

10 savjeta za roditelje djece u dobi od 3 do 6 godina

„Mama,  
smijem li koristiti tvoj  
mobilni telefon?“



Silka, Khanh Dang/Unsplash



**„Tata nije vidio gol,  
jer uvijek gleda u svoj  
mobilni telefon.“**

#1

# Provedite lijepe zajedničke trenutke

Dok se igrate sa svojim djetetom, ostavite mobilni telefon na stranu i **posvetite punu pažnju svom djetetu**. Ti izuzetni trenuci će vam svakako vrlo brzo nedostajati.

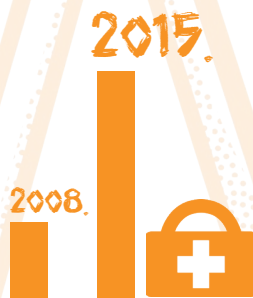
„Kod kuće mi je često teško da ostavim mobilni telefon. Bavim se samostalnom djelatnošću i zato u stvari nemam fiksno radno vrijeme. Ali kada se moje 3-godišnje dijete odjednom više nije htjelo igrati sa mnom, jer sam u mislima bila na poslu, primijetila sam da tako više ne može. Sada svoj mobilni telefon ostavljam čak i u drugoj sobi!“

Anna, direktorica škole stranih jezika i majka.

## SAVJETI

- Odredite jasno vrijeme pred ekranom za svoje radne i slobodne aktivnosti na mobilnom telefonu i sličnim uređajima.
- Svjesno napravite pauze u korištenju mobilnog telefona. Profitirajte npr. od zajedničke večere i pustite vašu djecu da pričaju o tome kakav im je bio dan.
- Često je od pomoći da unaprijed obavijestite familiju, prijatelje ili kolege s posla: „Danas me možete nazvati nakon 20:00 sati!“

Prema Kuratoriju za sigurnost saobraćaja\* broj nezgoda kod djece mlađe od 5 godina posljednjih se godina **utrostručio**. Moguć razlog: Pažnja roditelja sve više je usmijerena prema pametnim telefonima.



\*Izvor: [www.kfv.at/zahl-der-kinderunfaelle-auf-spielplaetzen-gestiegen](http://www.kfv.at/zahl-der-kinderunfaelle-auf-spielplaetzen-gestiegen)

**„Moji roditelji uvijek gledaju  
serije kada im je dosadno.  
A ja zbog toga želim na  
mobilni telefon.“**



# #2

## Budite dobar uzor

Vaše dijete uči od vas i imitira ono što vi radite. Pokažite svom djetetu od samog početka kako se i bez mobilnog telefona i sličnih uređaja može pobijediti dosada.

„Povremeno mi je potrebna pauza! U tom slučaju rado skrolujem kroz Instagram i pogledam nešto glupo.

Ranije sam svoju kćerku u takvim slučajevima jednostavno pustila da gleda Peppu Wutz – ali je onda uvijek dolazilo do svađa oko prestanka gledanja. Sada zajedno prelistamo neku knjigu ili neki časopis. I to je čak i za mene opuštajuće!”

Anouk, majka 3-godišnjakinje i strastvena korisnica pametnog telefona.

**Napomena:** Iako vam vaše vrijeme ispred ekrana izgleda neophodno i opravdano, vaša djeca ne mogu napraviti razliku između posla i slobodnog vremena.

### MAMA, DOSADNO MI JE!

#### Ideje za restoran

- zasjeci makazama u salvetu
- od podmetača za pivo napraviti kućicu
- presavijati salvete
- nešto obojiti
- kopirati uzorak salvete
- prelistati slikovnicu/časopis

## SAVJETI

- Dosada je važna za razvoj djece i potiče maštu. Potkušajte ju izdržati i ne tražiti odmah neku zabavu.
- Ako dosada zaista postane nepodnošljiva, ponudite djetetu neku konkretnu zanimaciju.

**„Ne smijem raditi sve,  
ali smijem gledati  
fotografije.“**



# #3

## Učinite uređaje sigurnima za djecu

Izaberite samo nekoliko, ali dobrih, ponuda za svoje dijete. **Blokirajte In-App kupovine i striming servise**, kako biste spriječili nastanak neplaniranih troškova.

