

Vpliv televizije na igro predšolskega otroka v 2. starostnem obdobju

Raziskovalna naloga

Kranj, januar 2025

Sabina Zupanc

KAZALO VSEBINE

1.	UVOD	3
1.1	Opredelitev raziskovalnega področja	3
1.2	Namen in cilji raziskovalne naloge	4
1.3	Raziskovalna vprašanja in omejitve pri obravnavanem problemu.....	4
1.4	Raziskovalna metoda.....	4
1.5	Izvirni prispevek k praksi	5
2.	TEHNOLOGIJA	6
2.1	TEHNOLOGIJA NA SPLOŠNO	6
2.2	Televizija	6
2.3	VLOGA VZGOJITELJA V VRTCU.....	12
2.4	VLOGA STARŠEV	13
3.	IGRA	17
3.1	OSNOVNE ZNAČILNOSTI IGRE	17
3.2	PROSTA IGRA NA PROSTEM.....	19
4.	EMPIRIČNI DEL.....	21
5.	RAZISKOVALNA VPRAŠANJA IN HIPOTEZE	44
5.1	Raziskovalna vprašanja	44
5.2	Raziskovalne hipoteze.....	44
6.	RAZPRAVA IN REZULTATI.....	45
7.	ZAKLJUČEK.....	47
8.	VIRI IN LITERATURA	48
9.	PRILOGE	50
9.1	Priloga 1: Anketni vprašalnik	50

KAZALO GRAFOV

Graf 1:	Struktura anketirancev po spolu	21
Graf 2:	starost anketirancev.....	21
Graf 3:	Starost otrok	22
Graf 4:	Povprečni čas gledanja televizije dnevno	22
Graf 5:	Najpogostejši čas gledanja televizije	23
Graf 6:	Oseba, ki izbira vsebino	23
Graf 7:	Vrsta vsebin.....	24
Graf 8:	Vzrok za prižiganje televizije	24

Graf 9: Opažene spremembe otrokove igre po daljšem gledanju televizije.....	25
Graf 10: Vrste iger po gledanju televizije	25
Graf 11: Posnemanje likov iz televizije pri otrokovi igri.....	26
Graf 12: Otrok se raje gleda televizijo kot se igra z vrstniki.....	26
Graf 13: Mnenje staršev glede vpliva gledanja televizije na otrokovo sposobnost sodelovanja pri igri.....	26
Graf 14: Mnenje staršev glede pozitivnega vpliva gledanje televizije na otrokov razvoj	27
Graf 15: Omejevanje časa gledanja televizije	27
Graf 16: Kakovost vsebine, ki jo otrok gleda.....	28
Graf 17: Počutje otroka po dolgem gledanju televizije.....	28

POVZETEK

S to raziskovalno nalogo sem želela raziskati področje, ki je v trenutnem času v velikem razcvetu in s hitrim tempom razvoja pereča tema družbe. Tehnologija, ki si jo vsi v življenju želimo, saj brez nje ne znamo več živeti. Tehnologija je pripomogla k napredku v digitalnem svetu od računalnikov velikih kot dnevna soba do majhnih tabličnih računalnikov ali mobilnikov v katerih se skriva več zmogljivosti kot prej.

V teoretičnem delu sem raziskovala različno literaturo in različna mnenja avtorjev glede uporabe digitalne tehnologije, bolj podrobno televizije, pri otrocih. Večina omenjenih avtorjev svari pred negativnimi učinki le te zaradi prekomerne časovne uporabe in nenadzorovanega gledanja vsebin. Prekomerna uporaba televizije lahko vodi k fizični neaktivnosti otrok, kar vpliva na njihov vsesplošni razvoj in zdravje ter k še hujši posledici, to je zasvojenost. Pomembno je, da je uporaba nadzorovana in omejena ter da ne nadomešča igre ter socialnih stikov z vrstniki. Ključno vlogo pri seznanjanju otrok z uporabo imajo na prvem mestu starši in kasneje vzgojitelji ter učitelji, ki pri otrocih razvijajo digitalno pismenost.

V empiričnem delu pa sem s pomočjo anketiranja staršev raziskala njihov vidik ter navade gledanja televizije v domačem okolju. Ugotovila sem, da so anketirani starši ozaveščeni glede uporabe televizije pri predšolskih otrocih in da uporabe le te skrbno omejujejo.

