

V šolskem letu 2023/24 (10. oktobra 2023) je v dvorani Kulturnega doma Nova Gorica potekal izobraževalni dogodek **Brez okvirjev**. Domači in tuji strokovnjaki so spregovorili o pereči in aktualni tematiki – uporabi zaslonov, predvsem s strani otrok in mladostnikov. Ob tej priložnosti so bili predstavljeni tudi rezultati ankete, ki je bila pripravljena s strani Zdravstvenega doma Nova Gorica (ZD Nova Gorica) in Nacionalnega inštituta za javno zdravje OE Nova Gorica (NIJZ OE Nova Gorica).

K izpolnjevanju ankete smo povabili starše otrok in mladostnikov, ki obiskujejo vrtec ali osnovno šolo na območju ZD Nova Gorica (Mestna občina Nova Gorica, Šempeter-Vrtojba, Miren-Kostanjevica, Kanal, Brda, Renče-Vogrsko).

Ob tej priložnosti bi se Vam radi zahvalili za pomoč pri posredovanju spletne povezave do ankete staršem Vaših otrok in mladostnikov. Obenem bi Vam radi podali povratno informacijo o ugotovitvah ankete, ki Vam jih predstavljamo v nadaljevanju.

Lep pozdrav,

avtorji ankete: pediatrije ZD Nova Gorica Vanja Kogoj Jug, dr. med., spec. ped., Eva Breclj, dr.med., spec. ped., Daša Kumprej, dr. med., spec. ped. in Ingrid Markočič Tadič, univ. dipl. soc., OE NIJZ Nova Gorica

ANKETA O UPORABI ZASLONOV PRI OTROCIH IN MLADOSTNIKI – KOT JO VIDIJO STARŠI

Izvajalec: Zdravstveni dom Nova Gorica in NIJZ OE Nova Gorica

Potek ankete: 15. september 2023 - 3. oktober 2023

Vzorec: starši predšolskih in osnovnošolskih otrok za območje ZD NG, ki pokriva 6 občin (Mestna občina Nova Gorica, Brda, Šempeter-Vrtojba, Renče-Vogrsko, Miren-Kostanjevica, Kanal)

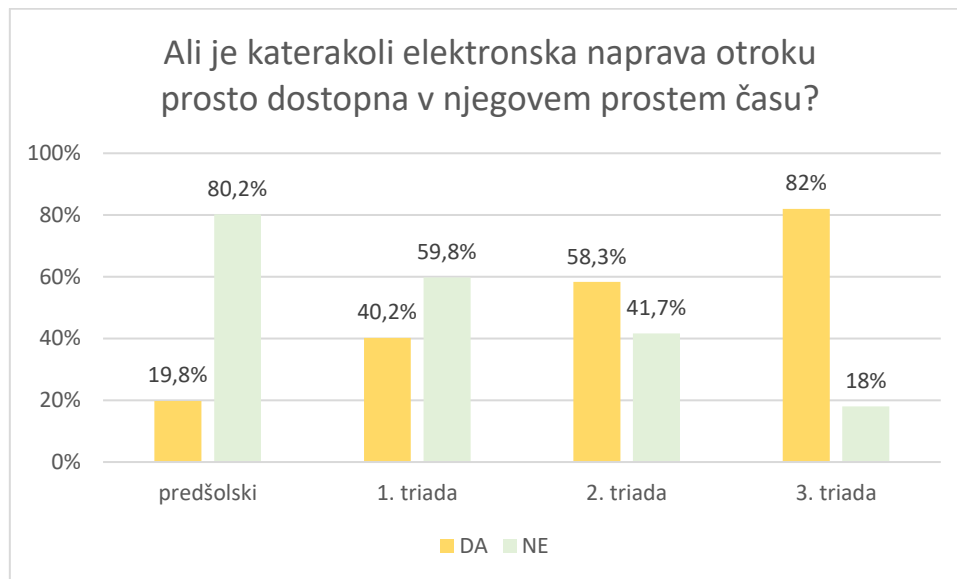
Vseh otrok (po podatkih Ministrstva za izobraževanje) na območju: 8019 (vrtec: 517 otrok; osnovna šola: 7502 učenk in učencev)

Anketo je izpolnilo 51,6% staršev fantov in 48,4% deklet. K reševanju ankete je pristopilo 8,5% staršev predšolskih otrok, dobra četrtina (26,6% staršev učencev prve triade, 30,8% staršev učencev druge triade in dobra tretjina (34,1%) staršev učencev tretje triade.

