გამოყენების რისკებზე, განსაკუთრებით ციფრული მედიის. შეინარჩუნეთ კონტაქტი თქვენს შვილებთან და დაინტერესდით მათი საქმიანობით. დააკვირდით ქცევის შესამჩნევ ცვლილებებს და იყავით ფხიზლად.

თუ თქვენმა თინქურმა შვილებმა აჩვენეს დაბალი მიღწევები სკოლაში ან მთლიანად იზოლირდნენ სოციალურად, თუ ნაკლები ფიზიკური ან ემოციური კეთილდღეობა ყოველდღიური მოვლენა გახდა, დაუკავშირდით სხვა რეკომენდებულ პირებს, მაგალითად კლასის დამრიგებლებს. მიმართეთ შეფასებისა და დახმარებისთვის.

როგორ ამოვიცნოთ კიბერბულინგი?

კიბერბულინგის ინდიკატორები მკაფიოდ არ არის ცნობილი, რადგან დამნაშავეები, დაზარალებულები და მაყურებლები ხშირად თავს არიღებენ მის გახმაურებას. თუმცა, კიბერბულინგი, რა თქმა უნდა, ცვლის დაზარალებული ბავშვების ქცევას. ისინი მიდრეკილნი არიან

- ... ხდებიან სოციალურად გარიყულები, არ მოსწონთ სკოლაში წასვლა. მცირდება მათი სასკოლო მიღწევები და მათი ინტერესები მნიშვნელოვნად იცვლება.
- ... ავლენენ ფიზიკურ და ფსიქოლოგიურ სიმპტომებს (მაგ. მადის ნაკლებობა, ძილის დარღვევა, სასოწარკვეთა, არასრულფასოვნებისა და დეპრესიის შეგრძნებები).
- ... აღარ სიამოვნებთ ინტერნეტის გამოყენება. ისინი ტოვებენ ონლაინ საუბარს, თუ სხვა ვინმე შეხედავს ეკრანს, ან ახალი ინფორმაციის და შეტყობინებების წაკითხვის შემდეგ ხდებიან შემფოთებული და ორჭოფული.
- ... შესაბამისად უგულვლყოფენ ნებისმიერ საუბარს ქცევის ან სხვა ამკარა ცვლილებების შესახებ, ან რეაგირებენ სირცხვილით და თავს არიღებენ კითხვებს.

რისი გაკეთება შეუძლიათ მშობლებს:

- დახმარების გაწევა: ბავშვები უნდა დარწმუნდნენ, რომ ნებისმიერ დროს შეუძლიათ მშობლებთან ისაუბრონ ინტერნეტში თავიანთი გამოცდილების შესახებ და რომ მათი ნდობა არ წარმოადგენს გადაულახავ დაბრკოლებას.
- აჩვენეთ ურთიერთგაგება: რეაგირებთ გონივრულად და თანაგრძნობით ბავშვის ქცევაში შესაძლო

ცვლილებებზე.