Ključne besede: tehnologija, televizija, predšolski otrok, zasvojenost.

ABSTRACT

With this research paper, I aimed to explore a rapidly growing field that is a pressing issue in today's fast-paced society. Technology has become an integral part of our lives, and we can no longer imagine living without it. It has contributed to advancements in the digital world, evolving from computers the size of living rooms to compact tablets and smartphones with remarkable capabilities.

In the theoretical section, I examined various literature and the perspectives of different authors on the use of digital technology, particularly television, in children's lives. Most authors warn against the negative effects of excessive screen time and uncontrolled content viewing. Overuse of television can lead to physical inactivity, affecting overall development and health, as well as addiction, which is an even more severe consequence. It is crucial that television use is

monitored and limited, ensuring it does not replace playtime or social interaction with peers. Parents play a pivotal role in introducing children to technology, followed by educators and teachers, who foster digital literacy.

In the empirical section, I used a survey to explore parents' perspectives and habits regarding television use in their homes. I found that surveyed parents are highly aware of the implications of television on preschool children and carefully regulate its use.

Keywords: Technology, television, preschool children, addiction.

1. UVOD

1.1 Opredelitev raziskovalnega področja

Predšolsko obdobje je za otrokov razvoj zelo pomembno, saj v tem obdobju poteka najintenzivnejše dozorevanje možganov. Starši in vzgojitelji moramo v tem obdobju otroke spodbujati z dejavnostmi, ki celovito vplivajo na njegov optimalni razvoj, saj se v tem času razvije 50% možganskih povezav. S spodbudnim, stimulativnim okoljem bomo prispevali, da bo imel otrok dobre temelje za kasnejše miselne procese. Mnogo staršev ne ve, da z nekaterimi dejavnostmi zaviramo otrokov optimalni razvoj. To je čezmerno gledanje televizije, telesna neaktivnost, igranje videoiger ... (Rajović, 2016).

Pri uporabi zaslonov (televizije, računalnika, mobilnih telefonov, tablic ...) bi morali veljati vodilo »manj je bolje«. Predvsem za otroke do starosti 2. let strokovnjaki odsvetujejo uporabo zaslonov (Vintar Spreitzer, Baš in drugi, 2021).

Predšolski otroci potrebujejo od staršev pozornost, očesni stik, pogovor, petje, ples branje in najpomembnejše možnost za igro: gibalne, domišljajske, igre vlog, starosti primerne družabne igre, itd. (Vintar Spreitzer, Baš in drugi, 2021). Igra otrok je osnovna, primarna dejavnost otroka, ki je za razvoj nujna. V vrtcu se skozi leta vedno bolj spreminja način in vrsta igre. Vzgojitelji v vrtcih opazimo, da otroci v igri v veliki meri posnemajo junake iz risank.

Samanta Železen je v svoji diplomski nalogi leta 2017 raziskovala, ali predšolski otroci posnemajo junake, ki jih vidijo na televiziji. Po anketiranju 97 staršev je ugotovila, da 72,3 % staršev otrok meni, da posnemajo like iz televizije, le 9,3 % staršev pa meni, da likov nikoli ne posnemajo (Železen, 2016).

Fakulteta za medije je pod vodstvom izr. Prof. dr. Mateje Rek v svojo raziskavo leta 2016 vključila 1086 staršev po celi Sloveniji. Na vprašanje »Ali otrok posnema junake, ki nastopajo v medijih?« so v anketi odgovarjali na 5-stopenjski Likertovi lestvici (1 pomeni nikoli in 5 pomeni vedno). Povprečje odgovorov staršev je bilo 2,65 %. So pa na isto vprašanje odgovarjali tudi vzgojitelji. Njihovo povprečje odgovorov je bilo 3,67 %. Ugotovili so tudi povezavo med večjo izpostavljenostjo otrok in posnemanjem junakov (Rek, in Milanovski Brumat, 2016).

Do zanimivih trditev je v svoji diplomski nalogi prišla tudi Maja Rogelj, ki je po anketiranju staršev in vzgojiteljev prišla do rezultatov, da je njihovo mnenje o uporabi medijev pri otrocih pušča tako pozitivne in negativne posledice. Kot pozitivno posledico je pogoj, kadar je medij

uporabljen pravilno in v pravilnem času uporabe. Kor negativno posledico pa anketiranci navajajo pretirano uporabo medijev brez nadzora staršev (Rogelj, 2023).