Dober odziv staršev na izpolnjevanje ankete, z odzivnostjo **14,1%** nam omogoča, da iz danega vzorca lahko sklepamo na celotno populacijo predšolskih in osnovnošolskih otrok na območju ZD NG.

Rezultati:

Dostopnost elektronskih naprav v prostem času

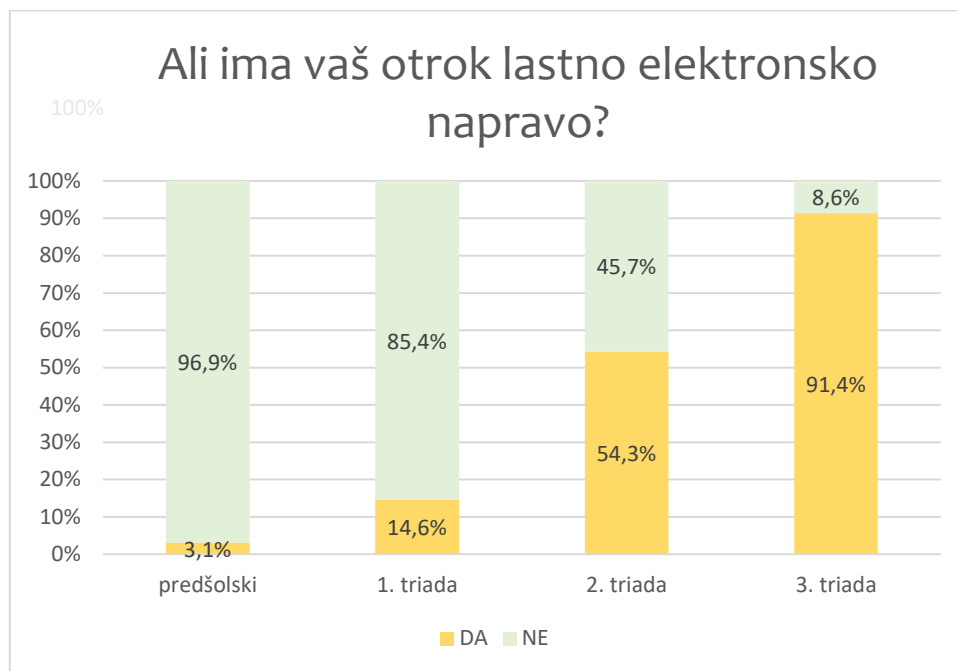


Prosta dostopnost do katerekoli elektronske naprave se s starostjo otrok povečuje. Rezultati ankete kažejo na izrazit preskok na prehodu iz druge v tretjo triado. Zaskrbljujoč je podatek, da je petini predšolskih otrok prosto dostopna katerakoli elektronska naprava v njegovem prostem času.

Pri 57,6% otrocih in mladostnikih, ki jim je v njihovem prostem času prosto dostopna katerakoli elektronska naprava, ni nameščenih varnostnih aplikacij starševskega nadzora. Statistično značilno več staršev, katerih otroci imajo prost dostop do elektronskih naprav, ima težave pri postavljanju mej glede uporabe zaslonov in jih bolj skrbi pretirana oz. neprimerna raba zaslonov.

Otroci in mladostniki, ki imajo prost dostop do elektronskih naprav statistično značilno več časa preživijo pred zasloni kot otroci in mladostniki, ki nimajo prostega dostopa do elektronskih naprav.