- სერიოზულად მოეკიდეთ საკითხებს: ბავშვებმა უნდა იცოდნენ, რომ სერიოზულად აღიქვამენ მათ პრობლემებს და დახმარებას მიიღებენ. თუ მშობლებს სურთ კონკრეტული ნაბიჯების გადადგმა გარკვეულ საკითხებთან დაკავშირებით, სასარგებლოა ბავშვის ჩართვა დისკუსიებში და გამოსავლის ძიებაში.
- არ დასაჯოთ: მობილური ტელეფონის გამოყენების აკრძალვა ან ინტერნეტის აკრძალვა არ არის სასარგებლო. კიბერბულინგი ზოგადად არ არის გამოწვეული ბავშვის არასწორი ქმედებით; დაზარალებულის შესახებ ინფორმაცია შეიძლება გამოქვეყნდეს პირის ინტერნეტის ან მობილური მოწყობილობების გამოყენებისგან დამოუკიდებლად.
- სკოლასთან დაკავშირება: შეიძლება გამოსადეგი იყოს ბავშვის სკოლაში პრობლემის მოგვარება, შვეთავაზოთ, რომ კიბერბულინგი გახდეს საკლასო დისკუსიის საგანი.
- დაეხმარეთ თქვენს თინეიჯერებს ეკრანული სურათების შეგროვებაში და შენახვაში, როგორც კიბერბულინგის მტკიცებულება. თუ დამნაშავეები ცნობილია, სთხოვეთ მათ წაშალოთ შესაბამისი ინფორმაცია. თუ ეს არ მოხდა, მიმართეთ პლატფორმის პროვაიდერს მიიღოს შესაბამისი ზომები.
- კიბერბულინგის სერიოზული შემთხვევები უნდა ეცნობოს პოლიციას. ასევე შეიძლება მიზანშეწონილი იყოს წინასწარი იურიდიული კონსულტაციის გავლა.
- ზოგადად ბულინგის შესახებ დამატებითი ინფორმაციი მისაღებად იხილეთ დოკუმენტი [“ბავშვებთან საუბარი ბულინგის შესახებ”](#).

როგორ შეგვიძლია ამოვიცნოთ დამოკიდებული ქცევა⁵?

ონლაინ დამოკიდებულების შემთხვევაში, ადამიანის ცხოვრების ცენტრი გადადის რეალური ცხოვრებიდან ვირტუალურ რეალობაში. დაზარალებული პირები ხშირად უარს ამბობენ საკვებზე, ურჩევნიათ კომპიუტერთან ჩაბნელებულ ოთახში ცხოვრება, ვიდრე სხვებთან გარეთ გატარონ დრო და ისინი მუდმივად განიცდიან ძილის დეფიციტს. სხვა შედეგებია სკოლაში მიღწევების შემცირება, სოციალური გარიყულობა, თანატოლებთან ურთიერთობისადმი ინტერესის დაკარგვა.

რისი გაკეთება შეუძლიათ მშობლებს:

- დააკვირდით ასაკობრივ ზღვარს კომპიუტერულ თამაშებთან მიმართებით.
- შეინარჩუნეთ კონტაქტი თქვენს შვილებთან, მოთხოვეთ გაჩვენოთ თამაში, რომელსაც თამაშობენ და ესაუბრეთ მათი ონლაინ აქტივობების და საყვარელი ვებგვერდების შესახებ.
- განიხილეთ, თუ როგორ შეიძლება თავგადასავლების წყურვილი და კუთვნილების შეგრძნება, აღიარება და წარმატება დაკმაყოფილდეს რეალურ სამყაროშიც.
- ინტერნეტისა და თამაშების გადაჭარბებული მოხმარების შემთხვევაში: შეამცირეთ ვადა დღიურად ან კვირის განმავლობაში და ბავშვთან ერთად განიხილეთ იდეები ალტერნატიული დასასვენებელი აქტივობების შესახებ. როგორც ადრე შემოგთავაზეთ (იხ. [მე-6 გვერდი](#)), მედიის გამოყენების ხელშეკრულება შეიძლება სასარგებლო იყოს ამ მხრივ.
- თუ თქვენ ვეღარ შეძლებთ ბავშვთან კომუნიკაციას, მიმართეთ ექსპერტებს. ნარკომანიის რეგიონალური ცენტრების წარმომადგენლები ხშირად არიან დაკომპლექტებული სპეციალისტებით, „ონლაინ დამოკიდებულების“ სფეროში“.