„Nisam stvarno bio svjestan koliko ima reklama. Dok moj 5-godišnji sin na mom mobilnom telefonu nije odjednom dobio reklamu za horor-igricu. Zaista je bio šokiran. Ja također. Sada razlikujem i znam: moje dijete smije igrati samo igrice koje funkcionišu i van interneta i bez reklama. To je na početku bilo komplikovano, ali sada smo se navikli na to.“

Chris, otac 5-godišnjaka, voli serije i horor-filmove na Netflixu.

### SAVJETI

Vaša djeca povremeno smiju koristiti vaše uređaje? Onda nemojte zaboraviti sljedeće:

- **Reklame**, koje se prikazuju u aplikacijama na mobilnom telefonu, **prilagođene su vama**, a ne vašoj djeci. One stoga mogu biti neprikladne za vašu djecu.
- Djeca mogu, i slučajno, dospjeti do vaših **privatnih poruka i sličnog**. Zaštitite ih lozinkama.

### SAVJET ZA ČITANJE!

Kako vaše uređaje možete učiniti sigurnima za djecu, saznat ćete u ISPA brošuri na Saferinternet.at – besplatno na:

[www.ispa.at/technischerschutz](http://www.ispa.at/technischerschutz)



**„Samo gledanje  
je dosadno. Radije  
želim nešto raditi  
ili igrati.“**



# #4

## Izaberite samo nekoliko, ali dobrih aplikacija

Aplikacije treba da pomognu vašem djetetu u razvoju, **da ga potiču i da budu sigurne**. Pritom su aplikacije koje se plaćaju za vaše dijete često bolje od besplatnih, jer su zloupotreba podataka i reklame manje vjerovatne.

„U početku sam mislila da dobre aplikacije moraju biti besplatne. Sada sam već kupila mnoge aplikacije. Ne koštaju mnogo, ali zato prikazuju mnogo manje napornih reklama.“

Leila, majka 4-godišnje djevojčice, koja rado igra edukativne igrice.

### VRIJEME PRED EKLANOM 0-3 GODINE

- do 18 mjeseci izbjegavati, ako je moguće
- maksimalno 10-15 min odjednom
- ne ostavljajte djecu samu (ekrani nisu bebisiteri!)
- jednostavni sadržaji prilagođeni djeci

### VRIJEME PRED EKLANOM 4-6 GODINA

- dogovorite pravila
- maksimalno 20 min odjednom, ne više od 1 sat/dan
- ne prije odlaska na spavanje
- programi za učenje i igranje
- kratke i spore video snimke

### DOBRE APLIKACIJE SU\*:

- **autoritativne:** podstiču razvoj
- **vezuju pažnju**
- **podstiču**
- **bezbjedne:** sadržaji prilagođeni uzrastu, bez neočekivanih troškova, vremenski ograničeni

\*Izvor: Betterinternetforkids.eu (Positive content)

## SAVJET

Upravo za 3-6-godišnjake edukativne igrice mogu biti dobro rješenje: tako mogu koristiti digitalni svijet za učenje, a crtanje ili obične igračke mogu im poslužiti kao animacija.

„Šta je to?!  
To me plaši!“



18+



# Vodite računa o dobnim ograničenjima

Oznake dobi na igricama ili filmovima pružaju važnu orijentaciju i štite vaše dijete od neprikladnih sadržaja.

„Teško je! Moja malecka jednostavno uvijek želi raditi isto što i njen stariji brat. Sada smo se dogovorili da se on igra samo kada ona nije kod kuće.“

Mehmet, otac 11-godišnjaka i 5-godišnjakinje.

Evropska inicijativa PEGI\* daje dobnu klasifikaciju sadržaja kompjuterskih igrica.



Igrica je po sadržaju prikladna za sve od 3 godine pa naviše.



Igrica sadrži materijal koji izaziva strah.

\*Više informacija na: [pegi.info/de](http://pegi.info/de)

U Njemačkoj su kompjuterske igrice dodatno označene USK oznakama\*\*.



U pogledu sadržaja odobreno bez dobnog ograničenja.

