

# KÉPERNYŐTUDATOS CSALÁD

Hogyan neveljük digitális bennszülötteinkből  
digitális írástudókat?

Dr. Devorah Heitner

A fordítás alapja:  
Dr. Devorah Heitner: *Screenwise – Helping Kids Thrive (and Survive)  
in Their Digital World*

All rights reserved. Authorised translation from the English language  
published by Routledge, a member of the Taylor and Francis Group LLC.

Copyright © Devorah Heitner, 2017

Fordította: © Weisz Böbe, 2018

Szerkesztette: Mandl Orsolya

A borítót tervezte: Kovács Péter

HVG Könyvek, Budapest, 2018  
Kiadóvezető: Budaházy Árpád  
Felelős szerkesztő: Dufka Hajnalka  
[www.hvgkonyvek.hu](http://www.hvgkonyvek.hu)

ISBN 978-963-304-589-3

Minden jog fenntartva. Jelen könyvet vagy annak részleteit tilos  
reprodukálni, adatrendszerben tárolni, bármely formában vagy eszközzel  
– elektronikus, fényképeszeti úton vagy más módon – a kiadó engedélye  
nélkül közölni.

Kiadja a HVG Kiadó Zrt., az 1795-ben alapított Magyar Könyvkiadók  
és Könyvterjesztők Egyesülésének tagja.  
Felelős kiadó: Szauer Péter

Nyomdai előkészítés: Kedves László

Nyomás: Generál Nyomda  
Felelős vezető: Hunya Ágnes

Dannek és Haroldnak



# TARTALOM

Előszó • 9

Bevezetés • 11

**első fejezet**

Digitális bennszülöttek nevelése • 17

**második fejezet**

A gyerekek köszönik, jól vannak • 44

**harmadik fejezet**

Saját digitális műveltségünk feltérképezése • 64

**negyedik fejezet**

Techpozitív szülővé válás • 86

**ötödik fejezet**

Az empátia az igazi alkalmazás • 108

**hatodik fejezet**

Családi élet a digitális korban • 135

**hetedik fejezet**

Barátság és szerelem a digitális korban • 169

**nyolcadik fejezet**

Iskolai élet a digitális korban • 207

**kilencedik fejezet**

Felnőtté válás a nyilvánosság előtt • 232

**összefoglalás**

Digitális állampolgárság a következő  
nemzedék életében • 262

Köszönetnyilvánítás • 268

A szerzőről • 272

Felhasznált irodalom • 273

Jegyzetek • 277

Név- és tárgymutató • 283

# ELŐSZÓ

A fejlett társadalmakban a szülők egyre tudatosabban nevelik a gyermekeiket. Képezzük magunkat abban, hogyan tápláljuk őket, hogyan fejleszthetjük kreativitásukat, utánajárunk, milyen iskolába, különóraira érdemes beíratni őket. Még a baráti kapcsolataikat is menedzseljük egy jó ideig.

Aztán nagyjából felső tagozatos korban egy éles váltás történik a szülők által irányított tevékenységek és a függetlenség között. A leggyakrabban pont ekkor adjuk a kezükbe az okos eszközöket is, vagyis sok gyereket éppen akkor hagynak magára egyik pillanatról a másikra, amikor belép a digitális világba. Sok szülőben – így bennem is – millió kérdés fogalmazódik meg: „Ha ellenőrizni akarom a gyerekemet online, mi a helyes megoldás?”; „Félek, hogy már játékfüggő.”; „Mit tegyek, ha pornográf tartalmat lát, és oda az ártatlansága?”; „Fogalmam sincs, mit csinál online, de aggaszt.”

Ehhez jön hozzá a bizonytalanságunk: vajon hogyan készíthetnénk fel őket egy olyan világra, amelyben sokkal otthonosabban mozognak, mint mi, szülők? Dr. Devorah Heitner, akit ezekkel a kérdésekkel rendszeresen keresnek meg, felhívja a figyelmet, hogy ez veszélyes logika. Digitális benszülött gyer-

mekünk egyszersmind „digitálisan naiv” is lehet. Attól, hogy pillanatok alatt hozzászokik az új online alkalmazások használatához, még nem feltétlenül képes mindent átlátni. Nagyon is szüksége van a szüleitől kapott iránymutatásra. Ez rengeteg utánajárást, beszélgetést, időt igényel a szülők részéről is. Noha pont ez utóbbiból van a legkevesebb a mai felgyorsult világban, el kell fogadnunk: a negyedik ipari forradalom, az internetes robbanás új szülői felelősségvállalást igényel. Ahogy megtanítjuk gyermekeinket az offline világban boldogulni: járni, evőeszközt használni, biciklizni, bocsánatot kérni, köszönetet mondani – úgy a digitális világban való forgolódásban is segítő kezet kell nyújtanunk nekik.