ძალადობის ასახვა ინტერნეტში⁶

ძალადობა დღეს ძალზე დიდი პოპულარობით სარგებლობს მედიაში. კერძოდ, ციფრული მედია ჩვეული საფრთხის შემცველია იმიტომ, რომ მოზარდები ძალადობის მრავალრიცხოვან გავლენას განიცდიან. უფრო მეტიც, რეალური ძალადობის სურათების ტირაჟირება სულ უფრო ფართოდაა გავრცელებული სმარტფონებზე თვითნაკეთი ვიდეოს შედეგად. ძალადობრივი მასალის მოხმარებას შეიძლება უარყოფითი გავლენა ქონდეს ბავშვებსა და მოზარდებზე: გაბრაზება, შიში, გაღიზიანება არის ის გრძნობები, რომელსაც მრავალი მომხმარებელი განიცდის. ანალოგიურად, ძალადობის მოხმარებამ შეიძლება გავლენა იქონიოს მათ ქცევაზე. ზოგიერთი სხვა რისკ ფაქტორების გათვალისწინებით, მოზარდები ძალადობისკენ მიდრეკილნი უფრო არიან, თუ ისინი ძალადობის მრავალრიცხოვან გამოვლინებებს უყურებენ.

რისი გაკეთება შეუძლიათ მშობლებს:

- დარწმუნდით, რომ თქვენი მოზარდები მოიხმარენ მხოლოდ თამაშებსა და ვიდეოებს, რომლებიც მისაღებია მათი ასაკობრივი ჯგუფებისთვის.
- გააუმჯობესეთ თქვენი ელექტრონული მედიის ტექნიკური დაცვა (მაგალითად, ბავშვთა დაცვის ფილტრით).

- შეზღუდვით თქვენი თინეჯერი შვილების მედიის მოხმარება.
- ესაუბრეთ თქვენს თინეჯერ შვილებს მათი გრძნობების და შესაძლო შიშების შესახებ, მედიის მოხმარებასთან დაკავშირებით.