1.2 Namen in cilji raziskovalne naloge

Namen raziskovalne naloge je ugotoviti ali gledanje televizije vpliva na igro predšolskega otroka v 2. starostnem obdobju. To delo se mi zdi pomembno predvsem za starše, ki otroku prvi postavljajo mejo in s tem odnos do zaslonov ter so vzor otroku s svojimi dejanji.

Cilja raziskovalne naloge:

- Cilj 1: Raziskati pogled in mnenje staršev otrok, ki obiskujejo vrtec 2. starostnega obdobja glede navad gledanja televizije ter proste igre v domačem okolju. S pomočjo ankete bom predstavila navade družin – otrok.

Cilj raziskovalne naloge je ugotoviti, kakšne vplive ima vsakodnevno gledanje risanke na igro otroka.

1.3 Raziskovalna vprašanja in omejitve pri obravnavanem problemu

Pri raziskovalni nalogi sem se vprašala po naslednjih raziskovalnih vprašanjih:

- Katere vrste iger se otroci najpogosteje igrajo po gledanju televizije?
- Ali otroci posnemajo like iz risank, filmov?
- Kakšne so reakcije otrok, ko se televizija po določenem času ugasne?

Omejitev pri obravnavanem problemu je bila skupina otrok vrtca v Kranju, ki obiskujejo 2. starostno obdobje. Pri raziskavi nisem zajela otrok 1. starostnega obdobja ali otrok iz drugih krajev.

1.4 Raziskovalna metoda

V raziskovalni nalogi bom uporabila kvantitativno metodo, to je anketni vprašalnik za starše otrok, ki obiskujejo vrtec 2. starostnega obdobja. Anketni vprašalnik je bil sestavljen v programu Ika in je vseboval 20 vprašanj. Tri vprašanja so bila odprtega tipa, na vsa ostala vprašanja so starši odgovarjali po zaprtem tipu z vnaprej določenimi odgovori. Ankete sem

poslala v 4 skupine, kjer so prisotni otroci 2. starostnega obdobja. Staršem so ankete posredovale njihove vzgojiteljice. Ankete so bile poslone tudi v spletno skupino Mamice Kranja. Ankete so starši reševali anonimno. Prejela sem 156 rešenih anket.

1.5 Izvirni prispevek k praksi

S tem raziskovalnim delom želim poudariti pomen in moč preživljanja časa z otrokom brez uporabe televizije. Za otrokov optimalni razvoj sta pomembna igra, v kateri otrok krepi domišljijo in ustvarjalnost v vrtčevskem in domačem okolju. Naj bo preživljanje časa z otrokom ob uporabi televizije čim krajše.

2. TEHNOLOGIJA

2.1 TEHNOLOGIJA NA SPLOŠNO

Pod termin »tehnologija« imamo v mislih: radio, televizijo, različne vrste računalnikov ter mobilne telefone (Taylor, 2015, str. 7). Govorimo pa lahko o klasičnih množičnih medijih: tisk – časopis, knjiga, televizija, radio, glasba, film in digitalni mediji: spletni časopisi, družbena omrežja, iskalniki, blogi, spletne skupnosti (Rek, 2021, str. 8).

V zadnjem času smo priča velikemu porastu uporabe digitalne tehnologije pri vseh generacijah, tudi pri otrocih in mladostnikih. Čeprav vemo, da je uporaba lahko koristna, se kažejo novi vzorci povečane uporabe zaslonske tehnologije, saj jim omogočajo uporabo vsak trenutek in skoraj kadarkoli (NIJZ, 2021).

Izpostavljenost tehnologiji posplošeno narašča. Začnemo z gledanjem televizije in poslušanjem glasbe, nadaljujemo z interaktivnimi igrami in kasneje s sodelovanji v spletnih klepetalnicah ter čezmernemu pošiljanju sporočil. Na začetku otroci veliko gledajo izobraževalne vsebine, ki pa se v osnovni šoli večinoma prenehajo gledati. Večina njihovega časa s tehnologijo bo namenjena druženju in zabavi. Način uporabe se spreminja s starostjo otroka in časom, kar lahko povežemo v digitalne mejnike. Razlika med razvojnimi mejniki (npr.: ko otrok shodi, začne govoriti) in digitalnimi mejniki je, da starši odločijo, kdaj in kako se bodo odvili (Gold, 2015).

