

# ბავშვის აღზრდა ციფრული ტექნოლოგიების ეპოქაში

პოზიტიური აღზრდის  
სტრატეგიები სხვადასხვა  
სიტუაციისთვის



[www.coe.int/children](http://www.coe.int/children)

ვაშენოთ ევროპა  
ბავშვებისთვის და ბავშვებთან ერთად



COUNCIL OF EUROPE



CONSEIL DE L'EUROPE



ბავშვის აღზრდა  
ციფრული  
ტექნოლოგიების  
ეპოქაში  
პოზიტიური  
აღზრდის  
სტრატეგიები  
სხვადასხვა  
სიტუაციისთვის

ტექსტი მოამზადა სამართლის  
დოქტორმა, ელიზაბეთ მილოვიდოვმა

ევროსაბჭო

*ამ ნაშრომში მოსაზრებები გამოთქმულია ავტორ(ებ)ის  
პასუხისმგებლობით და აუცილებელი არ არის, ასახავდეს ევროპის  
საბჭოს  
ოფიციალურ პოლიტიკას.*

ყველა თხოვნა დოკუმენტის მილიან ან ნაწილობრივ  
რეპროდუქციაზე/თარგმნაზე უნდა წარედგინოს კომუნიკაციის  
დირექტორატს (F-67075 სტრასბურგი Cedex ან publishing@coe.int). ამ  
დოკუმენტთან დაკავშირებული ყველა სხვა კორესპონდენცია უნდა  
გაეგზავნოს დემოკრატიის გენერალურ დირექტორატს

ყდა და გაფორმება: დოკუმენტებისა და პუბლიკაციების მომზადების  
დეპარტამენტი (SPDP), ევროპის საბჭო

ფოტოსურათები: Shutterstock

წინამდებარე პუბლიკაციას არ გაუვლია რედაქტირება SPDP-ის  
სარედაქციო განყოფილებაში,  
ტიპოგრაფიული ან გრაფიკული შეცდომების გასასწორებლად.

© ევროსაბჭო, 2020 წლის აგვისტო  
შესწორდა 2020 წლის ნოემბერში  
დაბეჭდილია ევროპის საბჭოს მიერ

|                                                                       |    |
|-----------------------------------------------------------------------|----|
| შესავალი.....                                                         | 5  |
| ბავშვები ციფრულ გარემოში.....                                         | 7  |
| ციფრულ გარემოში აღზრდის სხვადასხვა სტილი.....                         | 11 |
| ციფრულ გარემოში აღზრდის სტრატეგიები.....                              | 16 |
| ციფრულ გარემოში აღზრდის სცენარები მშობლებისა და აღმზრდელებისთვის..... | 21 |
| ბოლოსიტყვაობა.....                                                    | 29 |

### **მადლიერების ნიშნად**

ამ ბროშურის ტექსტი მოამზადა **სამართლის დოქტორმა, ელიზაბეთ მილოვიდოვმა**. დოქტორი მილოვიდოვი არის ონლაინუსაფრთხოების კონსულტანტი, ბავშვთა უფლებების დამცველი, იურისტი და სამართლის პროფესორი, 20 წელზე მეტი ხნის გამოცდილებით. ის არის DigitalParentingCoach.com-ის დამფუძნებელი და მისი საქმიანობის მიზანია მშობლებისა და ბავშვების სათანადო უნარებით აღჭურვა ინტერნეტის, ტექნოლოგიებისა და სოციალური მედიის საკითხებში.

მისი ვიდეოგაკვეთილების ნახვა შეგიძლიათ ევროსაბჭოს YouTube არხზე, რუბრიკაში „ბავშვთა უფლებები“ (Children's Rights), ან ვებსაიტზე [www.coe.int/children](http://www.coe.int/children).



## შესავალი

---

მიუხედავად იმისა, რომ ინტერნეტი, ახალი ციფრული ტექნოლოგიები და სოციალური მედია მთელი მსოფლიოს მასშტაბით შემოვიდა ოჯახებში, მშობლების ძირითადი როლი და აღზრდის მიზნები კვლავაც უცვლელი რჩება: მშობლებს/აღმზრდელებს ისევ მოეთხოვებათ თავიანთი შვილების აღზრდა, დაცვა, უზრუნველყოფა, სიყვარული, მათთან ურთიერთობა და სწორი მიმართულების მიცემა. სიმართლეა ისიც, რომ აღზრდის მეთოდები დღესაც, როგორც წარსულში, მაქსიმალურად ეფექტიანია მაშინ, როცა ითვალისწინებს პოზიტიური აღზრდის ღირებულებებსა და პრინციპებს, რაც, თავის მხრივ, ხელს უწყობს ღია კომუნიკაციასა და ნდობის გაჩენას. აღნიშნული მეთოდები და ღირებულებები ონლაინსამყაროშიც უნდა გადავიტანოთ, რათა დამყარდეს კავშირი ონლაინგარემოსა და ტრადიციულ ღირებულებებს შორის, ასევე, შემცირდეს რისკები, რომლებსაც ის უქმნის ბავშვებს.

ყველა სხვა მშობლის მსგავსად, „ციფრული მშობლებიც“ პასუხისმგებლობიან, მისაბამ მაგალითებად უნდა იქცნენ შვილებისთვის და, როგორც არასდროს, ისე ეცადონ კომუნიკაციისა და ნდობის დამყარებას, რათა შვილებმა ღიად განიხილონ მათთან თავიანთი დამოუკიდებელი ონლაინაქტივობები. ციფრულმა მშობლებმა უნდა მიაგონ მათი ოჯახისთვის ყველაზე ეფექტიან აღზრდის სტილს, რათა შვილები არა მხოლოდ მონაწილეობდნენ, არამედ წარმატებასაც აღწევდნენ ციფრულ ეპოქაში. შესაბამისად, ისინი უნდა მოქმედებდნენ როგორც ციფრული მეურვეები, იცნობდნენ და იყენებდნენ სოციალური მედიის ანგარიშებზე არსებულ კონფიდენციალურობის პარამეტრებს, საჭიროების შემთხვევაში კი იგებდნენ და აკონტროლებდნენ შვილის ციფრულ კვალსა და იდენტობას. მათ ლიმიტი უნდა დაუწესონ შვილებს ონლაინაქტივობებზე, იდეალურ შემთხვევაში, ეროვნული ხელისუფლების რეკომენდაციათა შესაბამისად. ასევე სასურველია, მშობლები/აღმზრდელები ყურადღებით აკვირდებოდნენ საკუთარ ქცევას, მაგალითად, როცა ინტერნეტში სურათებს აზიარებენ და ციფრულ ტექნოლოგიებს იყენებენ დღის განმავლობაში. ხშირად მშობლები/აღმზრდელები ტექნოლოგიის პირველ მიმოვლელად გვევლინებიან თავიანთი მცირეწლოვანი შვილებისთვის, შესაბამისად, სრულად უნდა იაზრებდნენ, თუ რას შეიძლება წააწყდნენ ბავშვები ციფრულ სამყაროში.

ამრიგად, ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის მიდგომის ძირითადი მიზანი,

რომელსაც მხარს უჭერს ეს სახელმძღვანელო, არის ბავშვების საკმარისი რესურსებით უზრუნველყოფა ციფრულ გარემოში უსაფრთხოოდ და პასუხისმგებლობით მოქმედებისთვის, ასევე, კომუნიკაციისა და ნდობის გაძლიერება ბავშვებსა და მშობლებს შორის. სახელმძღვანელო გვთავაზობს ციფრულ გარემოში აღზრდის მდგრად მოდელს, რომელიც სხვადასხვა სცენარისთვის გამოიყენება, დღესაც და მომავალშიც.

სახელმძღვანელო გაყოფილია ხუთ ნაწილად:

- ▶ ბავშვები ციფრულ გარემოში: რით არის დაკავებული სხვადასხვა ასაკობრივი ჯგუფი?
- ▶ ციფრულ გარემოში აღზრდა: სხვადასხვა სტილი და მიდგომა
- ▶ ციფრულ გარემოში აღზრდის სტრატეგიები: ძირითადი მოდელი
- ▶ ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის სცენარები: მონაცემთა დაცვა, სოციალური მედია, სმარტფონები, ონლაინთამაშები და ეკრანთან გატარებული დრო
- ▶ ბოლოსიტყვაობა: დამატებითი მითითებები ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის შესახებ

ევროპის საბჭო დამატებით რესურსებს გვთავაზობს ციფრულ გარემოში აღზრდის სტრატეგიებსა და პოზიტიურ აღზრდასთან დაკავშირებით, მათ შორისაა ვიდეოგაკვეთილებიც. განახლებული მასალის სანახავად, გთხოვთ, შეამოწმოთ „აუდიოვიზუალური მასალა“ და „პუბლიკაციები“ ვებსაიტზე [www.coe.int/children](http://www.coe.int/children). ევროპის მასშტაბით მრავალი პუბლიკაცია განიხილავს ბავშვთა მიერ ციფრული ტექნოლოგიების გამოყენების სამართლებრივ შედეგებს, ასევე, მის გავლენას საზოგადოებრივ ჯანდაცვაზე, და დამატებით სასარგებლო მითითებებს იძლევა ამ კუთხით. მაგალითად, იხილეთ UNICEF-ის, ჯანდაცვის მსოფლიო ორგანიზაციის (WHO), საერთაშორისო სატელეკომუნიკაციო კავშირისა (ITU) და OECD-ის რესურსები.





### ბავშვები ციფრულ გარემოში

---



#### 0-დან 3 წლამდე ასაკი: რა კუთხით ეხება მათ ონლაინაქტივობები?

ცხადია, ახალშობილები და ახალფეხადგმული ბავშვები არ არიან უშუალოდ ჩართულნი ციფრულ გარემოში. ასეთ ადრეულ ასაკში ჩვილები უნდა დავიცვათ კიდევ ციფრულ გარემოსა ან ეკრანთან ნაადრევი კონტაქტისგან: მისგან მიღებული სარგებელი ძალზე მცირეა იმ ფიზიკურ, ფსიქოსოციალურ თუ სტიმულაციურ საჭიროებებსა და ჯანმრთელობის რისკებთან შედარებით, რომლებსაც შეიძლება იწვევდეს მსგავსი კონტაქტი.

