

הילדים שוב על המחשב ובסלולרי... ללמד ילדים להיות צרכנים נבונים של המדיה

בימינו ילדים נחשפים למדיה בגיל צעיר. הטלוויזיה והסלולרים הם חלק מחייהם מגיל ינקות. הם צופים בתוכניות רבות, משחקים בסלולרי- חלק בשליטה והכוונה של ההורים, ובהדרגה לפי טעמם והעדפותיהם, שחלקן לא לטעם ההורים. הטכנולוגיה היא חלק פעיל מחייהם- החל מסרטוני היו טיוב, משחקי המחשב, ובהדרגה הם נכנסים לאינטרנט, גולשים בין אתרים, משתתפים פעילים במשחקים וברשתות חברתיות.

רוב ההורים דואגים וחוששים מההשפעות השליליות של המדיה על ילדיהם.

הורים מספרים שאין להם שליטה על החשיפה של הילדים, שצופים ביותר מידי תוכניות, חלקן לא לגילם, וחלקן עם מסרים מוסריים לקויים (הטלנובלות, האלימות). יש סכנות בגלישה באינטרנט- חשיפה לתכנים שאינם מתאימים לגיל, סכנה לבריונות ברשת (CYBER BULLYING), הטרדה מינית, חשיפת מידע אישי על ידי הילדים. השפעות זרות, ועוד.

בדרך כלל הורים היו רוצים שהילדים יבלו פחות שעות במדיה, ובמקום- שיקראו, שישחקו, שישמעו מוזיקה, שיעזרו.

החרדה והכעס של ההורים גורמים למאבקי כוחות והגבלות כועסות: מריבות, ומלחמות כוחות על שעות הטלוויזיה. פיקוח נוקשה על הגלישה באינטרנט. הילדים מבחינתם מרגישים, שההורים לא מבינים אותם, ומציקים להם. הם מפעילים את כל השיטות היצרניות שלהם להתחמק מההגבלות. מאריכים את זמן הטלוויזיה, מתחמקים מהגבלות האינטרנט, גולשים כשההורים לא רואים, גולשים אצל חברים.

לעיתים ההורים מתייאשים, ולא שמים לילדים גבולות למדיה
נוח שהילדים צופים שעות בטלוויזיה, כי אז שקט ורגוע בבית. אין להורים כוח למאבקים והם מוותרים. מסתפקים באמירות ביקורתיות- 'אתה יושב יותר מידי מול הטלוויזיה' או 'התוכנית הזו ממש טפשית'. מטיחים עלבונות- 'את עוד מעט נראית כמו הספה', מאיימים 'אני אנתק את האינטרנט'. מרגישים חסרי אונים ולא מדריכים את הילדים בנבכי המדיה.

המלצתי להורים:

- **קבלו את העובדה שהמדיה היא חלק מהחיים המודרניים, ומחיי ילדיכם**
אל תכעסו או תיבהלו, לימדו דרכים יעילות לחנך את ילדיכם גם בנושא המדיה.
- **זכרו שיש למדיה גם יתרונות רבים עבור הילדים:**

באמצעות הטלויזיה הם נחשפים לידע רב, לומדים על סביבות חיים, לומדים מושגים, מעשירים את השפה. באינטרנט- הם לומדים את השפה הממוחשבת, וישתמשו בה במקביל לשפה המדוברת והכתובה. הם לומדים על הסביבה הממוחשבת. צוברים ידע. השימוש במחשב מחזק את התפיסה המרחבית, ואת הקורדינציה עין – יד. קל להתפעל מהזריזות המוטורית של הילדים מול המקלדות השונות. הם נחשפים לשפה האנגלית, ולומדים לעקוב אחרי הוראות. הרשתות החברתיות מאפשרות לילדים ביישנים אלטרנטיבה לקשרים חברתיים

- חנכו את ילדיכם לצריכה נכונה של המדיה- הטלויזיה והאינטרנט החינוך הממולץ הוא שילוב של גבולות ושל מעורבות הורית והדרכה פעילה.