Tehnologije ne moremo uvrstiti med dobre ali slabe, dokler jih ne oblikujemo tako, da spodbujajo družbeno povezovanje ali da zasvojijo (Alter, 2018, str. 17).

Nekateri ljudje spodbujajo uporabo tehnologije že pri majhnih otrocih in zagovarjajo, da je pomembno le, da je vsebina izobraževalna in letom primerna. Pomembno se jim zdi, da so že majhni otroci seznanjeni s tehnologijo, saj se je bodo drugače v življenju bali uporabljati. Prepričani so tudi, da ne bi smeli staršem vzbujati krivde o prekomerni uporabi zaslona. Po drugi strani pa moramo vedeti, da je otrokovo zdravje bolj pomembno kot občutek krivde pri starših (Sigman, 2013).

2.2 Televizija

V zahodnem svetu se je televizija razvila v sodelovanju z radijskimi postajami, saj gre za podobno tehnologijo. Radio in televizija sta veljala za množična medija. Letnica, ki jo navajajo

kot odmevnejšo za začetek televizije, je leto 1936, razvila pa se je tako v Evropi, ZDA in na Japonskem po drugi svetovni vojni ali kasneje. Če so pred njo ljudje aktivno preživljali prosti čas z izleti v naravo, ročnimi deli in družabnimi igrami, se je le to po inovaciji televizije spremenilo v pasivno preživljanje prostega časa (Zajc, 2016, str. 30–31).

Priznamo si lahko, da televizija k otrokom ni prišla sama od sebe, ampak smo jo odrasli prinesli k otroku, saj jim jo dajemo doma, v avtu, na počitnicah ali za darilo (Newman, N. 2017). Televizija je postala v domačem okolju zelo gledana, vendar na napačen način. Včasih so otroci pogosto gledali skupaj s starši film in oddajo. Danes pa otroci vedno pogosteje gledajo televizijo sami, saj televizija človeku predstavlja zabavo in družbo. Žal velikokrat nadomešča družino. Otrokom televizija delno nadomesti človeka in človeško bližino (Lepičnik Vodopivec in Hmelak, 2022, str. 15 in 16).

Avtorica Noel Janis-Norton omenja televizijo kot »pravokotno varuško«, ki jo starši uporabljajo za zabavo in odvratanje pozornosti otrok. Vemo, da vsak starš potrebuje oddih od neprestane pozornosti malčka, vendar uporaba iz majhnega hitro zraste v pretirano uporabo. To pa zato, ker so zaslone zasvoljivi. Nevarnost je, da se navada starša, da otroka utiša z elektronskimi napravami, prevesi v rutino na katero se vsakodnevno zanašamo (Janis-Norton, 2017, str. 21).

Televizija je najbolj priljubljeni medij, tako po pomembnosti in dosegljivosti. Prav zaradi dosegljivosti pa je krivec za marsikatero slabo razvado otrok. Številne raziskave pa so potrdile, da je pomembna vsebina, ki jo otrok gleda. Preko nje marsikateri otrok spozna širni svet, njegovo raznolikost, si širi znanje in dojemanje sveta. Če je vsebina za otroka primerna in jo otrok razume, je le ta pripomoček za učenje, saj pri otrocih spodbudi radovednost na različnih področjih: narava, materni in tuji jezik, umetnost, ustvarjalnost ... Otroci se preko opazovanja in posnemanja učijo, ko gledajo izobraževalne vsebine, ki pritegnejo njegovo zanimanje. Vpliv televizije je odvisen od otrokove stopnje miselnega razvoja (Peštaj, 2009).

Televizija je predhodnica sodobnih digitalnih medijev, vendar ima pomembno vlogo in vpliv pri posredovanju informacij. Televizija nasilna in nemoralna vedenja pripisuje televizijskim junakom ali glavnim vlogam, s tem pa ustvarja vzornike otrokom, s katerimi se radi poistovetijo. Predstavlja njihovo moč, zmago in bogastvo, ki jih otroci nevede posnemajo. Televizijske mreže skrbijo, da bi pritegnile zanimanje čim večjega števila gledalcev z različnimi oddajami. Poskrbeti morajo, da se gledalci pri gledanju ne dolgočasijo, ampak uživajo (Larchet, 2022).