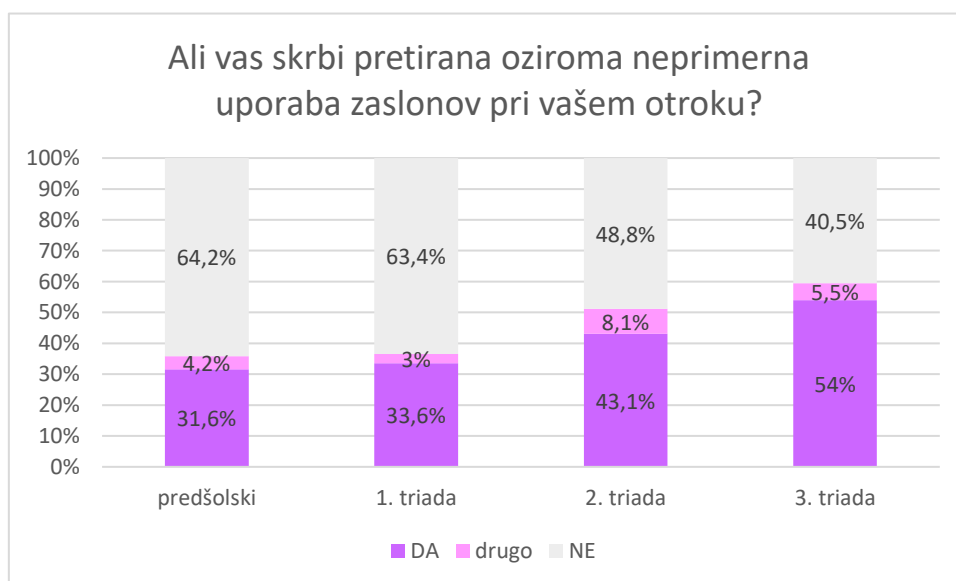
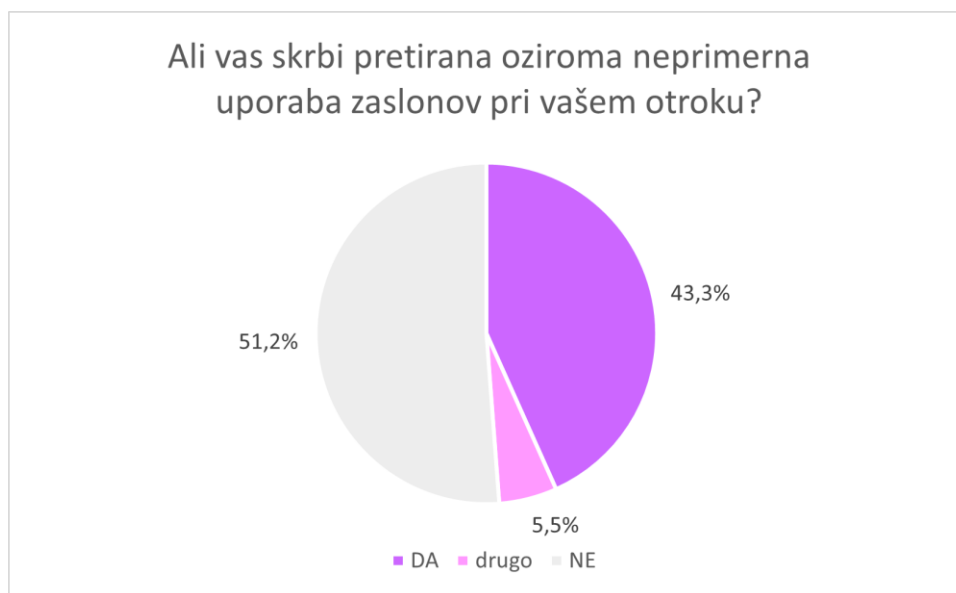
Lastništvo elektronskih naprav



Tudi lastništvo elektronskih naprav se s starostjo otrok in mladostnikov povečuje. Ni zanemarljiv podatek, da imamo že pri predšolskih otrocih lastnike elektronskih naprav kakor tudi ne, da skoraj 15% učencev prve triade ima lastno elektronsko napravo. Kot je iz grafa razvidno pa so že skoraj vsi naši učenci tretje triade (7. do 9. razred) lastniki elektronske naprave.