შესაბამისად, ამ ასაკობრივი ჯგუფის შემთხვევაში, მშობლებს, ძირითადად, საკუთარ ქცევაზე დაკვირვებას მოუწოდებენ და ურჩევენ, ციფრული აქტივობები ჩაანაცვლონ ადამიანური ურთიერთობითა და რეალური თამაშებით. ჯანმოს თანახმად, 5 წლამდე ბავშვებში ფიზიკური აქტივობა ბევრად უნდა აღემატებოდეს მჯდომარე აქტივობას. მშობლები/აღმზრდელები, რომლებიც პატარის სურათებსა და ვიდეოებს აქვეყნებენ, ბავშვის პირველ ციფრულ კვალს ქმნიან. შესაბამისად, ასეთი დეტალების გაზიარებას უდიდესი პასუხისმგებლობით უნდა მოეციდნონ.



#### 4-დან 8 წლამდე ასაკი: რას აკეთებენ ისინი ონლაინ?

ოთხი წლიდან ბავშვებმა შეიძლება უკვე დაიწყონ ციფრული სამყაროს კვლევა, აპლიკაციებისა და ვიდეოების საშუალებით. ტელევიზორს სულ უფრო მეტად ანაცვლებს ვიდეოსტრიმინგის სერვისები, თუმცა მშობლებს/ადმზრდელებს უნდა ახსოვდეთ, რომ ბავშვის მიერ ეკრანთან გატარებული დღიური დრო მიიცავს როგორც ტელევიზორის, ისე სტრიმირებული კონტენტის ყურებას. ამ ასაკის ბავშვები შეიძლება ბოლომდე არ იყვნენ გაწაფულნი ტექნიკის გამოყენებაში, მაგრამ, როგორც წესი, თავისუფლად ახერხებენ ნავიგაციას ეკრანის სხვადასხვა ინტერფეისის შორის.

5-დან 7 წლამდე ასაკის ბავშვები, როგორც წესი, უკვე დიდ ინტერესს იჩენენ თამაშების, ასევე, საკითხავი და მათემატიკური აპლიკაციების მიმართ და თანატოლებთან შეკრებისას ერთმანეთს უზიარებენ სხვადასხვა ტექნოლოგიას. 8 წლის ბავშვები დიდი სიამოვნებით ატარებენ დროს ინტერნეტში: თამაშობენ, უყურებენ ვიდეოგაკვეთილებს, ვიდეოზარით ესაუბრებიან ოჯახის წევრებს და ერთვებიან სხვადასხვა ონლაინაქტივობაში. მცირეწლოვან ბავშვებს, ჩვეულებრივ, არ აქვთ საკუთარი სოციალური მედიის ანგარიში, თუმცა ისინი მაინც დიდ დროს უთმობენ ვიდეოების ყურებას და ახალი სათამაშო სტრატეგიების შესწავლას.

ამ ასაკში ტექნოლოგიას, რომელიც ბავშვს უბიძგებს უფრო რთულ თამაშებში ჩართვას, კითხვისა და წერის დაწყებას, მოთხრობების, სიმღერებისა და ლექსების მოსმენას, ან მოსმენისა და მეტყველების უნარების განვითარებას, შეიძლება ჰქონდეს როგორც შემეცნებითი, ასევე გასართობი ფუნქცია. მშობლები/ადმზრდელები აქტიურად უნდა უჭერდნენ მხარს შვილებს, ეხმარებოდნენ პოზიტიური არჩევანის გაკეთებაში, მკაფიო ლიმიტს უწესებდნენ ონლაინ გატარებულ დროზე და მუდმივად სთავაზობდნენ თამაშისა და ადმოჩენის ალტერნატიულ ვარიანტებს, რომლებიც შეიძლება მოიცავდეს რეალურ და საერთო „თავგადასავლებსაც“.



#### 9-დან 12 წლამდე ასაკი: როგორ ვითარდება მათი ონლაინაქტივობები?

9-12 წლის ბავშვები მოზარდობამდელ ეტაპზე არიან და მორცხვობიდან დამოუკიდებლად მოქმედებაზე გადადიან. ამ ასაკში ბევრ მშობელს უჭირს შვილის გაგება, ციფრული მოწყობილობებისა და ტექნოლოგიების დამატებამ კი შეიძლება კიდევ უფრო გაართულოს საქმე, მათ შორის, იმის გამო, რომ მშობლებმა/ადმზრდელებმა ყოველთვის არ იციან, რით არიან დაკავებულნი მათი შვილები ინტერნეტში. სასკოლო დავალების შესრულებისთვის ბავშვებს შეიძლება დასჭირდეთ პლანშეტები, სმარტფონები და კომპიუტერები, თუმცა სკოლები ყოველთვის ვერ ახერხებენ ინსტრუქციების მიცემას ამ მოწყობილობათა გამოყენებაზე, ამიტომ, აქ უკვე საჭირო ხდება ყურადღება და ინტერესი მშობლის მხრიდან.

ამ ასაკში ბავშვებს შეიძლება გაუჩნდეთ სოციალურ ქსელებში გაწევრიანების ცდუნებაც, სადაც, ზოგადად, დაწესებულია 13 წლის ასაკობრივი ზღვარი, არცთუ შემთხვევით: კომპანიებს მხოლოდ 13 წლის და მეტი ასაკის ბავშვებისთვის შეუძლიათ რეკლამის განთავსება და მათი მონაცემების გამოყენება მარკეტინგული მიზნებით. მშობლებმა თავიდანვე უნდა ასწავლონ შვილებს, რომ კრიტიკულად მიუდგნენ ინტერნეტით მოწოდებულ ნებისმიერ ინფორმაციას, ასევე, იმ ფუნქციონალს, რომელიც პირადი ინფორმაციის შეყვანას სთხოვთ.

საბედნიეროდ, ამ ასაკის ბავშვებს უკვე აქვთ საჭირო უნარ-ჩვევები ციფრული მოქალაქეობის გამოწვევათა გასაცნობიერებლად და შეუძლიათ დახმარება ციფრული მედიის გამოყენების ოჯახური წესების დადგენაში. 9-12 წლის ბავშვების მშობლებმა/აღმზრდელებმა უნდა გააცნობიერონ, რომ ეს არის ჯანსაღი ჩვევებისა და კრიტიკული აზროვნების ჩამოყალიბება-განმტკიცების პერიოდი. ისინი უნდა დააკვირდნენ შვილის ონლაინაქტივობას და გვერდით ჰყავდნენ მას ციფრულ მოწყობილობათა გამოყენებისას, რათა იცოდნენ, როდის ჩაერიონ დასახმარებლად.



### 13-დან 18 წლამდე ასაკი: როგორ ივითარებენ ისინი ონლაინპოტენციალს?

მშობლებმა/აღმზრდელებმა უნდა გააცნობიერონ, რომ ეს ასაკობრივი დიაპაზონი მზარდი დამოუკიდებლობის პერიოდია, მაგრამ არ უნდა დაგვავიწყდეს, რომ ის უამრავი საფრთხე, რომელთა წინაშეც დგანან უმცროსი ბავშვები, მოზარდებისთვისაც აქტუალურია. ინტერნეტი თინეიჯერებს მრავალ შესაძლებლობას სთავაზობს. ონლაინკვლევა და ექსპერიმენტები მათ შეიძლება დაეხმაროს არა მარტო საინფორმაციო-საკომუნიკაციო ტექნოლოგიათა გამოსაყენებლად საჭირო უნარების ჩამოყალიბებაში, არამედ სხვა უნარების განვითარებაშიც, როგორცაა, მაგალითად, კრიტიკული აზროვნება. უფროსი ასაკის ბავშვები შეიძლება წავახალისოთ, რომ ერთობლივად შექმნან შემცენებითი კონტენტი და ტრენინგები უმცროსებისთვის, როგორც ოჯახურ, ისე საგანმანათლებლო გარემოში.

თინეიჯერები ისწავფიან მეტი დამოუკიდებლობისა და პირადი სივრცისკენ. ისინი ხშირად მიმართავენ სოციალურ მედიას, როგორც გამობატვისა და სოციალური კავშირების დამყარების საშუალებას. სოციალურ მედიასა და ონლაინთამაშებს, მათ შორის, მხარდაჭერის ქსელებსა და საერთო ინტერესებს, თინეიჯერებისთვის დიდი სარგებლის მოტანა შეუძლიათ, თუმცა ამას შეიძლება ახლდეს სოციალური ზეწოლაც, რომელსაც თინეიჯერები ზოგჯერ მძიმე ტვირთად აღიქვამენ (მაგალითად, კიბერბულინგის შემთხვევაში).

ციფრული ტექნოლოგიების ეპოქაში მოზარდის აღზრდა შეიძლება ციფრულ გარემოში აღზრდის ყველაზე დიდი გამოწვევა იყოს: მართალია, თინეიჯერები მეტ შესაძლებლობას ფლობენ ციფრული მედიის უპირატესობებით სარგებლობისთვის, თუმცა, ამავედროულად, მეტ პოტენციურად მაგნე კონტენტსა და აქტივობასაც აწყდებიან, როგორცაა ბავშვის ნდობის მოპოვება სექსუალურ ქმედებაზე დაყოლების მიზნით („გრუმინგი“), სექსუალური გზავნილები („სექსტინგი“), გაცნობის აპლიკაციები, პორნოგრაფია და სხვა.

უპირველეს ყოვლისა, მშობლებმა/აღმზრდელებმა პოზიტიური და ნდობით აღსავსე ურთიერთობა უნდა შეინარჩუნონ შვილებთან. მოზარდის ონლაინცხოვრებისადმი ყურადღების გამოჩენით (რამდენადაც ის საშუალებას მისცემთ), მშობლები/აღმზრდელები შეძლებენ, გაერკვნენ მოზარდთა მიერ ტექნოლოგიების გამოყენებაში, რჩევა-დარიგება მისცენ არასასურველი ინციდენტის დროს (რომელიც აუცილებლად მოხდება) და დაეხმარონ ჯანსაღი ურთიერთობის შენარჩუნებაში მათ ირგვლივ არსებულ ტექნოლოგიებთან.



