

2024 m. liepos 15 d.

Rengimo šeimai asociacija: neleiskime vaikui paskęsti internete

Pradedamas vykdyti prevencinis projektas, skirtas mažinti priklausomybės nuo ekranų riziką ikimokykliniame ir priešmokykliniame amžiuje, taip pat ugdyti darželiuose dirbančių visuomenės sveikatos specialistų kompetencijas psichikos sveikatos problemų prevencijos srityje. Projektas turi socialinės rizikos prevencijos aspektą: jo kontekste bus dirbama su socialinę riziką patiriančiomis šeimomis, kuriose yra didesnė probleminio medijų naudojimo rizika.

Vaikai ir paaugliai vis dažniau ir daugiau laiko praleidžia prie skaitmeninių ekranų. Naudojimas skaitmeninės medijos įrenginiais, ypač išmaniais telefonais ir planšetiniais kompiuteriais, auga tarp mažamečių, ikimokyklinio amžiaus ir pradinių klasių moksleivių. Tyrimai rodo, kad Lietuvoje yra gana didelis (56 proc.) jauniausio amžiaus vaikų grupės (9-11 metų) vaikų, kurie prisijungia prie interneto iš savo išmaniųjų telefonų kiekvieną dieną skaičius, net 11 proc. viršijantis Europos vidurkį. Jaunesniojo mokyklinio amžiaus grupėje (7-10 metų) naudojimosi ekranais trukmė viršijo dvi valandas ir turėjo tendenciją augti (134 min. 2018 m., 2019 m. – 146 min.).

Ne viename tyrime akcentuojama, jog ikimokyklinio amžiaus vaikų perteklinis buvimas prie ekranų siejasi su įvairiomis fizinės ir psichikos sveikatos problemomis, tokiomis kaip trumpesnė miego trukmė, dažnesniais somatiniais skundais, nesveiko maisto vartojimu, didesniais elgesio ir emocijų problemomis ir kita.

Mokslininkai pastebėjo, kad skaitmeninių technologijų naudojimo įpročiai susiformuoja ikimokykliniame amžiuje, jie yra pastovūs ir tęsiasi vėlesnėje vaikystėje. Mažamečių buvimas prie ekranų jau yra tapęs ritualizuotu elgesiu, kurį tampa vis sunkiau pakeisti. Specialistai akcentuoja, jog reikia daugiau dėmesio skirti probleminio medijų naudojimo prevencijai vaikystėje, nes tai gali padėti sumažinti priklausomybės nuo interneto riziką paauglystėje ir brandžiam amžiuje.

„Tyrimai rodo, jog priklausomybės nuo ekranų, interneto ir kompiuterinių žaidimų rizika yra didesnė tose šeimose, kuriose yra nepalankus socialinis ekonominis kontekstas, vyrauja konfliktiški tėvų – vaikų santykiai, vaikas stokoja individualaus dėmesio. Paprastai tėvai, stokojantys reikiamų socialinių įgūdžių, nesugeba namuose nustatyti vaikams skaitmeninių technologijų naudojimo taisyklių ar nesugeba užtikrinti jų laikymosi, dažnai nesupranta perteklinio skaitmeninių technologijų naudojimo keliamos žalos vaiko fizinei, psichinei ir emocinei raidai. Šeimose, kuriose nesugebama laikytis taisyklių, vaikai neribotą laiką tiesiog „skęsta“ internete“, – teigia Rengimo šeimai asociacijos pirmininkas Ramūnas Aušrotas. „Siekdami padėti socialinę riziką patiriančių šeimų tėvams, kur probleminio probleminio medijų naudojimo rizika yra didesnė, ir inicijavome šį projektą“.

Kaip teigia projekto iniciatoriai, „neapsiribojome tik darbu su tėvais, sieksime plėsti ir specialistų, dirbančių su šeimomis, kompetencijas. Bus siekiama atvejo vadybai pasiūlyti inovaciją, t.y. į pagalbos šeimai planą įtraukti naują priemonę – specialistų konsultavimą dėl probleminio medijų naudojimo“.

Tuo tikslu bus bendradarbiaujama su partneriais, Kaišiadorių socialinių paslaugų centru ir Viešąja įstaiga Vilniaus Pal. J. Matulaičio šeimos pagalbos centru. „Labai tikimės, jog projekto rėmuose išbandytas metodas „prilips“ ir taps standartine socialinio darbo su šeimomis praktika”.

Projektą „Probleminio medijų naudojimo socialinę riziką patiriančiose šeimose prevencijos projektas „Nepaskęsk internete“ 2024 metų vasarą – žiemą vykdys Rengimo šeimai asociacija.

Įgyvendinant projektą numatoma sukurti metodinį vadovą ir praktinį gidą tėvams bei visuomenės sveikatos specialistams. Parengtos metodikos bus pristatytos tikslinėms auditorijoms bei apmokytos jomis naudotis.

Projektas finansuojamas Valstybinio visuomenės sveikatos stiprinimo fondo lėšomis, kurį administruoja Sveikatos apsaugos ministerija.

Publikuota:

- **BNS spaudos centre 2024.07.17: <https://sc.bns.lt/view/item/488571>**