Televizija ima lahko izobraževalno vsebino za otroke, npr.: »jezikovna lekcija«, ko otroci poslušajo v tujem jeziku pogovore ljudi ali »geografska lekcija«, ko spoznavajo neki kraj kot bi ga obiskali sami. Najdemo pa tudi številne otroške programe, ki so namenjeni in posebej ustvarjeni za otroke: risanke in lutkarski šovi (Williams, 2022).

Pomembno je, da o televiziji razmišljamo s pozitivnega vidika o njenih prednostih ter hkrati previdno o škodljivih vplivih. Nekaj prednosti in slabosti o televiziji (Povzeto po Lepičnik Vodopivec in Hmelak, 2022).

PREDNOSTI:

- Televizija je lahko pripomoček pri podajanju novega znanja otrokom.
- Otroke informira, izobražuje in zabava.
- Otroci na televiziji lahko gledajo znanstveno poučne vsebine, ki širijo njihovo znanje, jim omogoča razlago manj razumljivih vsebin.
- Preko izobraževalnih oddaj omogočajo vsem nam pogovor z otrokom o različnih temah.
- Otroke privajamo na svet tehnologije, digitalno državljanstvo ter odgovorno ravnanje do uporabe tehnologije. Otroci skozi trdoživost svoja negativna čustva in doživetja spremenijo v pozitivna.

SLABOSTI: O njih govorimo, kadar gre za nepravilno in pretirano uporabo.

- Zasvojenost: Kadar otrok ne more končati z gledanjem.
- Izguba socialnih veščin: Otroci namesto druženja s prijatelji in družino, raje gledajo televizijo.
- Spodbujanje sovraštva in nasilja, saj majhni otroci težko ločujejo domišljjski in realistični svet.
- Okvara vida: utrujene in dražeče oči zaradi gledanja v ekran peljejo v trajno okvaro vida.
- Fizični razvoj otrok: zaradi manj gibanja, ki ga otroci nujno potrebujejo prihaja do nepravilne drže, slabše fizične kondicije, poslabšanje grobe in fine motorike, manj elastičnosti telesa.

Neprimerno vedenje, utrujenost in razdražljivost otrok se kaže kot posledica čezmernih in premočnih dražljajev, ki jih povzročajo risanke, računalniške igrice, glasne igrače ter intenzivne barve. V preteklosti se s tem ni bilo potrebno ukvarjati, saj so otroci večino dneva preživeli zunaj, kjer so noreli (Karp, 2012, str. 7–8). Poti nazaj več ni. Otroci današnjega časa so rojeni

t. i. »digitalni prebivalci«. Za njih je to njihov svet, ki je poln vznemirjenja in razburjenja. Tehnologije se ne da ustaviti, niti si jo ne želimo ustaviti. Sam razvoj tehnologije poteka tako hitro, da šele ko je navada zakoreninjena, opazimo, kako različno razmišljamo, se povezujemo in kdo smo (Taylor, 2015, str. 1–2).

Tehnologija sama po sebi ni dobra ali slaba. Slaba je, ko jo korporacije oblikujejo zasvoljivo za množično uporabo (Alter, 2018, str. 17).

Ko govorimo o negativnih učinkih se sprašujemo o dveh pojmih: prekomerni uporabi in zasvojenosti, ki pa ne pomenita enako. O prekomerni uporabi govorimo, ko otrok daljše časovno obdobje gleda televizijo in s prenehanjem konča, ko je to potrebno ter nadaljuje svojo aktivnost z drugimi stvarmi. Nasprotno pa je pri zasvojenosti. Otrokom se ob končani uporabi spremeni počutje – jezni izbruhi ter močna želja po večji uporabi (Lepičnik Vodopivec in Hmelak, 2022, str.: 15 in 16). Zasvojenost s snovmi (npr.: cigarete) in vedenjske odvisnosti so si podobne, ker aktivirajo iste dele možganov. Škodljiva je, ker čutimo globoko potrebo, brez tega ne moremo živeti, ogrožajo pa druge pomembne dejavnosti v življenju: osnovno higieno, delo, igro, družabne stike (Alter, 2018, str. 17). To se zgodi, ko so otroci že oblikovali svoj odnos do zaslonov z neomejenim dostopom. Takrat se otroci uprejo, postanejo nesrečni in svoje nezadovoljstvo zelo jasno izražajo. Bolje je, da postopoma ukinjamo kot pa takoj odstavimo (Taylor, 2015, str. 217–218).