\*\*Više informacija na: [www.usk.de](http://www.usk.de)

## SAVJET

- Dobna ograničenja za kompjuterske igrice **odnose se na njihove sadržaje**: Ali ona ne sadrže nikakvu informaciju o tome koliko lako ili teško se igrica igra. Za to koristite preporuke BuPP-a [www.bupp.at](http://www.bupp.at).
- Dogovorite se s vašom starijom djecom kako bi **mlađa braća i sestre bili zaštićeni** od neprikladnih sadržaja

Filmovi u Njemačkoj označeni su **FSK oznakama**\*\*\*.



U pogledu sadržaja odobreno bez dobnog ograničenja.

\*\*\*Više informacija na: [www.spio-fsk.de](http://www.spio-fsk.de)

**Pažnja!** Ponuđači aplikacija imaju svoje vlastite oznake, koje se mogu razlikovati od ovdje navedenih preporuka u pogledu dobi djeteta.

„Odjednom se tu pojavio  
jezivi klaun, iako sam  
gledao nešto sasvim  
drugo!“



# #6

## Nemojte koristiti YouTube kao bebisitera

Nikada nemojte ostavljati svoje dijete bez nadzora, ni kada gleda serije. Nažalost se redovno događa da su čak i bezazlene dječje serije „obogaćene“ uznemirujućim sadržajima.

„Kada sam sam često je teško, ne mogu stalno nadgledati svoje dijete. U tom slučaju je YouTube praktičan sa funkcijom Autoplay i sličnim stvarima. Ali događalo se i da je moje dijete naišlo na sadržaje koje smatram upitnim. Zbog toga sada radije koristimo audio knjige, jer uz to moj se sin još može i igrati.“

Alan, otac 5-godišnjaka.

### VIDEO SAVJET!

Video savjetnik za roditelje Frag Barbara (Pitaj Barbaru)! YouTube - Nikada bez roditelja



[www.fragbarbara.at](http://www.fragbarbara.at)

### MAMA, DOSADNO MI JE!

Ideje za samostalno igranje

- izraditi nešto od rola WC-papira
- obojiti mandalu
- maskirati se (npr. imitirajte omiljenog lika iz igrice)
- slušati audio knjigu
- uvježbati neki ples
- „skuhati čaj“ omiljenom plišanču

### SAVJETI

- Ponekad uključiti YouTube nije ništa loše – ali deaktivirajte Autoplay funkciju i pažljivo pratite koje video snimke vaše dijete gleda.
- Pokušajte da za svaki dan nađete neka druga rješenja, npr. audio knjige. One potiču maštu i ostavljaju prostora za igranje.



**„I sada, 10 godina kasnije,  
svi me ismijavaju“**



# Nemojte postavljati fotografije djece na Internet

Dobro razmislite prije nego počnete širiti fotografije vašeg djeteta preko WhatsAppa, Instagrama i sličnih servisa. **Prihvatite „ne“** vašeg djeteta, ako ono ne želi biti fotografisano i **pitajte**, prije nego krenete dijeliti fotografiju preko WhatsAppa ili drugih opcija na Internetu.

„Kada je u pitanju fotografija porodice ponekad i ignorišem kada mi moje dijete kaže „ne“ – jer znam da će sljedećeg dana promijeniti svoje mišljenje i biti razočarano ako ga ne bude na fotografiji. U pravilu ga pitam za mišljenje. Za mene je mišljenje mog sina važno.“

Luisa, majka 6-godišnjaka.

## SAVJETI

- Od većine roditelja ne postoje fotografije iz djetinjstva na Internetu. Stoga se uvijek zapitajte: **Bi li ja to kao dijete želio ili željela?**
- Razmislite: **Kako bi dječje slike uticale na vaš pubertet i vašu mladost?**
- Neugodnim fotografijama ili onima na kojima su djeca (polu)gola, nije mjesto na Internetu – nikada se ne zna u čije ruke mogu dospjeti!



## LINK-SAVJET!

Inicijativa **#DeinKindAuchNicht** autorice Toyah Diebel precrtanim fotografijama upozorava na to da i djeca imaju **pravo na privatnost**. „Smiješne“ dječje slike kasnije u životu mogu dovesti do **mobinga**.