---

### ციფრულ გარემოში აღზრდის სხვადასხვა სტილი

---

**მ**შობლები/აღმზრდელები მუდმივად უნდა აკვირდებოდნენ საკუთარ ქცევას: რა ტიპის „ციფრული მშობელი“ ვარ მე? რა პირად მაგალითს ვამღწევ შვილებს ციფრულ ტექნოლოგიათა გამოყენებაში? როგორ ვუპასუხო ციფრულ ეპოქაში წარმოქმნილ გამოწვევებს? გავყვე ჩემს შვილს ონლაინსამყაროში სამოგზაუროდ, თუ ჯობია, საშუალება მივცე, დამოუკიდებლად გააკეთოს აღმოჩენები?

როგორი სტილიც უნდა აირჩიონ ზრდასრულებმა, საბოლოო მიზანი მაინც იგივე რჩება: ბავშვის აღზრდა კრიტიკულ მოაზროვნედ და ციფრულ ტექნოლოგიათა გონიერ მომხმარებლად; ასევე, მშობლებთან/აღმზრდელებთან ღია კომუნიკაციისა და ნდობის ხელშემწყობი გარემოს შექმნა, რაც დაეხმარება ბავშვის სრულყოფილ განვითარებას. ქვემოთ მოყვანილი ცხრილი არ არის შედგენილი რაიმე კონკრეტული წესრიგით, ან აღზრდის სასურველი ტიპების მიხედვით, თუმცა მშობლებს/აღმზრდელებს შეიძლება დაეხმაროს საკუთარი თავის პოზიციონირებაში.



## ტრადიციული აღზრდისა და ციფრულ გარემოში აღზრდის სტილი

|                                          | ტრადიციული აღზრდის სტილი                                                                                                  | ციფრულ გარემოში აღზრდის სტილი                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ავტორიტარული მშობლები                    | ასეთი მშობლები დიდ მოთხოვნებს უყენებენ შვილებს, თუმცა ძალზე მცირე მხარდაჭერასა და მზრუნველობას იჩენენ მათ მიმართ.         | მშობლებმა შეიძლება მკაცრი წესები დაუწესონ შვილს უახლესი ტექნოლოგიებისა და აპლიკაციების გამოყენებაზე, თუმცა შემდგომში აღარ გაუწიონ მხარდაჭერა და მეგზურობა.                                                                 |
| ავტორიტეტული მშობლები                    | ასეთი მშობლები დიდ მოთხოვნებს უყენებენ შვილებს, თუმცა, ამავდროულად, დიდ მხარდაჭერასა და მზრუნველობასაც იჩენენ მათ მიმართ. | მშობლებს აქვთ მაღალი მოლოდინები და (შემძლებისდაგვარად) ესაუბრებიან შვილებს ონლაინუსაფრთხოებასა და ეკრანთან გასატარებელი დროის ლიმიტებზე, თუმცა, ამავდროულად, რთავენ ინტერნეტში შესვლისა და ტექნოლოგიათა გამოყენების ნებას. |
| ლიბერალური მშობლები                      | ასეთი მშობლები გულისხმიერებით გამოირჩევიან, თუმცა არ არიან ძალიან მომთხოვნნი შვილების მიმართ.                             | მშობლები მხარს უჭერენ შვილს ინტერნეტისა და ტექნოლოგიების სურვილისამებრ გამოყენებაში და ზავშვმა იცის, რომ თუ მოუწდება, ნებისმიერ დროს შეუძლია მიმართოს მათ რჩევის საკითხავად.                                               |
| „ვერტმფრენი მშობლები“ (ჰიპერმზრუნველები) | ასეთი მშობლები ვერტმფრენივით დასტრიალებენ შვილებს ნებისმიერი საფრთხისგან დასაცავად.                                       | მშობლებს აქვთ უამრავი წესი; ისინი შეიძლება იყენებდნენ მშობლისმიერი კონტროლის პროგრამულ უზრუნველყოფასაც და მკაცრად აკონტროლებდნენ შვილის ქცევას, ონლაინსაფრთხეებისგან დასაცავად.                                            |
| „სათიბელა“/ „თოვლსაწმენდი“ მშობლები      | ასეთი მშობლები იშორებენ ნებისმიერ პოტენციურ დაბრკოლებას, რომლებიც შეიძლება გადაეღობოს გზაზე მათ შვილებს.                  | მშობლები აქტიურად არიან ჩართულნი ნებისმიერი ონლაინდისკომფორტის მოშორებაში, ნაცვლად იმისა, ბავშვს განუვითარონ დაბრკოლებათა დამოუკიდებლად დაძლევის უნარი.                                                                    |



### პოზიტიური აღზრდა: სწორი ბალანსის პოვნა

აღზრდის მრავალი განსხვავებული სტილი არსებობს, ბოლო რამდენიმე წელიწადში კი ახალი ფორმების გაჩენასაც შევესწარით, რადგან მშობლები ცდილობენ თანამედროვე გამოწვევების გადალახვას, რომლებსაც ონლაინსივრცეში აწყდებიან. ამ განსხვავებულ სტილებს თავიანთი ღირსებები და ნაკლოვანებები აქვთ, თუმცა მშობლებს შეუძლიათ, საუკეთესოთა ნაზავი შექმნან, მათი შედეგების გათვალისწინებით, და შეიმუშაონ ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის საკუთარი მიდგომა, რომელიც სწორ ბალანსს იპოვის ციფრულ ეპოქაში შვილებისთვის რჩევა-დარიგების, სათანადო უნარებისა და მიმართულების მიცემას შორის.

CM/Rec(2006)19 რეკომენდაციაში პოზიტიური აღზრდის მხარდაჭერის პოლიტიკის შესახებ ევროპის საბჭოს მინისტრთა კომიტეტმა პოზიტიური აღზრდა განმარტა როგორც „...მზრუნველი, სათანადო უნარებით აღმჭურველი, არამალადობრივი...“ რომელიც „აღიარებს, სწორ მიმართულებას აძლევს და ისეთ ჩარჩოებს უწესებს ბავშვს, რომლებიც იძლევა მისი სრულყოფილი განვითარების საშუალებას.“

პოზიტიური აღზრდა გულისხმობს მშობლის ქცევას, რომელიც პატივს სცემს ბავშვის საუკეთესო ინტერესებსა და უფლებებს, როგორც განსაზღვრულია გაეროს კონვენციაში ბავშვის უფლებების შესახებ (UNCRC) – დოკუმენტში, რომელიც მშობლის საჭიროებებსა და რესურსებსაც ითვალისწინებს. პოზიტიური მშობელი ზრუნავს შვილზე, სათანადო უნარებით აღჭურავს მას, სწორ მიმართულებას აძლევს და აღიარებს დამოუკიდებელ პიროვნებად, რომელსაც აქვს საკუთარი უფლებები. პოზიტიური აღზრდა ადგენს ჩარჩოებს, რომლებიც ბავშვს სჭირდება საკუთარი პოტენციალის სრულად რეალიზაციისთვის.



### პოზიტიური აღზრდა: ძირითადი პრინციპები

როგორც ევროპის საბჭომ აღნიშნა, პოზიტიური აღზრდა გულისხმობს ბავშვთა უფლებების პატივისცემას, მათ შორისაა:

- ▶ დისკრიმინაციისგან დაცვის უფლება;
- ▶ ბავშვის საუკეთესო ინტერესების დაცვის უფლება;
- ▶ ბავშვის სიცოცხლისა და განვითარების უფლება;
- ▶ ბავშვის მონაწილეობის უფლება (მაგ: საკუთარი მოსაზრების გამოხატვის, მისი აზრის მოსმენისა და ინფორმაციის მიღების უფლება);
- ▶ დაცულობისა და მზრუნველობის უფლება.

... და ეფუძნება შემდეგ ძირითად პრინციპებსა და მხარდაჭერას:

- ▶ მზრუნველობა – ბავშვის სიყვარულის, სითბოსა და უსაფრთხოების მოთხოვნილებათა დაკმაყოფილება;
- ▶ გარკვეული სტრუქტურის ჩამოყალიბება და მიმართულების მიცემა – ბავშვისთვის უსაფრთხოების განცდის, პროგნოზირებადი რუტინისა და აუცილებელი ჩარჩოების შექმნა;
- ▶ აღიარება – ბავშვის მოსმენა და მისი, როგორც პიროვნების დაფასება, რომელსაც აქვს საკუთარი უფლებები;
- ▶ სათანადო უნარებით აღჭურვა – საკუთარი შესაძლებლობების რწმენისა და პირადი კონტროლის განცდის გაძლიერება ბავშვში;
- ▶ არაძალადობრივი აღზრდა – ყოველგვარი ფიზიკური და ფსიქოლოგიურად დამამცირებელი სასჯელის გამორიცხვა; ფიზიკური დასჯა არღვევს ბავშვის უფლებას ფიზიკური ხელშეუხებლობისა და ადამიანური ღირსების დაცვაზე.

■ ბავშვთა უფლებებისა და პოზიტიური აღზრდის შესახებ ევროპის საბჭომ უამრავი პრაქტიკული რესურსი შექმნა, რომლებიც თავისუფლად ხელმისაწვდომია, მათ შორის, ბავშვებისა და მოზარდებისთვის.







### პოზიტიური აღზრდა ციფრულ გარემოში

ევროპის საბჭოს მიერ რეკომენდებული პოზიტიური აღზრდის პრინციპები ციფრულ გარემოში უნდა გადავითქვანოთ, რათა მშობლებს/აღმზრდელებს დაეხმაროთ, რომ ამ (შედარებით) ახალ კონტექსტში გააგრძელონ ბავშვთა უფლებების პატივისცემა. სწორედ ამას გულისხმობს „ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის“ კონცეფცია, რომლის თანახმადაც, პოზიტიურმა „ციფრულმა“ მშობლებმა/აღმზრდელებმა უნდა შეძლონ:

- ▶ ბავშვზე მზრუნველობა და მონაწილეობა მის ციფრულ განვითარებაში, რაც გულისხმობს ბავშვის სიყვარულის, სითბოს და უსაფრთხოების მოთხოვნილებათა დაკმაყოფილებას, ასევე, მხარდაჭერას ონლაინსამყაროს კვლევის პროცესში;
- ▶ გარკვეული სტრუქტურის ჩამოყალიბება და მიმართულების მიცემა ინტერნეტზე, ტექნოლოგიებსა და სოციალურ მედიაზე წვდომასთან დაკავშირებით – ბავშვისთვის უსაფრთხოების განცდის, ასაკის შესაფერისი პროგნოზირებადი რუტინისა და აუცილებელი ჩარჩოების შექმნა ონლაინსამყაროში აქტივობისათვის;
- ▶ ციფრულ გარემოში ბავშვის უფლებების აღიარება – ბავშვის მოსმენა და მისი, როგორც პიროვნების დაფასება, რომელსაც აქვს საკუთარი უფლებები ონლაინსამყაროში დამოუკიდებლად მოქმედებისას;
- ▶ ბავშვის, როგორც 21-ე საუკუნის ციფრული მოქალაქის აღჭურვა სათანადო უნარებით – ონლაინსამყაროში მისი შესაძლებლობების გაფართოება და პერსონალური კონტროლის გაძლიერება საკუთარ იდენტობაზე, მონაცემებზე, კონფიდენციალურობასა და უსაფრთხოებაზე;
- ▶ არამალადობრივი აღზრდა ონლაინ და ოფლაინ სივრცეში – ნებისმიერი დამამცირებელი და უზამსი კონტენტის შემცირება ან სრულად აღმოფხვრა, რომელსაც ბავშვები შეიძლება წააწყდნენ ონლაინსამყაროში; ასევე, ონლაინაქტივობებთან დაკავშირებული ნებისმიერი პრობლემის განხილვა და მოგვარება არამალადობრივი და არადამამცირებელი გზით.

ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის პრინციპები მშობლებისთვის:

- ▶ ღია საუბარი შვილთან ინტერნეტის გამოყენებაზე, რისკებსა და სარგებლიანობაზე
- ▶ რეგულარული ინტერესის გამოხატვა შვილის ონლაინაქტივობებისადმი და მათში ჩართულობა
- ▶ შვილის ციფრული რეპუტაციისა და იდენტობის აქტიურად დაცვა
- ▶ შვილთან ერთად გაცნობა იმ შესაძლებლობებთან, რომლებსაც გვაძლევს ციფრული ეპოქა
- ▶ სწორი მიმართულების მიცემა შვილისთვის და მისი დაცვა პოტენციური ონლაინსაფრთხოებებისგან
- ▶ უკვე შეძენილი ოფლაინ აღზრდის უნარების გადატანა ონლაინსამყაროში.

წყარო: Internet Literacy Handbook (2017); factsheet on positive parenting



## ციფრულ გარემოში აღზრდის სტრატეგიები

---

### საკონტროლო სია მშობლებისა და აღმზრდელებისთვის

**პოზიტიური ციფრული აღზრდა** პატივს სცემს ბავშვის უფლებებს ონლაინსივრცეში და ბავშვებს აძლევს ციფრულ გარემოში განვითარების შესაძლებლობას. ეს გულისხმობს, რომ მშობლები მზრუნველ გარემოს უქმნიან და სწორ მიმართულებას აძლევენ შვილებს საუბრებითა და ნდობის მოპოვების გზით, ასევე, რეგულარულად სთავაზობენ ციფრულ აქტივობათა რეალურ ალტერნატივებს. აჯერებს რა ონლაინსივრცეში ბავშვთა დაცვის სპეციალისტთა მიერ შემუშავებულ რესურსებსა და მტკიცებულებებზე დაფუძნებულ მეთოდებს, **პოზიტიური ციფრული აღზრდის** დროს მშობელი, ციფრული ოჯახის ეფექტიანად მხარდაჭერისთვის, იყენებს ხუთ ძირითად ინსტრუმენტს: **კომუნიკაცია, კრიტიკული აზროვნება, მოქალაქეობა, მუდმივი კომუნიკაცია და მხარდაჭერის ჯგუფები**. აქ წარმოდგენილი ხუთი ინსტრუმენტი პრაქტიკულ და „მოკლე რჩევებს“ მოიცავს მშობლებისთვის/აღმზრდელებისთვის:



## კომუნიკაცია

კომუნიკაცია პოზიტიური ციფრული აღზრდის ქვაკუთხედეა, ხოლო The Parent Zone-ის მიერ შემუშავებული მიდგომა „ვის? რას? სად?“ მშობლებს დეტალურ გეგმას სთავაზობს შვილთან საუბრის დასაწყებად. როგორც მშობელმა/აღზრდელმა, შეგიძლიათ, შეილს ჰკითხოთ:

„ვის ესაუბრები ხოლმე ინტერნეტით (კლასელებს, მეგობრებს თქვენს ქალაქში/საზღვარგარეთ, უცნობებს)?“

„რას აკეთებ ხოლმე ინტერნეტში?“

„სად შედიხარ ხოლმე ინტერნეტში (საიტების ტიპი, პლატფორმები და ა. შ.)?“

მე-4 კითხვა შეიძლება იყოს „როდის შედიხარ ხოლმე ინტერნეტში (რა დროს და რამდენი ხნით)?“

ამ მიდგომის გამოყენებით, თქვენ გეძნებათ მარტივი სახელმძღვანელო გეგმა, თუ რა ტიპის შეკითხვების დასმა შეგიძლიათ შვილისთვის. მოგვიანებით, ეს კითხვები შეიძლება უფრო სიღრმისეულ საუბარშიც გადაიზარდოს.



შვილთან კომუნიკაციის შესანარჩუნებლად, ერთ-ერთ ყველაზე მარტივი გზა არის მცირე კორექტივების შეტანა არსებულ რუტინაში. გარდა იმისა, „როგორ ჩაიარა დღევანდელმა დღემ“, შეგიძლიათ, შეილს ჰკითხოთ „როგორ ჩაიარა დღევანდელმა დღემ ინტერნეტში?“ მთავარია, ის თქვენთან გაიხსნას და გულწრფელად მოგიყვებოდეთ ონლაინსივრცეში თავის გამოცდილებასა და აქტივობებზე. ეს საუბარი დაკითხვას არ უნდა დაემსგავსოს.

შეგიძლიათ, ყოველდღიური ურთიერთობების გამოყენებითაც აჩვენოთ შვილს ინტერესი მისი ონლაინაქტივობების მიმართ და კომფორტული გარემო შეუქმნათ თავისი გამოცდილების გასაზიარებლად. ყოველდღიური ურთიერთობის მომენტები - სკოლაში წაყვანა, ჭურჭლის რეცხვა, სადილის მომზადება ან ნებისმიერი სხვა აქტივობა, რომლებიც გაერთიანებთ შვილთან - შესანიშნავი შესაძლებლობაა მასთან ღია და მშვიდი საუბრისთვის. შეგიძლიათ, შვილთან ერთად განიხილოთ მის საყვარელ ონლაინპლატფორმებსა ან თამაშებში მონაწილეობა, თუ, რა თქმა უნდა, თვითონაც გამოხატავს ამის სურვილს.



### კრიტიკული აზროვნება

კრიტიკული აზროვნება გულისხმობს ანალიზისა და დაფიქრების უნარს, ვიდრე რამეს მოიმოქმედებ, რაც ფასდაუდებელი თვისებაა როგორც მშობლის, ასევე ბავშვისთვის. მშობლებს შეუძლიათ, ასეთი ღრმა ანალიზით გადაწყვიტონ, სჭირდებათ თუ არა მათ ოჯახს კონკრეტული ახალი მოწყობილობა, თამაში, აპლიკაცია, რობოტი თუ ტექნოლოგია. მას შემდეგ, რაც დადებითად გადაწყვეტენ ამ ტექნოლოგიის ან მოწყობილობის შეძენის საკითხს, მშობლებს შეუძლიათ, დასახონ მისი უსაფრთხო და პასუხისმგებლობიანი გამოყენების გზები, მაქსიმალურ ნიშნულზე დააყენონ კონფიდენციალურობისა და მონაცემთა დაცვის პარამეტრები და განსაზღვრონ ციფრულ ტექნოლოგიათა გამოყენების დრო და ხანგრძლივობა.

ტექნოლოგიები, მათ შორის, ხელოვნური ინტელექტი და ინტერნეტი, შეიძლება გამოიყენებოდეს პოზიტიური მიზნებით - მაგალითად, გარკვეული უნარებისა და ცოდნის შესაძენად, სხვებთან დასაკავშირებლად, ან გასართობად. თუმცა, როგორც ყველაფერი კარგი, ტექნოლოგიებიც და ინტერნეტიც ზომიერად უნდა მოვიხმაროთ, ვინაიდან ზღვარგადასულმა გამოყენებამ შეიძლება საფრთხე შეუქმნას ადამიანის ჯანმრთელობას, უსაფრთხოებას, ავტონომიას (შესაძლო მანიპულაციური ზემოქმედებით), ან კონფიდენციალურობას. კრიტიკული აზროვნება მნიშვნელოვანია ბავშვის უსაფრთხო და ჯანსაღი ონლაინგანვითარებისთვის და ამ უალრესად მნიშვნელოვანი უნარის შეიღებუვად გადაცემა მშობლებს/აღმზრდელებს შეუძლიათ საკუთარი მაგალითის მიცემით.



ციფრული პროდუქტის შეძენამდე და შეძენის შემდეგ, კრიტიკულ აზროვნებასთან ერთად, ასევე მნიშვნელოვანია ციფრული ტექნოლოგიის გამოყენების წესების შემუშავება (თქვენი ოჯახის ინტერესების გათვალისწინებით) და ამ თემაზე რეგულარული საუბარი შვილებთან. ასევე მნიშვნელოვანია, თქვენს შვილს არ მოერიდოს დასახმარებლად მომართვა, როდესაც/თუ რაიმე პრობლემა შეექმნება ონლაინსივრცეში ან, თუნდაც ბოლომდე ვერ გაერკვევა ონლაინ წაკითხულ ინფორმაციაში.

კრიტიკული აზროვნება შეუცვლელი ინსტრუმენტია, რომელიც თქვენს შვილს მთელი ცხოვრების მანძილზე გამოადგება სხვადასხვა სიტუაციაში; ასევე, ის არსებითი ფაქტორია ინტერნეტისა და ტექნოლოგიების ჯანსაღი და პასუხისმგებლობიანი გამოყენებისთვის.