Pokazale so se statistično pomembne razlike glede lastništva elektronskih naprav in postavljanja mej ter skrbi glede pretirane in neprimerne rabe zaslonov. Statistično značilno več staršev katerih otroci in mladostniki imajo lastno elektronsko napravo ima težave pri postavljanju mej glede uporabe zaslonov in jih bolj skrbi pretirana oz. neprimerna raba zaslonov. Prav tako otroci in mladostniki, ki imajo lastno elektronsko napravo statistično značilno več časa preživijo pred zasloni kot otroci in mladostniki, ki je nimajo.

Skrb glede pretirane uporabe zaslonov

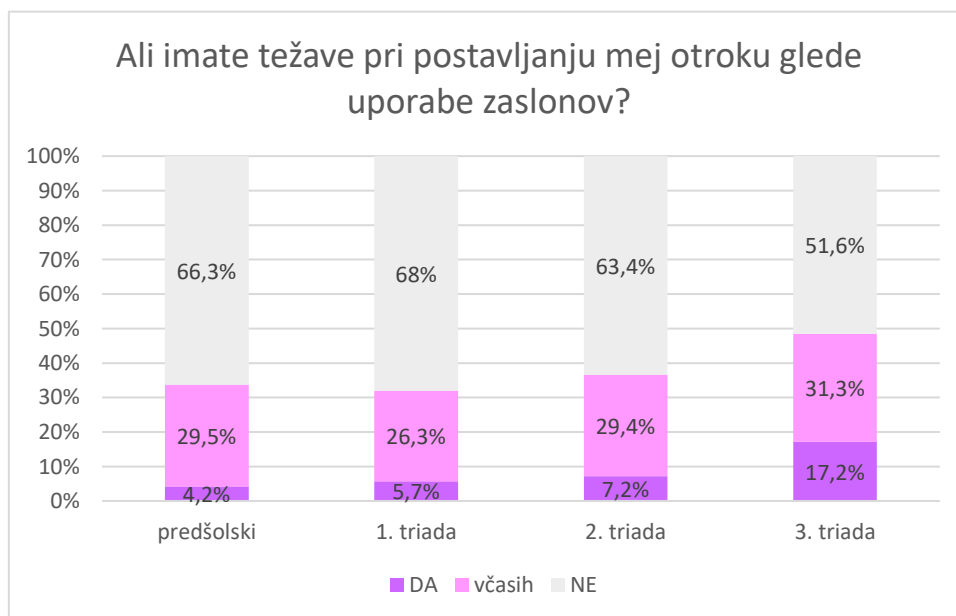


Kar 43,3% staršev, ki so odgovarjali na anketni vprašalnik, je izrazilo skrb zaradi pretirane oz. neprimerne uporabe zaslonov. Skrb staršev se pričakovano večja s starostjo otrok in mladostnikov, saj smo iz predhodnih rezultatov vodeli, da se s starostjo naših otrok in mladostnikov večja tako prosta dostopnost kot lastništvo elektronskih naprav.