[deinkindauchnicht.org](http://deinkindauchnicht.org)

**„Kada mi se neka igrica baš  
mnogo sviđa, ne želim ići  
ni na WC!“**





# #8

## Pazite na znakove

Kada vašem djetetu igranje igrica/gledanje video snimaka postaje naporno? Kada primjetite da vaše **dijete postaje nemirno** ili je **zamoreno upotrebom medija**, interveniшите. **Ponudite konkretne alternative** i tako pružite pomoć vašem djetetu.

„U početku sam mislila da je to normalno kada se igra nova igrica. Ali moje dijete je baš bilo nemirno i nervozno. Onda sam morala zaustaviti sve to. Sada samo još jednom nedjeljno smije pred ekran – i to sjajno funkcioniše! Iako je u početku naravno pružala otpor...“  
Paula, majka 5-godišnjakinje.

### PREDUGO ISPRED EKRANA, ŠTA SADA?

#### Alternative

- skakati na kauču
- piti vode
- odigrati **dijalog između dvije životinje**: kako razgovara npr. patka s medvjedom?
- **izrađivati predmete**
- **maskirati se**/imitirati omiljenog lika iz igrice
- **igrati se skrivača**
- **izići vani**: u park, igrati se loptom
- **igrati UNO** ili druge **kartaške ili društvene igre**

### SAVJETI

- Dobre aplikacije i igrice odvlače pažnju. Dakle normalno je da se vaše dijete neko vrijeme želi njima pozabaviti. **Ne predstavlja sve odmah zavisnost!**
- Vodite računa da se vaše dijete **dovoljno kreće** i da može **dobro spavati**.
- Ponudite svom djetetu **konkretne alternative**.



**„To uopšte nije fer!  
Zašto ja to ne smijem?!“**



# Ostanite pribrani u situacijama svađe

Treba znati svađati se, ne treba od svega odmah praviti dramu. **Objasnite svom djetetu svoje dvojbe** – važno je da vaše dijete razumije zašto ne smije raditi određene stvari.

„Jednostavno mi je dosta tih svađa! Uvijek kada se pojavi mobilni telefon, nastaje svađa. Sa mnom, ali i između djece. Sada ću probati da pri svakoj svađi oko nekog uređaja jednostavno izreknem kaznu od dva dana zabrane korištenja mobilnog telefona ili televizora.“

Milan, otac troje djece, radi od kuće.

Više ne znate kako dalje?

Pozovite 147 Rat auf Draht (Dežurni savjetnik) (bez pozivnog broja) ili posjetite internet stranicu [www.rataufdraht.at](http://www.rataufdraht.at). Tu ćete i vi dobiti pomoć za poboljšavanje odnosa sa svojom djecom.



[www.fragbarbara.at](http://www.fragbarbara.at)

## SAVJETI

- Djeca moraju naučiti da se svađaju ne samo s roditeljima, već i međusobno. Nemojte se miješati u svaku svađu.
- Pomognite svojoj djeci s idejama za rješavanje sukoba, ali pustite ih da sami nauče kako mogu riješiti sukobe.
- Nemojte zaboraviti: **djeci su potrebna pravila!** Nekada zaista morate ostati strogi.

## VIDEO SAVJET!

Video savjetnik za roditelje Frag Barbara (Pitaj Barbaru)! u svojim kratkim video snimkama vam između ostalog pokazuje kako možete da uspostavite zajednička obiteljska pravila.

**„Zaista je bilo zabavno  
kako smo se igrali s  
kompjuterima!“**



# #10 Zabavljajte se zajedno

Nemojte zaboraviti da bi korištenje medija za vas trebalo da znači prije svega jedno: zabavu. **Istražite ponudu zajedno sa svojim djetetom.** Tako ćete automatski imati i bolji uvid u to šta vaše dijete radi u svijetu Interneta.

„Za mene mobilni telefon i jest mnogo više nego samo telefon.

Rado fotografisem i tražim inspiraciju za moje "uradi sam" projekte. Moja malecka također je počela baviti se time. Ali mi vodimo računa da ne pretjera.“

Elisa, majka 5-godišnjakinje.