პორნოგრაფია ინტერნეტში

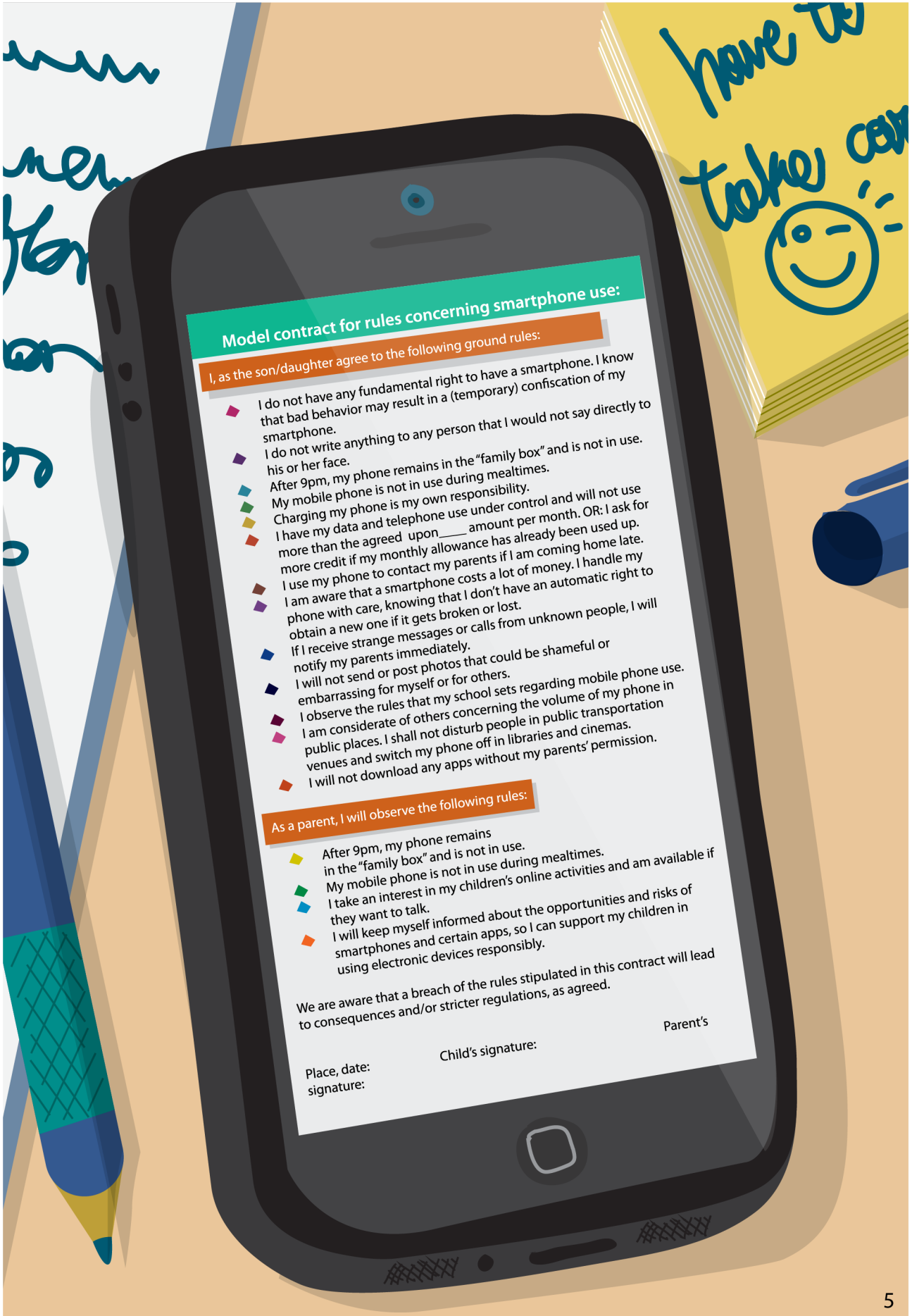
თუ მოზარდები ინტერნეტში ეძებენ გარკვეული თემების შესახებ ინფორმაციას, ადრე თუ გვიან ისინი პორნოგრაფიულ სურათებს წააწყდებიან. ინტერესი სექსუალურობისა და საკუთარი სხეულის მიმართ, ბუნებრივია და ჯანსაღ განვითარებას მიეკუთვნება. ამასთან, ძლიერმა სექსუალურმა სურათებმა შეიძლება შემამოფოთებელი ან თუნდაც შემზარავი გავლენა იქონიოს მოზარდებზე. პორნოგრაფიას ხშირად აქვს შემამინებელი ზემოქმედება მოზარდებზე, რომელთაც სექსუალური ცხოვრება ჯერ არ დაუწყიათ ან მცირე გამოცდილება აქვთ ამ კუთხით რეალურ ცხოვრებაში. სწორედ ამიტომ, ბევრ ქვეყანაში კანონის საწინააღმდეგო არის პორნოგრაფიული სურათების ჩვენება ან მიწოდება არასრულწლოვნებზე (16 წლამდე ბავშვები).

თუ მოზარდები ქმნიან ეროტიკული ხასიათის მასალას საკუთარ თავზე (ფოტო ან ვიდეო) და გადასცემენ მასალას თავიანთი სიყვარულის ობიექტებს (ან თუნდაც მეგობრების ჯგუფებს), ამას ჰქვია სექსტინგი. განსაკუთრებული სიფრთხილე უნდა გამოიჩინონ ამ მიმართულებით. ერთი მხრივ, ასეთი მასალების მიმღებლებს შეუძლიათ მისი გამოყენება მრავალი გზით (ტირაჟირების გამოყენება გამგზავნის თანხმობის გარეშე). მეორე მხრივ, არასრულწლოვნებს შეიძლება დაეკისროთ პასუხისმგებლობა, თუ ისინი შექმნიან და გაავრცელებენ პორნოგრაფიულ მასალებს. მშობლები უნდა გაეცნონ თავიანთი ქვეყნის კანონმდებლობას.

