

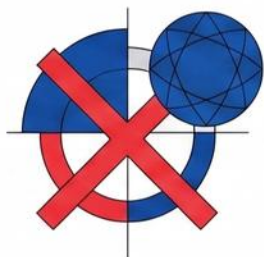
5 signálov, že dieťa trávi online priveľa času

Táto infografika slúži ako rýchly sprievodca pre rodičov, ktorý presúva pozornosť od prostého počítania hodín strávených pred obrazovkou k sledovaniu reálnych zmien v kvalite života a správaní dieťaťa.

CIEĽOVÁ SKUPINA:

RODIČIA

Varovné zmeny v správaní



Strata záujmu o záľuby

Dieťa prestáva mať radosť z aktivít (šport, umenie), ktoré ho predtým naplňali

Podráždenosť a emócie

Výrazná frustrácia alebo hnev, ak dieťa nemôže byť online alebo sa mu obmedzí prístup.

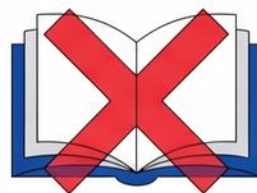


Narušený spánkový režim

Používanie mobilu a sociálnych sietí začína priamo zasahovať do času vyhradeného na odpočinok.



Vplyv na reálny život

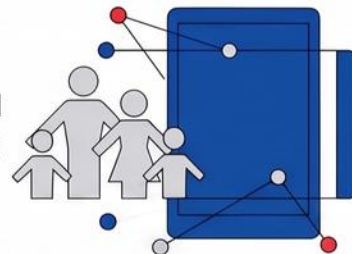


Zanedbávanie školy

Online svet sa stáva prioritou na úkor školských výsledkov a každodenných povinností.

Náhrada rodinného času

Virtuálne interakcie postupne nahrádzajú spoločné chvíle s rodinou a reálnymi kamarátmi.



**Dôležité nie je, koľko hodín.
Dôležité je, či sa mení bežný
deň dieťaťa.**