Leta 2013 je Ameriško psihiatrično združenje dodalo čezmerno uporabo zaslonov na seznam duševnih motenj, pod motnjo odvisnosti od interneta. Dokazali so namreč, da poleg tega, da čezmerna uporaba moti vsakdanje življenje, ima gledanje tudi nevrološke posledice. Pred zasloni se v možganih sprošča dopamin, ki je znan tudi kot spodbujevalec ugodja. Le-ta je prisoten tudi pri odvisnosti od sladkarij (Dissing Sandahl, 2021, str. 172–174).

Ljudje smo si zelo različni. Različne nas dela temperament, ki je mešanica inteligence, humorja in drugih lastnosti. Če vemo, da smo si ljudje različni po temperamentu, bomo lažje razumeli, kako lahko nekdo zaspi pred televizijo, spet druge moti kakršnikoli manjši zvok (Karp, 2012, str. 13). V obdobju malčka se začne močno kazati otrokov temperament in osebnost. Osebnost pridobivamo celo življenje in jo sestavljajo prepričanja in čustva. Temperament in osebnost bosta vplivala, na kakšen način bo otrok obvladoval tehnologijo (Gold, 2015, str. 134).

Nikoli ni prezgodaj, da otroke začnemo seznanjati z digitalno kulturo. Veliko staršev že otrokom, ki ne znajo niti hoditi niti govoriti, dajo v roke zaslon. Nikoli ni niti prepozno, da otrokom pri katerih vidimo, da je uporaba prekomerna, le to omejimo. Vsekakor bodo digitalni

kulturi izpostavljeni, le vrednote, stališča in pozitiven odnos glede uporabe jim je treba privzgojiti. Starši naj odločajo, kaj, kje, kdaj in s kom otrok lahko gleda in posluša. Do njih bodite zaščitniški (Taylor, 2015).

Mag. Martina Peštaj v članku *Otroci in mediji* opiše kriterije kakovostnih oddaj za otroke (Povzeto po Peštaj, 2009, str. 86 in 87):

- Vsebina oddaje naj bo primerna razvojnim značilnostim gledalca: V vsakem razvojnem/starostnem obdobju otroci drugače dojemajo vsebino, imajo drugačen odnos do junakov. Če bomo za otroka zbrali primerno oddajo njegovi starosti, bo za otroke oddaja smiselna, razumljiva in privlačna.
- Varnost: Otroku pojasnimo, da so vsebine igrane, domišljjske in da se junakom ne bo zgodilo nič. Otroci se učijo razlikovanje domišljjskega in realnega sveta. Otroci se počutijo varne, ko je začetek in konec jasno definiran (po navadi z glasbo), zgodba, ki poskrbi za presenečenje in razburjenje ter glavni liki/junaki.
- Identifikacija junakov: Otroke bolj kot vsebina privlačijo junaki. Všeč so jim zabavni, zviti junaki. Otroci povezujejo junake z elementi svojega življenja, so jim podobni in čeprav naredijo neumnost, se na koncu vse reši.
- Poučni elementi: Oddaja je zasnovana s pomočjo strokovnjakov, ki poznajo in upoštevajo razvojne in izobraževalne cilje. Vsebine so povezane s pridobivanjem znanja, motoričnimi veščinami, zdravjem, jezikovnimi veščinami, literaturo, števili, spoznavanjem narave, osvajanjem pojmov in reševanje problemov ...
- Otroški humor: Otroci smešne vsebine dojemajo na različne načine. Mlajšim je smešno norčavo vedenje in govorjenje, starejšim smešno posnemanje in oponašanje ter junaki, ki niso junaški.
- Vsebina iz vsakodnevnega življenja: Otroke pritegnejo vsebine, ki so jim blizu in jih poznajo: življenje v družini, s prijatelji.