კიბერ ან ონლაინ გრუმინგს ადგილი აქვს მაშინ, როდესაც ზრდასრული პირები უახლოვდებიან ბავშვებს ან მოზარდებს ინტერნეტში სექსუალურ აქტებში საბოლოოდ ჩართვის მიზნით. ინტერნეტის ანონიმურობა ხელს უწყობს ასეთ დამეგობრებას, პედოფილ დამნაშავეებს შესაძლებლობას აძლევს წარმოჩნდნენ თანატოლების სახით და დაიწყონ კონტაქტების მოძიება ბავშვებთან და მოზარდებთან. ამას შეიძლება სწრაფად მოჰყვეს სექსუალური ძალადობა: უსიგბიციონიზმი, პორნოგრაფიული შინაარსის წერილი, მოკისმომგვრელი გამონათქვამები და მოქმედებები.

რისი გაკეთება შეუძლიათ მშობლებს:

- ძალიან მნიშვნელოვანია, რომ მშობლებმა უზრუნველყონ შვილებთან ასაკის შესაფერისი დისკუსიები პორნოგრაფიის შესახებ და ქონდეთ შესაძლებლობა კითხვებზე პასუხის გასაცემად ან ადრინდელი ინფორმაციის გასარკვევად. სექსუალური განათლება ძალზე მნიშვნელოვანია ჯანსაღი განვითარებისთვის. ამ თემასთან დაკავშირებით დამატებითი ინფორმაციისთვის მისაღებად, იხ. [ლოკუმენტები „ბავშვებთან საუბარი მათი სხეულისა და სექსუალობის შესახებ“](#) და [„ბავშვებთან საუბარი სექსისა და სიყვარულის შესახებ“](#).
- შესაძლებელია თქვენს კომპიუტერში X - მიკუთვნებული შინაარსის დაბლოკვა, მაგრამ გაითვალისწინეთ, რომ თქვენი თინეჯერი შვილები ალბათ მიიღებენ პორნოგრაფიული შინაარსის მასალას კომპიუტერის საშუალებით თავიანთი მეგობრებისგან. ამრიგად, მოუწოდეთ თქვენს შვილებს იმსჯელონ პროვოკაციული შინაარსის მასალებზე იმ პიროვნებასთან, რომელსაც ენდობიან.
- გაითვალისწინეთ ვიდეოებისა და კომპიუტერული თამაშების ასაკობრივი ზრვარი.
- “სექსტინგის” თემის შესახებ: გაეაუბრეთ თქვენს შვილს ინტერნეტში თვით-გამოსახულების თემასთან დაკავშირებით : როგორ გინდათ სხვებმა აღიქვან? შეგიძლიათ შეეგუოთ იმ ფაქტს, რომ თქვენი კომპრომატული სურათები სკოლაში ან სხვაგან ვრცელდება თქვენი ნებართვის გარეშე?
- „კიბერგრუმინგის“ თემის შესახებ: აცნობეთ შვილებს, რომ მათ დაუყოვნებლივ უნდა მოგმართონ თქვენ თუ არსებობს რამე, რაც “საშიშად” მოეჩვენებათ ან არ ასვენებს მათ ინტერნეტში, განსაკუთრებით ონლაინსაუბრის დროს. თუ დარღვევები მოხდა შეატყობინეთ სხვა მომხმარებლებს, დაბლოკეთ ისინი ან წაშალეთ ონლაინსაუბრის კონტაქტიდან. მოზარდებმა სიფრთხილე უნდა გამოიჩინონ თავიანთი პირადი მონაცემების მიმართ ინტერნეტში. ანალოგიურად, არაგონივრულად არ უნდა გაგზავნონ საკუთარი ფოტოები ან ჩართონ თავიანთი ვებკამერები კომპიუტერში. შენმა თინეჯერმა შვილმა არავის არ უნდა მისცეს ნება დაარწმუნოს ონლაინნაცნობის შეხვედეს მარტო.