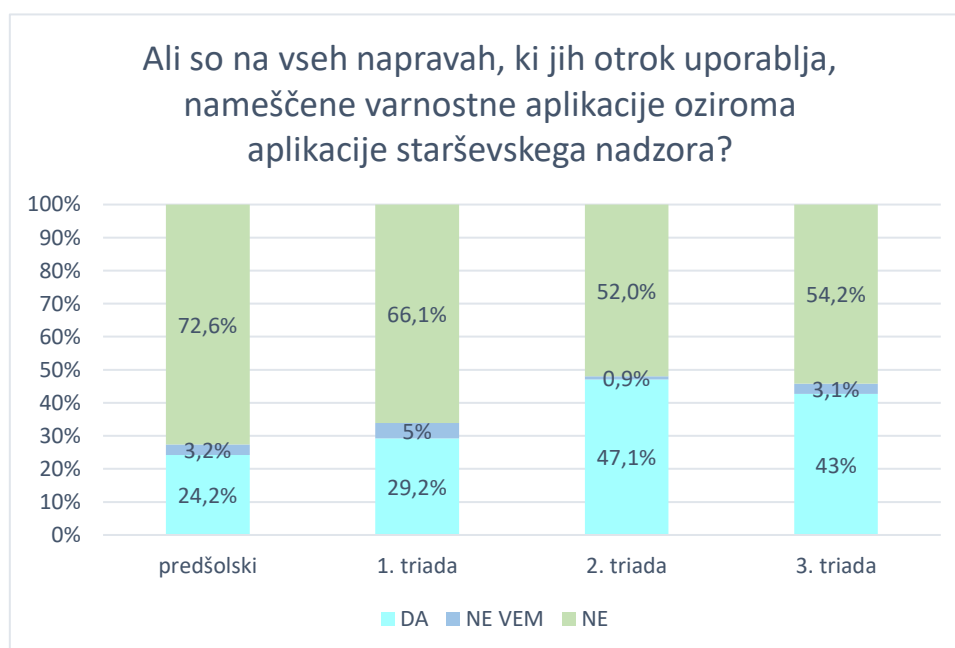
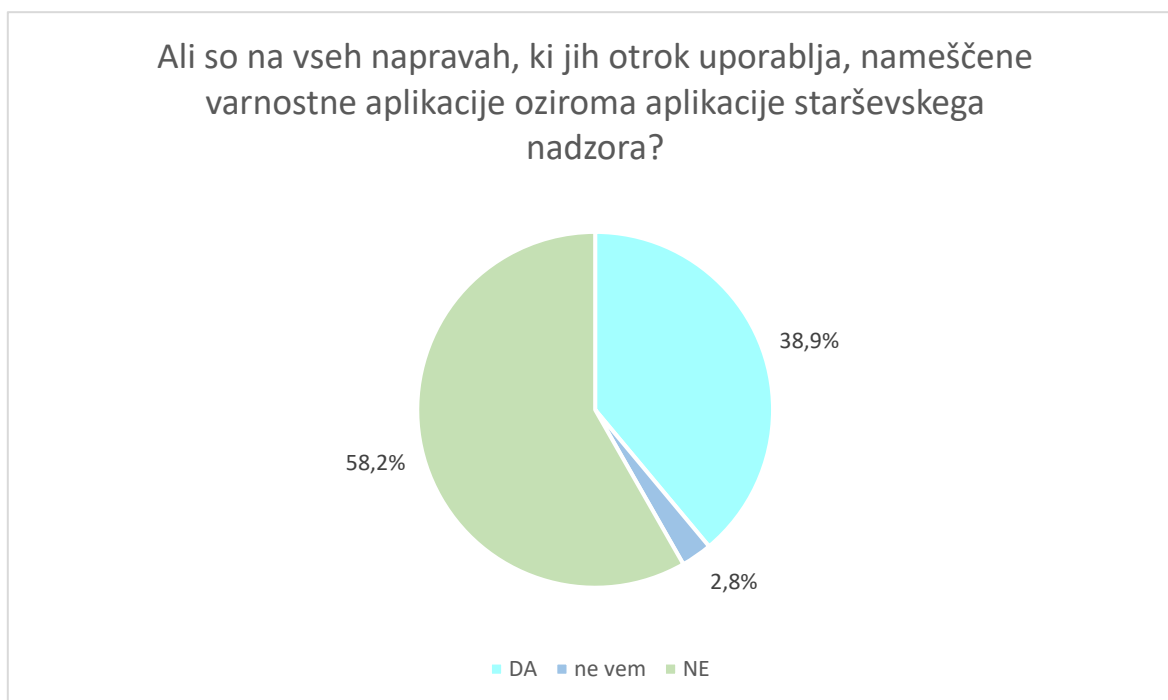
Postavljanje mej pri uporabi zaslonov



10% staršev je odgovorilo, da imajo težave pri postavljanju mej glede uporabe zaslonov. Prav tako kot pri skrbi glede pretirane uporabe, se tudi pri postavljanju mej težave večajo s starostjo otrok in mladostnikov.