Ebben a hiánypótló könyvben a szerző – aki maga is egy digitális bennszülött édesanyja – hatékony segítséget nyújt mindazoknak a szülőknek, akik szeretnék felvállalni a digitális szülői hivatást. Könnyen értelmezhető, mindennapi példákön keresztül mutatja be, hogyan lehetünk hatékony mentorok ezen a fontos területen, és rávilágít arra, hogy nincs vesztegetni való időnk!

BERECZKI ENIKŐ  
édesanya, ifjúsági és generációs szakértő,  
a Pán Péter, Stop! blog alapító szerkesztője



## BEVEZETÉS

„Egyszerűen túl sok nekem a modern technológia világa, amelyben a hatodikos gyerekem él. A lányom olyan online eszközöket használ és olyan közösségi oldalakat látogat, amelyek számomra teljesen ismeretlenek – és nekem kellene útmutatással szolgálnom, miként élje digitális életét.”

„Hogyan korlátozhatnánk a gyerek képernyőidejét a javasolt napi egy-két órára, amikor már az iskolában is ilyen eszközöket használnak, ki tudja, hány órában? Aztán hazajönnek, és kicsit ki szeretnének kapcsolódni, mondjuk, tévét néznének – de a házi feladatukhoz megint kütyüket kell használniuk. Az online eltöltött idő korlátozása megoldhatatlannak és irreális törekvésnek tűnik.”

„Az én időmben a tévéadásnak a nap egy bizonyos pontján vége lett. Így az ember nem tehetett más, abbahagyta a tévézést. Manapság nemritkán azon kapom magam, hogy a Facebookot bújom, bugyuta videókat nézek, és még sorolhatnám. Tényleg ebből áll az életem? Mit kellene másképp csinálnunk,

hogyan visszazerezzük az életünket? Hogyan segíthetünk gyerekeinknek abban, hogy visszakapják a sajátjukat?”

Mindenhol ezekhez hasonló panaszokkal találkozom, amikor a digitális állampolgárságról tartok foglalkozásokat szülőknek. Kik azok a „digitális bennszülöttek”, akiket nevelünk? És mennyiben más az ő világuk, mint az, amelyben mi voltunk gyerekek?

Nem sok mindenben van egyetértés, ha arról esik szó, miként neveljük gyerekeinket ebben a digitális korban. Ha erre a témára terelődik a szó, hamar helytelenítő megjegyzések érhetnek minket. A Raising Digital Natives (Digitális Bennszülöttek Nevelése) szervezetet azzal a céllal hoztam létre, hogy segítsen a szülőknek és pedagógusoknak, akik tanácstalanul állnak, amikor szembesülnek vele, milyen módon dolgozzák fel a gyerekek manapság az információkat. A „digitális bennszülött” fogalmat elsőként Marc Prensky használta 2001-ben azoknak a fiataloknak a gyűjtőneveként, akik már digitális eszközök között nőnek fel. E generáció tagjai „hozzá vannak ahhoz szokva, hogy rendkívül gyorsan kapnak információt. Szeretik a dolgokat párhuzamosan feldolgozni, egyszerre több mindennel foglalkozni. Jobban kedvelik az ábrákat, képeket, mint a szövegeket. [...] Azonnali megerősítésre és gyakori jutalmazásra van szükségük. Előnyben részesítik a játékot a »komoly« munkával szemben.”<sup>1</sup>

Többen kritizálták azokat, akik a digitális eszközök megjelenése előtt felnövő generációk tagjait „digitális bevándorlóknak”, a digitális korban felnövőket pedig „digitális bennszülötteknek” nevezik, mondván, ez a megközelítés túlságosan leegyszerűsíti a problémát. A kutatók felhívják a figyelmet, hogy a digitális bennszülöttek éppenséggel „digitálisan naivak”

is lehetnek, akiknek fogalmuk sincsen az általuk befogadott információ minőségéről, és arról, hogy az adataikat milyen módon dolgozzák fel.<sup>2</sup>