### მოქალაქეობა

ევროპის საბჭოს „ციფრული მოქალაქეობის სფეროში განათლების სამუშაო ჯგუფის“ განმარტებით, შეიძლება ითქვას, რომ ციფრულ მოქალაქეობაში იგულისხმება: კომპეტენტური და პოზიტიური ურთიერთობა ციფრულ ტექნოლოგიებთან (შექმნა, მუშაობა, გაზიარება, სოციალიზაცია, კვლევა, თამაში, კომუნიკაცია და სწავლა); აქტიური და პასუხისმგებლობიანი მონაწილეობა (ღირებულებებით, დამოკიდებულებებით, უნარებითა და ცოდნით) მხარდაჭერის ჯგუფებში - ყველა დონეზე (ადგილობრივი, ეროვნული, ევროპული და გლობალური დონე) და სხვადასხვა კონტექსტში (პოლიტიკური, ეკონომიკური, სოციალური, კულტურული და ინტერკულტურული კონტექსტი); ჩართულობა მთელი ცხოვრების მანძილზე სწავლის ორმაგ პროცესში (ფორმალურ და არაფორმალურ გარემოში); და ადამიანის ღირსებისა და უფლებების მუდმივად დაცვა.

წყარო: Council of Europe Digital Citizenship Education Handbook (2019).



ციფრული მოქალაქეობის კონცეფცია აგრძელებს იმას, რასაც თქვენ, როგორც მშობელი/ადმინისტრატორი, უკვე აკეთებთ შვილის სკოლასთან ერთად: ეს არის ბავშვის წიგნიერ, ინფორმირებულ და აქტიურ მოქალაქედ აღზრდა მის სოციალურ გარემოში. ციფრულ კომპონენტს კი მოქალაქეობის ეს ცნებები ონლაინგარემოში გადმოაქვს.

როგორც მშობელმა/ადმინისტრატორმა, შეგიძლიათ, მხარი დაუჭიროთ შვილის განათლებას ციფრული მოქალაქეობის სფეროში: ჩაერთოთ დიალოგში ინტერნეტისა და მოქალაქეობის შესახებ; დაეხმარეთ შვილებს ონლაინტექნოლოგიათა გამოყენების სოციალური და ინტერპერსონალური შედეგების დაბალანსებაში (გარკვეულ საზღვრებში); რეგულარული კომუნიკაცია წარმართოთ როგორც შვილებთან, ისე მათ პედაგოგებთან, რათა დაეხმარეთ მოზარდებს, როგორც აქტიურ და ინფორმირებულ ციფრულ მოქალაქეებს, ასაკის შესაბამისი უნარების განვითარებაში.

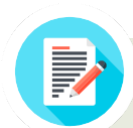


### მუდმივი კომუნიკაცია

ბავშვთან მსგავს თემებზე საუბრების დაწყებას აუცილებლად უნდა მოჰყვეს ამ საკითხებზე კომუნიკაციის გაგრძელება, მაშინაც კი, როდესაც საუბრის თემა არასასიამოვნოა. ევროპულ სტრატეგიაში - „უკეთესი ინტერნეტი ბავშვებისთვის“ (Better Internet for Kids) - ხაზგასმულია, რომ მუდმივი ჩართულობა, მხარდაჭერა და დიალოგი ბავშვებს ეხმარება ონლაინგარემოში წარმატების მიღწევაში.



ოჯახური საუბრები ხელს უწყობს იდეების გაცვლასა და ურთიერთგაგებას. ის მშობლები და ოჯახის წევრები, რომლებსაც რეგულარული და ღია საუბრები აქვთ, უკეთ ახერხებენ ერთმანეთის გაცნობას და ერთმანეთისგან სწავლას. შვილთან საუბრების გაგრძელება ონლაინსივრცის საკითხებსა და თემებზე ციფრული აღზრდის კონტექსტში ურთიერთობათა ჩამოყალიბება-გამდიდრების საწინდარია. ბავშვმა უნდა იცოდეს, რომ შეუძლია, ჰქონდეს თქვენი იმედი, როცა საქმე ეხება მის მხარდაჭერას, მოსმენას და შეხედულებებისა თუ მოსაზრებების გაზიარებას. შვილთან ონლაინსამყაროზე საუბარი შეგიძლიათ ნებისმიერი ოჯახური ურთიერთობისას (იქნება ეს მანქანით მგზავრობა, სახლის დასუფთავება, ვახშმის მომზადება, თუ, უბრალოდ, სეირნობა).



### **მხარდაჭერის ჯგუფები**

ბევრი ოჯახი დასახმარებლად მიმართავს მხარდაჭერის ჯგუფებს, ვინაიდან ისინი მშობლებს/აღზრდელებს აძლევენ ერთმანეთთან ურთიერთობისა და გამოცდილების გაზიარების საშუალებას. ოჯახში გარკვეული პრობლემის არსებობისას, ნათესავის ან ახლობლისთვის მიმართვა შეიძლება საკითხის გადაჭრაში დაგეხმაროთ. შესაბამისად, ონლაინსამყაროს მუდმივი განვითარების ფონზე, ის ჯგუფი, რომელიც ფეხდაფეხ მისდევს ტენდენციებს და აგროვებს კოლექტიურ ცოდნას, შეიძლება სასიცოცხლოდ მნიშვნელოვანი აღმოჩნდეს ჯგუფის წევრებთან აქტუალური და დროული ინფორმაციის გაზიარებისთვის.



იმ პირთა ჯგუფებს, რომლებიც გაერთიანებულნი არიან ციფრულ გარემოში ბავშვთა უფლებების გასაუმჯობესებლად, სათანადო რესურსების მოწოდება შეუძლიათ მთელი რიგი საკითხების მოსაგვარებლად. თქვენი მხარდამჭერი ჯგუფის პოვნა შეგიძლიათ თქვენს ქალაქსა ან სამეზობლოში, ასევე, შვილის თანაკლასელთა მშობლებს ან მშობელთა ონლაინჯგუფებს შორის. ერთადერთი მოთხოვნა არის ის, რომ, რომელ ჯგუფშიც უნდა გაწევრიანდეთ, იგი უნდა გაძლევდეთ თავის წევრებთან რეგულარული კავშირის, საერთო მიზნების მიღწევისა და საუკეთესო პრაქტიკის გაზიარების შესაძლებლობას. ამასთანავე, ჯგუფში თავს დაცულად და თავდაჯერებულად უნდა გრძნობდეთ, როცა საქმე ეხება ერთობლივად ჩამოყალიბებულ მიდგომებს, ან თქვენი პრობლემის გადასაჭრელად შემუშავებულ გზებს.



## ციფრულ გარემოში აღზრდის სცენარები მშობლებისა და აღმზრდელებისთვის

---

**ეს** სახელმძღვანელო შეიცავს ინფორმაციას, თუ რას აკეთებენ თქვენი შვილები და ახალგაზრდები ინტერნეტში და რა ტიპის ციფრული მშობელი შეიძლება იყოს თქვენ, ასევე, რომელი სტრატეგიების გამოყენება შეგიძლიათ ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის პროცესში. თუმცა, კონკრეტულად როგორ მუშაობს ეს ყველაფერი? მოდით, მოკლედ განვიხილოთ ციფრული სამყაროსთვის დამახასიათებელი რამდენიმე გამოწვევა, და ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის სტრატეგიები გამოვიყენოთ სხვადასხვა პრობლემასთან, აპლიკაციასა და ტექნოლოგიასთან მიმართებით. ჩვენი სცენარების საკითხებია: **ონლაინგაზიარება, სოციალური მედია, პლანშეტები და სმარტფონები, ონლაინ ვიდეოთამაშები და ეკრანთან გატარებული დრო.**

სცენარების სია ამომწურავი არ არის, მაგრამ, წესით, გარკვეული წარმოდგენა უნდა შეგიქმნათ იმაზე, თუ რა პრაქტიკულ დახმარებას უწევს მშობელს ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდა სხვადასხვა სიტუაციის დროს. გთხოვთ, წუთით დაფიქრდეთ, როგორ იმოქმედებდით, რა რეაქცია გექნებოდათ, ან როგორ ჩაერეოდით თითოეული სცენარის შემთხვევაში.

## ონლაინგაზიარება და მონაცემთა დაცვა/კონფიდენციალურობა

ონლაინაქტივობებში ჩასართავად და ონლაინპლატფორმებზე წვდომისთვის, მომხმარებლებს შეიძლება დასჭირდეთ გარკვეული პირადი ინფორმაციის გაზიარება. ზოგჯერ, მომხმარებლები ინფორმაციას ფოტოებით, ვიდეოებით ან სხვა სახით აზიარებენ, როცა ერთმანეთს უკავშირდებიან, თამაშობენ, ან ერთად სწავლობენ ონლაინსივრცეში. ონლაინგაზიარებისას ბევრი ბავშვი ემოციურ მხარდაჭერასა და აღიარებას იღებს, რადგან შეიძლება, სხვა ბავშვებიც იმავეს განიცდიდნენ, იწონებდნენ მათ მიერ გაზიარებულ კონტენტს და მათთან საუბრის სურვილს იჩენდნენ.

ბევრი მომხმარებელი, როგორც ბავშვი, ისე ზრდასრული, ყოველთვის არ ითვალისწინებს ინფორმაციის გადაჭარბებულად გაზიარების რისკებს და არ ზრუნავს პირადი ინფორმაციის კონფიდენციალურობაზე. დღესდღეობით, ბევრ ქვეყანაში სულ უფრო დიდ მნიშვნელობას იძენს მონაცემებისა და პირადი ინფორმაციის დაცვის კანონმდებლობა, განსაკუთრებით, როცა საქმე ეხება 18 წლამდე ასაკის მომხმარებელთა მონაცემებისა და პირადი ინფორმაციის დაცვას.

**სიტუაციური ანალიზი:** თქვენი თინეიჯერი შვილი აქვეყნებს ფოტოებსა და კონტენტს, რომელიც უზამსი გეჩვენებთ. თქვენ სთხოვთ ამ გამოსახულებებისა და კომენტარების წაშლას, თან ნერვიულობთ, რომ შესაძლოა, ამას ადრევე აკეთებდა და მომავალშიც გაიმეორებს.

**მშობლის ფიქრები:** სთხოვეთ, საკუთარი სახელი მოძებნოს ინტერნეტში. ამავობს იმ კონტენტით, რასაც ხედავს? იგრძნობს თუ არა თავს უხერხულად, ეს ოჯახის წევრებმა რომ ნახონ? იგრძნობს თუ არა თავს უხერხულად, ეს მისმა უნივერსიტეტმა, მომავალმა დამსაქმებელმა, ან მომავალმა მეუღლემ რომ ნახოს? ჰკითხეთ, რა ტიპის პოზიტიური კონტენტის განთავსება შეუძლია იმ მასალის ნაცვლად, რომელმაც შეიძლება უარყოფითად იმოქმედოს მის ციფრულ იდენტობაზე, ან სერიოზული პრობლემები შეუქმნას მას?



### ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის მიზანი

მშობლებს/აღმზრდელებს შეუძლიათ, საუბარი დაიწყონ ამ საკითხზე და ჩაერთონ დიალოგში. ეს მათ დაეხმარება ბავშვების წახალისებაში, რომ კრიტიკულად მიუდგნენ კონტენტს, რომელსაც ინტერნეტში აზიარებენ და არ მოერიდონ მშობლისთვის მიმართვა ნებისმიერი შეკითხვით, საწუხარითა თუ პრობლემით.





### ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის რჩევები

- ▶ სოციალური მედიის საიტებზე ფოტოების ან ვიდეოების გაზიარებისას კონფიდენციალურობის პარამეტრები მაქსიმალურ ნიშნულზე დააყენეთ და მხოლოდ მეგობრებსა და ოჯახის წევრებთან გაზიარების ფუნქცია გააქტიურეთ, როგორც თქვენს შემთხვევაში, ასევე შვილისთვის.
- ▶ განუმარტეთ ბავშვს, თუ რას ნიშნავს როგორც მისი, ისე ოჯახის სხვა წევრების პირადი ინფორმაცია.
- ▶ გაეცანით სოციალური მედიისა და სათამაშო პლატფორმებზე არსებულ ინფორმაციას მონაცემთა დაცვისა და კონფიდენციალურობის შესახებ.
- ▶ განიხილეთ თქვენი ოჯახის მოლოდინები და ღირებულებები ონლაინგაზიარებასთან მიმართებით.
- ▶ რეგულარულად მომეხმეთ ოჯახის წევრთა სახელები ინტერნეტში, რათა გადაამოწმოთ ონლაინსივრცეში მათზე არსებული ინფორმაცია.

### სოციალური მედია

სოციალური მედიის პლატფორმები უპრეცედენტო რაოდენობის საშუალებით აკავშირებს უამრავ ბავშვსა და ახალგაზრდას. მომხმარებლებს შეუძლიათ: გააზიარონ ვიდეოები, ფოტოები და სხვა კრეატიული კონტენტი; ერთმანეთთან დაამყარონ კავშირი საერთო ინტერესების, ღირებულებებისა და იდეალების გამო; ჰქონდეთ ინტერაქტიური დიალოგი და გააღრმავონ მეგობრობა და ურთიერთობები. ამ გზით, სოციალურ მედიას შეუძლია, მნიშვნელოვანი როლი შეასრულოს ბავშვთა სოციალურ და შემოქმედებით ცხოვრებაში და დადებითად გააგრძელოს რეალურ ცხოვრებაში არსებული პირადი ურთიერთობები.

თუმცა, ამავე დროს, სოციალური მედიის საიტებს ბავშვებისთვის რისკების შექმნაც შეუძლიათ, როგორცაა გადაჭარბებული გაზიარება, უხამსი შინაარსის ფოტოების ნახვა და გაზიარება, კიბერბულინგი, „გრუმინგი“, „სექსტინგი“ და სხვა. მშობლებს/აღმზრდელებს შეუძლიათ, გარკვეული მითითებები მისცენ შვილებს სოციალური მედიის პასუხისმგებლობიან გამოყენებაზე, რათა მათ ისწავლონ, თუ როგორ უნდა ამოიცნონ და მართონ რისკები, როგორ მოპყრობას ისურვებდნენ ონლაინსივრცეში და როგორ უნდა ექცეოდნენ სხვებს.

**სიტუაციური ანალიზი:** თქვენს თინიჯერ ქალიშვილს 500-ზე მეტი მეგობარი ჰყავს სოციალური მედიის ანგარიშზე და გეგვენებათ, რომ ის მეტისმეტად გიმაღავთ თავის აქტივობას სოციალურ მედიაში.

**მშობლის ფიქრები:** პირადად იცნობს თითოეულ მათგანს? ხომ არ ჯობია, უცნობი პირები მეგობრებიდან წაშალოს? ეს უცნობები იმ მეგობრების მეგობრები არიან, რომელთა გადამოწმებაც შეიძლება? ამ „მეგობრებთან“ მხოლოდ თამაშში აკავშირებს, თუ ჩატივაც საუბრობს?

რამე სამარცხვინო აკეთებს, თუ არაფერს აშავებს და, უზრალოდ, საჩუქარს გიმზადებთ? რამე ისეთს აკეთებს, რაც არ უნდა გააკეთოს? უხამს კონტენტს ხომ არ უყურებს ან აქვეყნებს? როგორ შეგიძლიათ მასთან საუბრის დაწყება, პირად სივრცეში შეჭრის გარეშე.



### ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის ქმედებები

მშობლებს/ადმინისტრაციებს შეუძლიათ, შვილებს ასწავლონ, თუ როგორ უნდა მართონ თავიანთი ონლაინრეპუტაცია და ციფრული იდენტობა **კრიტიკული აზროვნების** უნართა გამოყენებით. რეგულარული საუბრებით მშობლებს შეუძლიათ, შვილებს ასწავლონ პასუხისმგებლობიანი **ციფრული მოქალაქეობით** მოქცევა, სხვების მიმართ პატივისცემის გამოჩენა სოციალურ მედიაში და ონლაინმეგობრების განსხვავება რეალური მეგობრებისგან.



### ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის რჩევები

- ▶ განსაზღვრეთ, შეეფერება თუ არა კონკრეტული სოციალური მედიის პლატფორმა თქვენი ბავშვის ასაკს.
- ▶ აკრძალვის ნაცვლად, დაფიქრდით, ხომ არ აჯობებს, შვილს აუხსნათ ტექნოლოგიის სწორად გამოყენების წესები, რათა მან ეს თქვენგან ისწავლოს.
- ▶ შეამოწმეთ კონფიდენციალურობის, ასევე, ადგილმდებარეობის ჩვენების პარამეტრები და დარწმუნდით, რომ ისინი არ იძლევა წვდომას პირად ინფორმაციაზე, სურათებსა და ვიდეოებზე.
- ▶ აუხსენით შვილს, რომ ადამიანებს, რომლებსაც მხოლოდ ონლაინსივრცეში ხვდებიან, ყოველთვის არ უნდა ენდონ ისე, როგორც რეალურ მეგობრებს.
- ▶ ხაზი გაუსვით, რომ დაუშვებელია პერსონალური, მაიდენტიფიცირებელი ინფორმაციის გაზიარება.
- ▶ განიხილეთ ანგარიშის გახსნა იმავე სოციალური მედიის პლატფორმაზე და შვილის „დამატება მეგობრებში“.
- ▶ დარწმუნდით, რომ თქვენს მოზარდს ჰყავს სხვა სანდო, ზრდასრული ადამიანები, რომლებთანაც შეძლებს საუბარს (მაგ. ნათესავი ან მასწავლებელი), თუკი თქვენთან არ მოუწდება დალაპარაკება.

### პლანშეტები და სმარტფონები

სმარტფონი მობილური ტელეფონია (დარეკვისა და ტექსტური შეტყობინების გაგზავნის შესაძლებლობით), რომელსაც შეუძლია ინტერნეტთან დაკავშირება და შეიძლება მოხდეს სხვადასხვა ონლაინაპლიკაცია, როგორიცაა WhatsApp, Google Maps, Instagram, TikTok და სხვა. პლანშეტი კი არის სენსორული ეკრანით აღჭურვილი პორტატიული კომპიუტერი: ის სმარტფონზე დიდია, მაგრამ ლეპტოპზე პატარა. პლანშეტიც და სმარტფონიც მომხმარებელს მრავალ შემეცნებით და გასართობ შესაძლებლობას სთავაზობს.

ბევრი ბავშვი ყოველდღიურად იყენებს პლანშეტებსა და სმარტფონებს, თუმცა, სამწუხაროდ, ეს მრავალ პოტენციურ საფრთხეს უკავშირდება. ამ რისკებში შედის ციფრულ მოწყობილობათა ზღვარგადასული გამოყენება და მეტისმეტად დიდი დროის გატარება ეკრანთან, კიბერბულინგი, „სექსტინგი“, „გრუმინგი“, გადაჭარბებული თამაში და სხვა.

**სიტუაციური ანალიზი:** თქვენი შვილი შეწუხებული გაჩვენებათ სმარტფონზე ტექსტური შეტყობინების მიღების ან პლანშეტით ინტერნეტში შესვლის შემდეგ.

**მშობლის ფიქრები:** ფიქრობთ, რომ თქვენს შვილს ჩაგრავენ, ტროლავენ (მაგ. მიზანმიმართულად შეურაცხყოფს ვინმე), ან ავიწროებენ? რა შეგიძლიათ გააკეთოთ დასარწმუნებლად, რომ თქვენი შვილი თავს დაცულად და მხარდაჭერილად გრძნობს? შეახსენეთ მას ბუღინგის შემთხვევაში მოქცევის წესები: კერძოდ, უგულუბელყოფა ან დაბლოკვა და საჩივრის გაგზავნა? იცით, როგორ უნდა შეინახოთ შეტყობინებები და სურათები ეკრანის ანაბეჭდით („სკრინშოტით“), რომელიც შეიძლება მტკიცებულებად გამოდგეს საჩივრის გაგზავნისას? იცით რაიმე რესურსი ან სერვისი, რომელსაც შეუძლია თქვენი შვილისა და თქვენი, როგორც მშობლის დახმარება?



#### ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის მიზანი

მშობლებს შეუძლიათ, ღია და მუდმივი კომუნიკაცია იქონიონ შვილებთან და ისეთი ლიმიტები და წესები დაადგინონ ციფრულ ტექნოლოგიათა გამოყენებაზე, რომლებიც ყველაზე მეტად შეესაბამება მათი ოჯახის მოთხოვნებს. მშობლებს შეუძლიათ, შვილს დაეხმარონ პლანშეტებისა და სმარტფონების პასუხისმგებლობიან გამოყენებაში და შეამცირონ ზემოთ ჩამოთვლილი სარისკო სიტუაციების ალბათობა. მშობლებს შეუძლიათ, დარწმუნდნენ, რომ შვილებმა იციან, როგორ უპასუხონ ნეგატიურ სიტუაციებს, რათა სათანადო უნარებით აღიჭურვონ, როგორც ციფრული მოქალაქეები.



#### ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის რჩევები

- ▶ პლანშეტებისა და სმარტფონების გამოყენების სიხშირესა და ფორმაზე საუბარი შვილებთან, თუნდაც ზოგჯერ უსიამოვნო, აუცილებელია მათთვის სწორი მიმართულების მისაცემად.
- ▶ დარწმუნდით, რომ თქვენს შვილს არ მოერიდება თქვენთვის ან სხვა სანდო ზრდასრულისთვის მიმართვა, როდესაც/თუ რამე სერიოზული მოხდება ან, უბრალოდ, არაკომფორტულად იგრძნობს თავს სმარტფონისა და პლანშეტის გამოყენებისას.

- ▶ თუ ჯერ არ მიგიციათ შვილისთვის სმარტფონი ან პლანშეტი, გამოიყენეთ თქვენი **კრიტიკული აზროვნების** უნარები, რათა დაფიქრდეთ ამ მოწყობილობის მიცემის საჭიროებაზე, მისი ასაკისა და პასუხისმგებლობის დონის გათვალისწინებით
- ▶ თუ შვილს სმარტფონი ან პლანშეტი აჩუქეთ, აუცილებლად შეამოწმეთ მშობლისმიერი კონტროლის პარამეტრები და მოწყობილობის სხვა ფუნქციები, რათა ასწავლოთ მისი პასუხისმგებლობიანი გამოყენება.

### ონლაინ ვიდეოთამაშები

ასეთი თამაშები შეიძლება საინტერესო და შემეცნებითიც იყოს. არსებობს უამრავი თამაში, რომლებიც მცირეწლოვან ბავშვებს ანბანისა და ფერების შესწავლაში ეხმარება, ხოლო თინეიჯერებს სხვადასხვა თავსატეხს სთავაზობს. ონლაინ ვიდეოთამაშები ავითარებს სასარგებლო უნარებს, როგორცაა კრიტიკული აზროვნება, თანამშრომლობა, სტრატეგიის დასახვა, კრეატიულობა და სხვა.

მეორე მხრივ, ონლაინთამაშები ასოცირდება რისკებთანაც, როგორცაა: ზედმეტად დიდი დროის გატარება ეკრანთან (გართულებულ შემთხვევებში - ონლაინდამოკიდებულება); უსაფრთხოების საკითხები (ბილწსიტყვაობა, კიბერბულინგი და პოტენციურად სახიფათო ადამიანთან დამეგობრება), რომლებიც უკავშირდება ჩატის ფუნქციას; აპლიკაციის შიდა ძვირადღირებული შესყიდვები (თამაში უფასოა, თუმცა ხშირად შესაძლებელია სპეციალური აქსესუარებისა და სხვა საშუალებების შეძენა); და შფოთვის დონის მატება თამაშის კონკურენტული ბუნების გამო. გარდა ამისა, თამაშებს „ონლაინმტაცებლებიც“ იყენებენ ბავშვის სახიფათო სიტუაციებში შესატყუებლად.

**სიტუაციური ანალიზი:** თქვენი შვილი დიდ დროს ატარებს ინტერნეტში უახლესი ვიდეოთამაშებით გართობისას, არ ასრულებს საშინაო დავალებებს და, როცა არ თამაშობს, აგრესიულობით გამოირჩევა.

**მშობლის ფიქრები:** როგორ დავეხმარო ჩემს შვილს ჯანსაღი სათამაშო ჩვევების ჩამოყალიბებაში? ასევე, სხვა აქტივობებსა და მოვალეობებთან სწორი ბალანსის პოვნაში? როგორ ვიპოვო თამაშები ჩემი შვილის ასაკისთვის შესაფერისი კონტენტით? რისი გაცემა შემიძლია იმისთვის, რომ ჩემმა შვილმა თამაშისას სხვებისადმი პატივისცემა გამოიჩინოს?



### ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის მიზანი

მშობლებს შეუძლიათ, მხარი დაუჭირონ შვილებს ასაკისთვის შესაფერისი, კრეატიული და სახალისო ონლაინ ვიდეოთამაშებით გართობაში. მათ ასევე შეუძლიათ, შვილებს მისცენ ონლაინთამაშების აღმოჩენისა და ზომიერი გამოყენების საშუალება.



### ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის რჩევები

- ▶ თავდაცვით გაცნობასთან და ითანაშეთ შვილთან ერთად, რათა წარმოდგენა შეგექმნათ მასზე და შეგეძლოს შესაბამისი გადაწყვეტილებების მიღება.
- ▶ თამაშებზე ინფორმაცია მოიძიეთ აპლიკაციათა განხილვის სანდო რესურსებში, ან სხვა მშობლებს ჰკითხეთ მათ შესახებ.
- ▶ ესაუბრეთ შვილებს ონლაინთამაშებთან დაკავშირებულ რისკებზე.
- ▶ მუდამ საქმის კურსში იყავით, თუ რას და როდის თამაშობენ თქვენი შვილები ონლაინ.
- ▶ დაადგინეთ ძირითადი წესები, მაგალითად: არასდროს გააზიაროს პირადი ინფორმაცია; შეძლებისდაგვარად ეთანაშეთ/ესაუბროს მხოლოდ იმ ადამიანებს, რომლებსაც მართლა იცნობს რეალურ სამყაროში; და ითანაშეთ მხოლოდ იმ ადგილას, სადაც მშობლებს შეუძლიათ მოსმენა და გაგება, რა ხდება.
- ▶ შვილის ასაკისა და სიმწიფის გათვალისწინებით, გამორთეთ ჩატი და გამოიყენეთ მისი ასაკის შესაბამისი მშობლისმიერი კონტროლის ფუნქცია, რათა დარწმუნდეთ, რომ ბავშვი ზედმეტად დიდ დროს არ უთმობს თამაშს (განსაკუთრებით, ზედამხედველობის გარეშე).

### ეკრანთან გატარებული/საეკრანო დრო

ეს არის ნებისმიერი პერიოდი, რომელსაც თქვენი შვილი ატარებს ეკრანის წინ, იქნება ეს სმარტფონი, პლანშეტი, სათამაშო კონსოლი, ტელევიზორი, კომპიუტერი, თუ კინოეკრანი. ეკრანთან გატარებული დრო შეიძლება სტაბილურად იზრდებოდეს, რადგან ბავშვები სულ უფრო მეტად ატარებენ დროს პლანშეტთან სახლში, ასევე, უყურებენ ვიდეოებს სკოლაში, ან ძიძასთან, ნათესავსა თუ მეგობრებთან ერთად.

მართალია, ეკრანი ბავშვებს ართობს და იზიდავს, თუმცა „ეკრანთან გატარებული დროს“ განსაზღვრა პრობლემურ საკითხად რჩება, რადგან ექიმები, აკადემიკოსები და ექსპერტები დღემდე ცდილობენ გაგებას, რეალურად რა ემართება ბავშვს ეკრანის ყურებისას. კვლევები დამაჯერებლად ვერ გვიჩვენებს, რა გავლენას ახდენს ეკრანი ბავშვის ფიზიკურ, ემოციურ და ფსიქოლოგიურ განვითარებაზე. ცნება - „ძალიან ბევრი“ - დამოკიდებულია სხვადასხვა ფაქტორზე, როგორიცაა ასაკობრივი ჯგუფი, გამოყენების მიზანი და თითოეული ბავშვის მგრძნობელობა. შესაბამისად, ეს დრო განსხვავებული იქნება ყოველ კონკრეტულ შემთხვევაში.

**სიტუაციური ანალიზი:** ეკრანთან გატარებული დროის შესახებ წაწყდით ურთიერთგამორიცხავ კონტენტებს და სურვილი გაგიჩნდათ, მშობლისმიერი კონტროლის ფუნქციის გამოყენებით, მაქსიმალურად შეზღუდოთ დრო, რომელსაც თქვენი შვილი ხარჯავს ონლაინტექნოლოგიათა გამოყენებასა და ონლაინაქტივობებზე.

**მშობლის ფიქრები:** როგორ განვსაზღვრო ეკრანთან გასატარებელი დროის სწორი ხანგრძლივობა და სწორი ბალანსი სხვა აქტივობებთან? როგორ ვიპოვო კარგი კონტენტი ჩემი შვილისთვის, რათა შეზღუდული საეკრანო დრო ხარისხიანად გაატაროს? როგორ შევთავაზო მას ალტერნატიული აქტივობები, რომლებიც არ მოიცავს ციფრულ ტექნოლოგიებს?



#### ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის მიზანი

მშობლებს შეუძლიათ, შვილებს დაეხმარონ მოწყობილობათა პასუხისმგებლობიან გამოყენებასა და ინტერნეტში ხარისხიანი კონტენტის პოვნაში. ციფრულ გარემოში აღზრდა გულისხმობს, ერთი მხრივ, ეკრანის კონტენტის ყურებას და, მეორე მხრივ, ჯანსაღი ბალანსის შენარჩუნებას ციფრულ და რეალურ აქტივობებს შორის, როგორცაა ტრადიციული წიგნების კითხვა, ვარჯიში, ან ბუნებით ტკბობა ოჯახთან ერთად.



#### ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის რჩევები

- ▶ იპოვეთ ხარისხიანი კონტენტი თქვენი შვილებისთვის, რათა ონლაინრესურსების დახმარებით შეძლონ სწავლა, თამაში და ახალი აღმოჩენების გაკეთება.
- ▶ ოჯახისთვის შეიმუშავეთ წესები, რომლებიც მოიცავს მშობლებსა/ცდმზრდელებსაც, მაგალითად, „საოჯახო მედიაშეთანხმების“ დადებით. გახსოვდეთ, მუდმივი საუბარი თავის ნაყოფს გამოიღებს გრძელვადიან პერსპექტივაში.
- ▶ აუხსენით შვილს თქვენი მოლოდინები მის საეკრანო დროსთან მიმართებით, ასევე, რა შედეგები შეიძლება დადგეს დაწესებული შეზღუდვების დარღვევის შემთხვევაში. ურჩიეთ, ნაკლები დრო გაატაროს ეკრანთან და ჩართეთ ალტერნატიულ აქტივობებში.
- ▶ საჭიროებისამებრ, გამოიყენეთ მშობლისმიერი კონტროლის ფუნქცია, რომელიც დაგეხმარებათ საეკრანო დროსთან დაკავშირებული წესების დადგენაში.
- ▶ გამოიჩინეთ მოქნილობა, ვინაიდან ბავშვები იზრდებიან და მეტ დროს უთმობენ ონლაინრეჟიმში სწავლას. შესაბამისად, ინტერნეტში სასკოლო დავალებათა შესასრულებლად გატარებულმა დრომ არ უნდა შეზღუდოს მათი ონლაინსოციალიზაციისა და დასვენების დრო. იფიქრეთ ეკრანთან გატარებული დროის ჟღერნალის წარმოებაზე, რათა აღრიცხოთ შესვენების დრო, სწავლის დრო და ონლაინ ყოფნის დრო.
- ▶ ჩართეთ შვილები დისკუსიაში – როგორ შეუძლიათ მათ თქვენი დახმარება მედიასთან დაკავშირებულ საოჯახო წესების შესრულებაში?