איך מגבילים את הילדים בשימוש במדיה:

- **להגביל שעות מדיה-** לקצוב שעות טלויזיה, ומדיה. לעכוף את השעות גם כשהילדים מוחים. לשנות את מספר השעות עם גדילת הילדים.
- **להחליט מראש מה תהיה הסנקציה** כשתהיה חריגה בשעות. למשל, שלא צופים בטלויזיה ביום למחרת.
- **לחתום עם הילדים על 'אמנת מדיה'**. אמנה שההורים מנסחים בשיתוף עם הילדים. שיש משא ומתן בתוך הגבולות שההורים מציבים. שיש בה הגדרה של שעות השימוש, הערוצים והאתרים המוסכמים, והסנקציות על הפרת האמנה. כולם מסכימים וחותמים עליה. כשהסכם ברור ומוסכם יש יותר סיכוי שימומש.
- **לשים את הטלויזיה והמחשב 'בשטחים הציבוריים' בבית.** שיהיו מחוץ לחדרי הילדים. שתהיה 'עין צופיה' על התכנים שהילדים חשופים אליה. שהילדים יהיו פגיעים פחות לפיתויים.

איך מחנכים ומעורבים בחיי המדיה של הילדים-

הגבולות בפני עצמן לא מספיקות, ותמיד יש פיתוי לפרוץ אותן. תעודת הביטוח של ההורים היא הדיאלוג הפתוח והכנה עם הילדים. כשהילדים משתפים ולא מסתירים, ההורים יכולים להגיב, לחנך ולכוון. לכך יש לשאוף.

- ללמד את הילדים צריכה נכונה של המדיה-

לבחור איתם תוכניות טלויזיה שאוהבים מתוך 'לוח שידורים'. להסביר לילדים 'איך עובדת המדיה' שמקצינה תופעות ומגזימה כדי לזעזע, ולמשוך עוד צופים. הידע ייחסן את הילדים מהשפעות שליליות של סדרות ושל תכנים פורנוגרפיים. האינטרנט למשל מעונין לשווק מסרים ולהרוויח כסף, ולכן יש בו מניפולציות לפתות לקוחות. אם מכירים אותן – מתפתים פחות

- לצפות עם הילדים בתוכניות, לגלוש איתם באינטרנט

חשוב שההורים יכירו את התכנים אליהם נחשפים הילדים. הורים לא יכולים להרשות לעצמם להיות בורים, כי אז לא יוכלו להשפיע. כדאי לצפות עם הילדים בסדרה שהם אוהבים, ולא רק לומר 'שזו סדרה טפשית'. לבקש שיראו לנו את האתרים שהם גולשים בהם, להתעניין ולהכיר אותם.

- לתווך עבור הילדים את המידע שמגיע מהמדיה
כשההורים נחשפים לתכנים הם יכולים להגיב ולתווך אותם לילדים. שוב, לא בביקורת אלא כהדרכה. לדוגמא, אם בסדרה מציגים יחסים בינאישיים שמבוססים על קנאה ושימוש בתחבולות ורמאות כדי להשיג חברות. ההורים יכולים להסביר שחברות אמיתית לא נראית ככה, ולבדוק אם גם הילדים יודעים את האבחנה בין המדיה למציאות. כך ההורים תורמים לחנוך ערכי.

- ללמד את הילדים כללי גלישה בטוחה באינטרנט
למשל, לא לתת פרטים אישיים לאף אחד ברשת, לא לתת פרטי כרטיס אשראי, לא לקבוע פגישות עם אנשים זרים מהרשת...
ישנם אתרים רבים שמסבירים את כללי הבטיחות הללו, רצוי לעיין וללמד אותם את הילדים, כפי שמלמדים אותם בכל גיל ומצב להזהר.

לסיכום, הורים לא אמורים להתמקד רק בהגבלת הילדים, זה לא יעיל. המסר ההורי אמור להיות שהמדיה היא דבר טוב ומעשיר, שצריך ללמוד להשתמש בו כמו בכל תחום אחר בחיים, לכן ההורים מגבילים, מכוונים, מסבירים. אם ההורים יהיו שלמים עם המסר והפעולות, גם הילדים ישתפו פעולה.

בינתיים - שיהיה בהצלחה, ובהנאה...
ממני, חלי ברק- שטיין.

פסיכולוגית חינוכית מומחית. יעוץ להורים, יעוץ זוגי ומשפחתי.
מחברת הספרים: 'בגובה העיניים', 'תקשיבו לי רגע', 'כשהילדים יוצאים מהבית'

helibarak1@gmail.com