Ezt a könyvet azzal a szándékkal írtam, hogy segítsek a mai szülőknek megérteni: a digitális kor újfajta kihívások elé állítja a gyerekeket, akik csak most tanulják beosztani az idejüket és kezelni a kapcsolataikat – és mi, felnőttek miként szolgálhatunk útmutatással a technológia világában jártas gyerekeinknek saját megélt tapasztalataink alapján. A „digitális bennszülött” kifejezéssel tehát az érintőképernyőhöz szokott generációra utalok, amely úgy nő fel, hogy digitális tartalmakat hoz létre, oszt meg és fogyaszt. A mai gyerekek a „mindenki lehet producer” generáció tagjai, és az igény szerint lekérhető tartalmak világában élnek. Miként segíthetünk nekik, hogy ebben az új világban is megállják a helyüket?

Hiba lenne a digitális jártasságot összetéveszteni a jó digitális állampolgársággal. Könnyen azt hiheti az ember, hogy csupán azért, mert a gyereke lépést tart a technológiai újdonságokkal, és ismeri az új platformokat, ért is hozzájuk. Ez azonban veszélyes logika. Attól, hogy pillanatok alatt hozzászokik az új alkalmazások és az online platformok használatához, még szüksége van a szüleitől kapott iránymutatásra.

Az érintőképernyős generáció előtt páratlan lehetőségek állnak. Az együttműködés, a tartalmak létrehozása és megosztása soha nem volt még ilyen könnyű és mámorító. Miközben a „digitális szakadék” továbbra is létező dolog – még a gazdagabb országokban sem minden gyerek fér hozzá wifihez vagy épp tablethez –, a szülőknek és pedagógusoknak nem kis küzdelemmel jár, hogy segítsenek a rengeteg, digitális eszközt használó fiatalnak eligazodni az okostelefonok, tabletek, interaktív játékok és egyéb alkalmazások, meg persze a közösségi média által kínált lehetőségek dzsungelében.

Számos országban, például az Amerikai Egyesült Államokban, Kanadában vagy épp az Egyesült Királyságban, a tabletek szinte elárasztják a piacot, és már a legfiatalabbak is használják őket. A Dubit legfrissebb kutatása szerint a három-négy évesek már képesek kiválasztani a nekik tetsző alkalmazásokat, és sok gyerek már ötéves kora előtt tud fényképet és videofelvételt készíteni. Drámai mértékben megnőtt azoknak a gyerekeknek az aránya, akik a digitális tartalmakat nemcsak fogyasztják, hanem létre is tudják hozni. Ez pedig igen lényeges változás: egy dolog a távirányítóval kiválasztani a kedvenc tévéműsorunkat vagy az interneten megtalálni a kívánt tartalmakat – saját tartalmat létrehozni, majd azt másokkal megosztani... nos, ez már teljesen más szint.

De miért is olyan fontos digitális bennszülöttjeinket kézen fogva kíséreni a modern technika folyton változó világában? Mégis, mi forog kockán?

- *A kapcsolatok:* Az emberi kapcsolattartás színtere egyre inkább a digitális világ. Vajon digitális bennszülött gyerekünknél képes ezzel megbirkózni vagy tanácstalan – esetleg valahol e két véglet között helyezkedik el? Ezt a jártasságot – hogy miként kell digitális érintkezésen keresztül kapcsolatot tartani – értékekre kell építenünk: olyan értékekre, amelyeket személyes példamutatással adhatunk át.
- *A hírnév:* Digitális bennszülött gyerekünknél minden posztal, tweettel és megosztással egy personát, vagyis felvett személyiséget sugároz, miközben talán még saját, valós személyiségét alakíthatja. Ez afféle virtuális köztér, és csemeténk olykor minden bizonnyal egyensúlyát veszti. A zuhanásokat ugyan túléli, de sokszor igen nehéz és fáradságos a sérülések gyógyítása.

- *Az időbeosztás:* A digitális világ végtelen. Soha nem volt még ilyen nehéz jó döntést hozni, hol és hogyan töltsük az időnket. Mentorálás és iránymutatás nélkül a gyermekkor jelentős és igen értékes része mehet el teljesen értelmetlen dolgokra.

A világ megváltozott, és a szabályok is ijesztő sebességgel változnak. Gyerekeinknek szükségük van a segítségünkre – még akkor is, ha ezt ők maguk nem így gondolják. Akkor is, ha *mi magunk* nem így gondoljuk. Szülőként (és tanárként) a mi felelősségünk gondoskodni arról, hogy gyerekeink elsajátítsák a „képernyőtudatos” élethez szükséges készségeket. Mert ezek híján küszködni fognak mind a ma, mind a holnap világában.