Modra svetloba, ki jo oddajajo digitalne naprave motijo hormone, ki poskrbijo za zaspanost. Otrok tudi zaradi spreminjajočih grafik na zaslonu povečuje aktivnost možganov, zaradi česar je zaspanost otežena. Otroku razložimo pomen spanja. Spanje je za razvoj pomembno tako kot zdrava prehrana in telesna aktivnost. Vsakič, ko bomo v nevtralnih situacijah pojasnili pomen spanja, bolj bo razumel in upošteval, kako je spanje zanj pomembno (Carey, 2020, str. 216–217).

Se pa v današnjem času poraja dilema nejasnosti pojma »prekomerno« in »zmerno«. Ljudje si zelo različno interpretiramo pojma, vendar pa moramo biti o posledicah poučeni. Starši potrebujejo priporočila po katerih se lahko ravnajo, ali jih prezrejo. Končna odločitev je vedno osebna. Dejstvo je, da če otroci gledajo manj televizije, s tem ne bodo ničesar zamudili. Obratno pa velja, da bodo veliko zamudili, če bodo gledali, kolikor želijo (Sigman, 2013).

V priročniku Smernice za uporabo zaslonov pri otrocih in mladostnikih so objavili časovna priporočila za uporabo zaslonov v prostem času (Povzeto po Vintar Spreitzer, M., Baš, D., Anderluh, M., Vreča, M., Reš, Š., Selak, Š., Hudoklin, M., Osredkar, D. 2021).

Starost otroka (leta)	Priporočilo za uporabo
0–2	NiČ. Otrok naj ne bo izpostavljen gledanju televizije.
2–5	Manj kot 1 ura v spremstvu staršev. To naj bodo kakovostne izobraževalne vsebine.
6–9	1 ura na dan. Starši naj se z otroki veliko pogovarjajo o varni uporabi.

Tabela: Priporočila gledanja televizije glede na starost otroka

PRIPOROČENO PRAVILO: 20-20-2, ki zajema 20 minut gledanja televizije, z odmorom 20 sekund gledanja v daljavo (priporočeno 20 m) ter 2 uri dejavnosti na prostem v dnevni svetlobi.

Dr. Aric Sigman je na predavanju v evropskem parlamentu skupini, ki deluje za kakovost otroštva, predstavil študije o vplivu zaslonske tehnologije na otroke. Predstavil je tudi nekaj vodil za starše (Povzeto po Sigman, 2013):

- V otroških sobah naj ne bodo zasloni, saj s tem otroke spodbujamo, da gledajo v zaslone. Podobno je kot da bi otroku v sobo postavili hladilnik in bi pričakovali, da otrok ne bo jedel.
- Že ob rojstvu otroka bi morali materam v paket dati priporočila glede gledanja televizije za dojenčke in majhne otroke.
- Tudi babice, ki obiskujejo matere po porodu, naj bi le te seznanjale z uporabo.
- Vrtci in šole ozaveščati otroke in starše o uporabi.
- Vodilo vsega naj bo, da otroci preživijo več časa v resničnem kot pa v virtualnem svetu.

Dr. Jodi Gold v knjigi Vzgoja v digitalni dobi piše o priporočilih za zaščito malčkov pred negativnimi vplivi (prav tam, str. 133):

- Otroci v svoji sobi ne smejo imeti televizije ali drugih digitalnih naprav. S tem lahko vplivamo k preveliki teži otroka, motnjami presnove in motnjami spanja.
- Televizija naj ne bo prižgana v ozadju (ko ji nihče ne gleda). S tem jih odvrčamo od socialnih interakcij.
- Vse naprave izklopimo vsaj 30 minut pred spanjem. Uporaba tehnologije zvečer in modra svetloba motita spanec kar privede do fizičnih, vedenjskih in čustvenih težav.
- Omejimo gledanje oglasov hitre hrane. Ob morebitnem gledanju se o tem pogovorimo z otroki ter spodbujajmo zdrave navade.
- Spodbujajmo zdrave telesne aktivnosti in igro. Naj ima malček veliko priložnosti za tekanje naokoli in domiselno igro. Posledično ga bo manj zanimalo sedeče vedenje, spodbujali pa bomo socialni in čustveni razvoj.

Raba zaslonov povzeta po Janis-Norton, N. v knjigi Mirnejše, lažje, srečnejše otroštvo pred zasloni:

Leto 2016 je bilo povprečje v Veliki Britaniji:

- Otroci do 3. let: 3 ure dnevno različnim napravam.