Nameščenost varnostnih aplikacij oz. starševskega nadzora



Največ (58,2%) staršev je odgovorilo, da nimajo na vseh napravah, ki jih njihovi otroci uporabljajo nameščene varnostne aplikacije oz. aplikacije starševskega nadzora. Med tistimi, ki imajo nameščene varnostne aplikacije (38,9%), je najmanjši delež v predšolskem obdobju, nato raste v naslednjih dveh starostnih skupinah, v tretji triadi pa spet pade.

Statistično značilno več otrok in mladostnikov staršev z visoko šolo, fakulteto ali akademijo ima v primerjavi z ostalimi nameščene varnostne aplikacije oziroma aplikacije starševskega nadzora.

Glavne ugotovitve

- Več deklet kot fantov ima lastno elektronsko napravo.
- Več staršev, katerih otroci so lastniki elektronskih naprav oz. so jim elektronske naprave prosto dostopne, ima težave pri postavljanju mej in jih skrbi pretirana oz. neprimerna uporaba zaslonov.
- Otroci, ki imajo lastno elektronsko napravo oz. so jim elektronske naprave prosto dostopne, več časa uporabljajo zaslone v svojem prostem času za zabavo.

KOMENTARJI/POMEMBNO:

1. Na podlagi opravljene ankete med starši otrok in mladostnikov je bilo ugotovljeno, da ima 3,1% predšolskih in 14,6% otrok prve triade OŠ v lasti elektronsko napravo. Eksplicitno vprašanje, katere vrste je naprava (pametni telefon, tablica, televizija,...), ni bilo zastavljeno.

V *Smernicah za uporabo zaslonov pri otrocih in mladostnikih* se svetuje, da **otrok do tretjega razreda nima v lasti pametnega telefona ali tablice**. Prav tako se odsvetuje, da bila v otrokovi spalnici nameščena kakršnakoli elektronska naprava, še posebej v večernem in nočnem času. V kolikor je otrok lastnik naprave (npr. pametnega telefona), naj bi **le-tega zvečer preden gre spat, odložil** na dogovorjenem mestu v dnevnem prostoru.

2. Tretjina staršev predšolskih otrok in otrok prve triade ocenjuje, da **ima težave pri postavljanju mej otrokom glede uporabe elektronskih naprav**, ki v zadnji triadi osnovne šole naraste na slabo polovico.

Sistemskega odgovora, kje in kako se starši opolnomočijo glede postavljanja mej otrokom, ni. Na voljo pa so programi v katere se starši lahko vključijo.

Eden takih, brezplačnih, je **program Neverjetna leta**, ki poteka v okviru Centrov za mentalno zdravje zdravstvenih domov (tudi v Centru za duševno zdravje otrok in mladostnikov Zdravstvenega doma Nova Gorica) in je namenjen staršem otrok do 12. leta.

Individualna psihološka svetovanja, kot tudi preventivne aktivnosti, so na voljo staršem na **logout.si**.

Pogosto tudi šole organizirate tematske roditeljske sestanke in izobraževanja namenjena osveščanju staršev o tej tematiki.

Zaradi prekomerne uporabe elektronskih naprav v prostem času otroku zmanjka časa za druge prostočasne dejavnosti, od katerih pa bi imel večjo korist.

Priporočamo prosto igro, druženje s sovrstniki in njemu pomembnimi odraslimi, branje knjig, telesno aktivnost na prostem, igranje starosti primernih družabnih iger in športno, glasbeno ter drugo kreativno udejstvovanje.

S tovrstnimi aktivnostmi otrok namreč krepi tako socialne kompetence kot svoje telesno in duševno zdravje.

Na izobraževalnem dogodku ***Brez okvirjev***, ki je za ogled dosegljiv preko povezave <https://www.youtube.com/watch?v=wSzsKr8JQ0Q> so bili rezultati ankete komentirani skladno s [Smernicami za uporabo zaslonov pri otrocih in mladostnikih](#), ki jih je izdala Sekcija za primarno pediatrijo, ki deluje v okviru Združenja za pediatrijo (dosegljive na: www.zdravniskazbornica.si/informacije-publikacije-in-analize/zaslani/povzetki-za-starše).