A képernyő-tudatosság nem azt jelenti, hogy tudjuk, hogyan kell használni ezeket az eszközöket, vagy épp miként működnek. Nem arról szól, hogyan kell gépelni vagy programozni. Az appok és digitális eszközök használatát kellő gyakorlással bárki el tudja sajátítani. Az igazi képernyőtudatos szemlélet lényege a kapcsolatokban rejlik. Az egymással kialakított kapcsolataink minőségében. E szemlélet alapja pedig a bizalom – és az egyensúly.

Az apró részleteknek nagy a jelentőségük, és nagyon összetett készségekről beszélünk. Alexandra Samuel kutató egyik tanulmánya szerint azok a gyerekek, akiket a szüleik segítenek eligazodni a digitális világban, ritkábban kerülnek bajba ebben a közegben.<sup>3</sup> Elégedetten vettem tudomásul, hogy a Samuel által felsorolt digitális készségek pontosan azok, amelyek a saját, szülőkkel folytatott heti beszélgetéseim során visszaköszönek. A Samuel által legfontosabbnak említett jártasságok között szerepel „az online kommunikációban a vizuális támpontok hiányának ellensúlyozása”, „a különböző platformok viselke-

dési és egyéb normáinak megértése” és „a felelősségre vonhatóság és a biztonság egyensúlyának megteremtése”.<sup>4</sup> Ezek összetett és kulcsfontosságú készségek, és a felnőttek nem kis hányada is még csak most tanulja őket. Bizony nehéz feladat, és sok időt vesz igénybe, amíg megtanítjuk a gyerekeknek, hogyan olvassanak a sorok között, vagy miképp reagáljanak úgy, hogy ne tűnjenek túl közlékenynek. Nem beszélve arról, amíg rávezetjük őket, miként győződhetnek meg arról, hogy mások nem értették félre őket, és a kontextus ismeretében hogyan viszonyuljanak a személyes felelősség, az adatvédelem és a biztonság kérdéseihöz ebben a felgyorsult világban.

A keretrendszerek, digitális eszközök és appok folyamatosan változnak és fejlődnek, de az általunk átadott kapcsolattartási és időbeosztási készségek akkor is gyerekünk segítségére lesznek, amikor a ma még csúcsmódernek számító alkalmazások már rég a homályba veszttek, és egészen másokat használunk helyettük.

Könyvem útmutatást nyújt ahhoz is, miként beszéljünk gyerekünkkel, hogyan segítsük és támogassuk azoknak a kihívásoknak a leküzdésében, amelyek az összekapcsoltságon alapuló digitális világban várnak rá. A kötet segítségével mi magunk is átgondolhatjuk, miként viszonyulunk a modern technológiához – és ne feledjük: ha a képernyőtudatos szemléletről van szó, mi vagyunk a gyerekeink legfontosabb példaképei.

## első fejezet

# DIGITÁLIS BENNSZÜLÖTTEK NEVELÉSE

Kissé olyan, mintha a digitális világ betolakodott volna az otthonunkba. Mintha egy hívatlan vendég ült volna le a vacsoraasztalhoz. Azt kívánjuk, bárcsak minden „visszatérhetne a régi kerékvágásba”. Sokszor nyomasztanak a saját életünkben felmerülő digitális elvárások, és már szinte nem is emlékszünk az okostelefon nélküli létezésre.

Még azokat a szülőket is nyugtalanítja, hogy mindez milyen hatással van a családjuk életére, akik egyébként a munkájukhoz egész nap a modern technika vívmányait használják – és a magánéletüket is ezek segítségével szervezik. Visszavágyunk a társasjátékok és babaházak idejébe, amikor minden egyszerűbbnek látszott. A mai kütyüáradattal összehasonlítva még az amerikai háztartások alapfelszerelése, a televízió is sokkal könnyebben kezelhetőnek tűnt.

Először az otthoni számítógép vált létfontosságúvá – de jellemzően a ház központi részén kapott helyet, így legalább szemmel tarthattuk, mint csinálnak a gyerekeink. Később a laptop már némi mobilitást nyújtott, így a gyerekek (és tinédzserek) figyelő tekintetünktől távol is használhatták, és egyre nehezebb lett kézben tartani a dolgokat. Ma már rengeteg gye-