## ZAJEDNO NA EKRANU

### Savjeti za zajedničke aktivnosti

- maskirati se online uz pomoć filtera, emojia ili naljepnica
- isprobati edukativnu igricu (npr. na [www.kikaninchen.de](http://www.kikaninchen.de))
- zajedno napraviti video
- prstom crtati na tabletu
- komponirati zvuk telefonskog poziva
- međusobno se fotografisati
- integrisati korisne alatke poput štoperice ili geografske karte u svakodnevnicu

## SAVJETI

- Zainteresujte se za svijet vaše djece i pogledajte što vaše dijete doživljava na Internetu. Dopustite da vas očaraju, te na taj način provedite lijepe trenutke s vašim djetetom.
- Što ranije uvedete takvo zajedničko vrijeme, to ćete ga duže moći zadržati – također i van Interneta pri zajedničkom čitanju ili izrađivanju predmeta.

# Impresum

## „Mama, smijem li koristiti tvoj mobilni telefon?“ 10 savjeta za roditelje djece u uzrastu od 3 do 6 godina

Österreichisches Institut für angewandte Telekommunikation (ÖIAT) – Saferinternet.at |  
Ungargasse 64-66/3/404 | 1030 Wien  
[www.oiat.at](http://www.oiat.at) – [www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at)

Redakcija:

DI<sup>in</sup> Barbara Buchegger, M.Ed., Mag.<sup>a</sup> Frederica Summereder, BA

Izgled:

Mag.<sup>a</sup> Frederica Summereder, BA

Slike: Unsplash, Bee Secure/Icons: Pixabay

Datum objavljivanja:

Beč, septembar 2019.

Autorska prava:

Ovo djelo zaštićeno je Creative Commons licencom CC BY 3.0 AT:

Navođenje imena ([www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at))

(<https://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>)

Kompletnu odgovornost za ovu publikaciju snose autorice.

Evropska unija ne snosi odgovornost za upotrebu informacija sadržanih u ovoj publikaciji.

Za tačnost navedenih podataka se ne preuzima odgovornost: Odgovornost autorica Saferinternet.at/Österreichisches Institut für angewandte Telekommunikation je isključena.

Finansirano od strane:

Saveznog ministarstva za digitalizaciju i privredu

Evropska unija – program „CEF Telecom Safer Internet“

# Pomoć i ponude za savjetovanje

## Familijska savjetovališta

Diljem Austrije stoje na raspolaganju u pitanjima odgoja djece.

[www.familienberatung.gv.at](http://www.familienberatung.gv.at)

## Edukacija roditelja

Pedagoški tekstovi na teme kao što su društvene mreže, mobilni telefon, seksualno obrazovanje.

[www.eltern-bildung.at](http://www.eltern-bildung.at)

## Video savjetnik za roditelje Frag Barbara (Pitaj Barbaru)!

Savjetnik za roditelje „Frag Barbara (Pitaj Barbaru)!” pomaže u odgoju djece kada se radi o svakodnevnoj upotrebi Interneta i mobilnog telefona.

[www.fragbarbara.at](http://www.fragbarbara.at)

## Saferinternet.at

Savjeti i informacije za sigurno i odgovorno korištenje Interneta i mobilnog telefona uz vlastiti kutak za roditelje:

[www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at)

## 147 Rat auf Draht (Dežurni savjetnik)

Besplatna, anonimna 24-satna SOS telefonska linija za djecu, mlade i njihove bliže osobe na broj 147 (bez pozivnog broja).

[www.rataufdraht.at](http://www.rataufdraht.at)

## Digi4family

Interesantne činjenice vezane za sve o digitalnim medijima u familijskoj svakodnevnici: Od e-knjige do webinaru.

[www.digi4family.at](http://www.digi4family.at)

## Stopline

Anonimna platforma za prijavljivanje dječje pornografije i neonacističkih sadržaja na Internetu.

[www.stopline.at](http://www.stopline.at)



Silka Jolly Stikem

Partner internet stranice Saferinternet.at



Co-financed by the European Union  
Connecting Europe Facility



Bundesministerium  
Digitalisierung und  
Wirtschaftsstandort



Bundeskazleramt

Bundesministerin für Frauen,  
Familien und Jugend



Bundesministerium  
Bildung, Wissenschaft  
und Forschung



facebook