**როგორც** ვნახეთ, პოზიტიური აღზრდა ერთგვარი ფილოსოფიაა, რომლის თანახმადაც მშობელი/ადმზრდელი შვილს ზრდის მუდმივი და უპირობო ზრუნვით, სწორი მიმართულების მიცემით და მისი მოთხოვნილებების დაკმაყოფილებით. პოზიტიური აღზრდა არის მუდმივი ზრუნვა ბავშვზე მისი თვითშეფასების ასამაღლებლად. ეს არის ყურადღებიანი და მოსიყვარულე დამოკიდებულება შვილების მიმართ. ამ მეთოდით აღზრდილი ბავშვები არ უშინდებიან სირთულეებს და ხასიათდებიან პოზიტიური ქცევითა და კეთილდღეობით. ციფრულ გარემოში აღზრდა ნიშნავს შვილის მხარდაჭერას, რათა მან შეძლოს წარმატების მიღწევა, როგორც ციფრულ გარემოში, ისე მის ფარგლებს გარეთ, და სწორი ბალანსის დაცვა ამ ორს შორის.



**ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდისას** ბავშვები საუკეთესო შედეგებს აღწევენ ციფრული ტექნოლოგიების ეპოქაში, როცა მათი მშობლები:

- ▶ სითბოსა და მხარდაჭერას იჩენენ შვილის ონლაინაქტივობების მიმართ;
- ▶ ხარისხიანად ატარებენ დროს შვილთან და სწავლობენ, რას აკეთებს და რაშია ჩართული მათი შვილი ონლაინსივრცეში;
- ▶ ცდილობენ, გაიგონ შვილის ცხოვრებისეული გამოცდილება და ქცევა, ასევე, როგორ გადააქვს მას ეს ქცევა ინტერნეტში;
- ▶ განუმარტავენ შვილს ონლაინსივრცეში მუშაობის წესებს, რომელთა დაცვაც მოეთხოვება;
- ▶ აქებენ შვილს კარგი ონლაინქცევისთვის, მაგრამ, ასევე, ოფლაინაქტივობებში ჩართულობისთვის (მაგ. როგორიცაა სპორტი, ან ბუნებაში გასვლა);
- ▶ ონლაინსივრცეში შვილის არასწორ ქცევაზე რეაგირებენ განმარტებით, ასევე, არამალადობრივი და არადამამცირებელი სასჯელით, როგორიცაა საეკრანო დროის შემცირება, ან მიყენებული ზიანის გამოსწორება. უნდა მოვერიდოთ ზედმეტად მკაცრ სასჯელებს, როგორიცაა წვდომის აკრძალვა ყველა მოწყობილობაზე, რადგან ამან შეიძლება უკუშედეგი მოგვეცეს და ბავშვს უბიძგოს ტექნოლოგიების მალულად გამოყენებისკენ.

## ევროპის საბჭოს სამართლებრივი აქტები და პუბლიკაციები

ადამიანის უფლებათა ევროპული კონვენციითა და ადამიანის უფლებათა ევროპული სასამართლოს შესაბამისი პრეცედენტული სამართლით ყველასთვის გარანტირებულია პირადი და ოჯახური ცხოვრების პატივისცემის უფლება.

ევროპის სოციალური ქარტია და შესწორებული ევროპის სოციალური ქარტია სრულად აღიარებს პირადი ცხოვრების ხელშეუხებლობას და ოჯახს აღწერს საზოგადოების ფუნდამენტურ ერთეულად, რომელსაც აქვს შესაბამისი სოციალური, სამართლებრივი და ეკონომიკური დაცვის უფლება.

ევროპული კონვენცია სექსუალური ექსპლუატაციისა და სექსუალური ძალადობისგან ბავშვთა დაცვის შესახებ (ლანსაროტის კონვენცია) პირველი საერთაშორისო ხელშეკრულებაა, რომელიც განსაზღვრავს ბავშვზე სექსუალურ ძალადობას და ახდენს მის კრიმინალიზაციას.

კონვენცია პერსონალური მონაცემების ავტომატური დამუშავებისას ფიზიკური პირების დაცვის შესახებ პირველი საერთაშორისო აქტია, რომელიც ფიზიკურ პირს იცავს პერსონალურ მონაცემთა შეგროვებისა და დამუშავების ბოროტად გამოყენებისგან, მათ შორის, ტრანსსასაზღვრო ნაკადების მეშვეობით.

კონვენცია კიბერდანაშაულის შესახებ პირველი საერთაშორისო ხელშეკრულებაა, რომელიც ეხება ინტერნეტითა და სხვა კომპიუტერული ქსელებით ჩადენილ დანაშაულებს, კერძოდ, საავტორო უფლებათა დარღვევას, კომპიუტერულ თაღლითობას, ბავშვთა პორნოგრაფიასა და ქსელის უსაფრთხოების დარღვევას.

## მინისტრთა კომიტეტის რეკომენდაციები

რეკომენდაცია (2006)19 პოზიტიური აღზრდის მხარდამჭერი პოლიტიკის შესახებ სახელმწიფოებს მოუწოდებს, რომ აღიარონ მშობლის პასუხისმგებლობის მნიშვნელობა და მისი სათანადო მხარდაჭერის საჭიროება შვილების აღზრდისას. წევრ სახელმწიფოებს ეძლევათ რეკომენდაცია, მიიღონ ყველა შესაბამისი საკანონმდებლო, ადმინისტრაციული და ფინანსური ზომა პოზიტიური აღზრდისთვის საუკეთესო პირობების შესაქმნელად.

რეკომენდაცია CM/Rec(2018)7 ციფრულ გარემოში ბავშვის უფლებათა პატივისცემის, დაცვისა და განხორციელების სახელმძღვანელო პრინციპების შესახებ წევრ სახელმწიფოებს მოუწოდებს, მიიღონ საკანონმდებლო, ადმინისტრაციული და პოლიტიკური ზომები, რათა დაცული იყოს ბალანსი ბავშვებისთვის საუკეთესო შესაძლებლობების უზრუნველყოფასა და უმაღლესი დონის დაცვას შორის ციფრულ გარემოში, მათ შორის, ციფრულ ტექნოლოგიათა მომწოდებელ ბიზნესკომპანიებთან დაკავშირებით.

ლიფლეთი, სახელწოდებით „გაიგეთ თქვენი უფლებები ციფრულ გარემოში“, მიმზიდველი პრეზენტაციაა, რომელიც ბავშვებისთვის გასაგებ ენაზე წარმოგიდგენს მინისტრთა კომიტეტის CM/Rec(2018)7 რეკომენდაციას ციფრულ გარემოში ბავშვის უფლებათა პატივისცემის, დაცვისა და განხორციელების სახელმძღვანელო პრინციპების შესახებ.

ევროპის საბჭოს სამართლებრივი აქტებისა და პუბლიკაციების სრული ჩამონათვალი პოზიტიური აღზრდისა და ბავშვთა უფლებების შესახებ, მათ შორის, ციფრულ გარემოში, იხილეთ შემდეგ ბმულზე: [www.coe.int/children](http://www.coe.int/children) (Publications/Children and the Internet).





„ციფრული მშობლები“ პასუხისმგებლობიან მისაზამ მაგალითებად უნდა იქცნენ შვილებისთვის და ეცადონ კომუნიკაციისა და ნდობის დამყარებას, რათა შვილებმა ღიად განიხილონ მათთან თავიანთი დამოუკიდებელი ონლაინაქტივობები. ციფრულმა მშობლებმა უნდა მიაგნონ მათი ოჯახისთვის ყველაზე ეფექტიან აღზრდის სტილს, რათა შვილები არა მხოლოდ მონაწილეობდნენ, არამედ წარმატებასაც აღწევდნენ ციფრულ ეპოქაში. ამავდროულად, ისინი დაცული უნდა იყვნენ ახალი გარემოდან მომდინარე ნებისმიერი საფრთხისგან. და ბოლოს, მშობლებსა და აღმზრდელებს მოვუწოდებთ, ყურადღებით დააკვირდნენ საკუთარ ქცევას, მაგალითად, როცა ონლაინკონტენტს აზიარებენ, ციფრულ ტექნოლოგიებს იყენებენ დღის განმავლობაში, ან შვილებს აძლევენ ამ ტექნოლოგიებზე წვდომის საშუალებას.

„ციფრულ გარემოში პოზიტიური აღზრდის“ მიდგომის ძირითადი მიზანი, რომელსაც მხარს უჭერს ეს სახელმძღვანელო, არის ბავშვების საკმარისი რესურსებით უზრუნველყოფა ციფრულ გარემოში უსაფრთხოდ და პასუხისმგებლობით მოქმედებისთვის. სახელმძღვანელო გთავაზობთ ციფრულ გარემოში აღზრდის მდგრად მოდელს, რომელიც სხვადასხვა სცენარისთვის გამოიყენება, დღესაც და მომავალშიც.

ევროპის საბჭო ადამიანის უფლებათა წამყვანი ორგანიზაციაა კონტინენტზე. იგი შედგება 46 წევრი სახელმწიფოსგან, რომელთა შორისაც არის ევროკავშირის ყველა წევრი. ევროპის საბჭოს ყველა წევრმა ქვეყანამ ხელი მოაწერა ადამიანის უფლებათა ევროპულ კონვენციას – ხელშეკრულებას, რომელიც შექმნილია ადამიანის უფლებების, დემოკრატიისა და კანონის უზენაესობის დასაცავად. ადამიანის უფლებათა ევროპული სასამართლო ზედამხედველობს კონვენციის შესრულებას წევრ სახელმწიფოებში.