Model contract for rules concerning smartphone use:

I, as the son/daughter agree to the following ground rules:

- ◆ I do not have any fundamental right to have a smartphone. I know that bad behavior may result in a (temporary) confiscation of my smartphone.
- ◆ I do not write anything to any person that I would not say directly to his or her face.
- ◆ After 9pm, my phone remains in the "family box" and is not in use.
- ◆ My mobile phone is not in use during mealtimes.
- ◆ Charging my phone is my own responsibility.
- ◆ I have my data and telephone use under control and will not use more than the agreed upon ___ amount per month. OR: I ask for more credit if my monthly allowance has already been used up.
- ◆ I use my phone to contact my parents if I am coming home late.
- ◆ I am aware that a smartphone costs a lot of money. I handle my phone with care, knowing that I don't have an automatic right to obtain a new one if it gets broken or lost.
- ◆ If I receive strange messages or calls from unknown people, I will notify my parents immediately.
- ◆ I will not send or post photos that could be shameful or embarrassing for myself or for others.
- ◆ I observe the rules that my school sets regarding mobile phone use.
- ◆ I am considerate of others concerning the volume of my phone in public places. I shall not disturb people in public transportation venues and switch my phone off in libraries and cinemas.
- ◆ I will not download any apps without my parents' permission.

As a parent, I will observe the following rules:

- ◆ After 9pm, my phone remains in the "family box" and is not in use.
- ◆ My mobile phone is not in use during mealtimes.
- ◆ I take an interest in my children's online activities and am available if they want to talk.
- ◆ I will keep myself informed about the opportunities and risks of smartphones and certain apps, so I can support my children in using electronic devices responsibly.

We are aware that a breach of the rules stipulated in this contract will lead to consequences and/or stricter regulations, as agreed.

Place, date:
signature:

Child's signature:

Parent's

“ბავშვებთან საუბარი მედიის გამოყენების შესახებ” - გამოყენებულია შემდეგი ლიტერატურა

¹ Informationsportal «Jugend und Medien». *Medientagebuch*. retrieved 05.06.2018.

<https://www.jugendundmedien.ch/jugendschutz/elterliche-begleitung.html>

² Landesanstalt für Medien NRW. *Mediennutzungsvertrag*. retrieved 20.03.2019.

<https://www.mediennutzungsvertrag.de/>

³ Fritz, Bianca. 2014. «Mustervertrag für das eigene Smartphone» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Dezember, 69.

⁴ Initiative «SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht». *Cybermobbing: Das verbirgt sich hinter den Begriff*. retrieved 20.03.2019.

<https://www.schau-hin.info/artikel/cybermobbing-terror-im-netz/>

⁵ Informationsportal «Jugend und Medien». *Internet und Computerspiele können süchtig machen*. retrieved 22.03.2019.

<https://www.jugendundmedien.ch/de/themen/onlinesucht.html>

⁶ Informationsportal «Jugend und Medien». *Gewalt im Netz*. retrieved 05.06.2018

<https://www.jugendundmedien.ch/chancen-und-gefahren/gefahren-im-ueberblick/gewalt.html>

⁷ Informationsportal «Jugend und Medien». *Sexualität und Pornografie im Netz*. retrieved 22.03.2019.

<https://www.jugendundmedien.ch/de/themen/sexualitaet-pornografie.html>

Fritz, Bianca. 2014. «Smart mit dem ersten eigenen Smartphone» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Dezember, 66-69.

Informationsportal «Jugend und Medien». *Jugendschutz. Tipps und Hinweise für Eltern*. retrieved 05.06.2018.

<https://www.jugendundmedien.ch/jugendschutz/elterliche-begleitung.html>

Initiative «SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht». *Papa, leg das Handy weg! Eltern als Vorbild*. retrieved 20.03.2019

<https://www.schau-hin.info/artikel/papa-leg-das-handy-weg/>

Initiative «SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht». 2018. *Regeln finden zwischen Helikoptereltern und Handysucht*. retrieved 20.03.2019.

<https://www.schau-hin.info/news/regeln-finden-zwischen-helikoptereltern-und-handysucht/>