Otroci 5–7 let: 4 ure dnevno.

Leta 2017 je bilo povprečje v Sloveniji:

- Otroci do 3. let: 2 uri dnevno različnim napravam.
- Otroci 4–6 let: skoraj 3 ure dnevno različnim napravam.

2.3 Vloga vzgojitelja v vrtcu

Ker smo v obdobju razvoja digitalne tehnologije, zelo pomembno vlogo pri otrocih igra tudi vzgojitelj. Njegova vloga pri seznanjanju otrok z digitalno tehnologijo je, da otroke vodijo, spodbujajo, poučujejo, varujejo ter postavljajo pravila glede uporabe. Otrokom omogočajo razvoj digitalne pismenosti, ki je nujna za potrebe prihodnosti. Vzgojitelji naj se pri rabi digitalne tehnologije sprašujejo, kakšne koristi bodo imeli otroci pri uporabi in če le to ne prinaša dodane vrednosti, naj vzgojitelj pri svojem delu tega ne uporabljajo. Vsebine naj bodo kakovostne, varne in odgovorne. Vzgojitelj naj bo otrokom dober zgled (Usar in Jerše, 2021).

V predšolskih ustanovah bi bilo potrebno spodbujati element medijske vzgoje. To ne pomeni zgolj uporabo različnih medijev: gledanje televizije, igranje videoiger ali poslušanje pesmi, kjer

imajo otroci pasivno vlogo pri učenju uporabe medijev. Otroci naj imajo aktivno vlogo pri medijski vzgoji. Le to spodbujamo po gledanju s pogovorom med otroci z vzgojitelji ali otroci v skupinah. Otroci naj se po rabi medijev igrajo, pogovarjajo in vrednotijo uporabo medijskih vsebin (Rek, 2021).

Vzgojitelji naj se pri svojem delu držijo petih načel (Povzeto po: Usar in Jerše, 2021):

1. *Načelo enakih možnosti in upoštevanje različnosti med otroki ter načelo multikulturalizma:* s tem načelom imamo v mislih otroke, ki doma nimajo možnosti uporabe digitalne tehnologije ter seznanjanje otrok z večjim spektrom vsebin, ki drugače otrokom ne bi bile dostopne (spletne galerije, muzeji, različne kulture ...).
2. *Načelo spoštovanja zasebnosti in intimnosti:* z ustvarjanjem kotička ima otrok možnost individualnega seznanjanja z digitalno tehnologijo. Vzgojitelj mora pri tem načelu upoštevati individualne in osebne odločitve družin pri objavi fotografij in posnetkov preko spleta.
3. *Načelo sodelovanja s starši:* posredna komunikacija s starši preko spletnih strani za namen informiranja (vabila, obvestila), za čas daljše odsotnosti otroka ter ustvarjanje vpogleda v življenje vrtca (fotografije in videoposnetki).
4. *Načelo sodelovanja z okoljem:* sodelovanje z drugimi vrtci in šolami ter vključevanje v širšo družbeno okolje (knjižnica – izposoja knjig, gledališče – nakup vstopnic).
5. *Načelo aktivnega učenja in zagotavljanja možnosti verbalizacije in drugih načinov izražanja:* iskanje novih informacij, spremljanje in dokumentiranje razvoja otrok, kreativna raba ter skrb za kritično rabo.

2.4 Vloga staršev

Najboljša naložba za otroka je čas s staršem, saj ste s tem vložili čas in trud za ljubeč in srečen začetek življenja (Karp, 2012, str. 221). Kakšen odnos do elektronskih naprav bodo otroci razvili je odvisno tudi od izkušenj, ki jih v tem obdobju dobivajo. Starši naj predšolskemu otroku postavljajo jasna pravila in omejitve, naj mu bodo vzgled, saj bo to dobra popotnica za odraščanje (Logout, 2019).

Meje otroku postavljamo z načinom avtoritete, ki ga vabi k sodelovanju in ne k odporu ali žaljivemu jeziku. Na tak način se bo otrok lažje podredil. Osredotočimo se na konkretno

dejanje. Primer postavljanja meje: »Dovolj televizije za danes. «Neprimerno postavljanje meje: »Danes si že zadosti buljil televizijo, ugasni jo!« (Ginott, 2011).

Da bo vzgoja uspešnejša in da bodo otroci srečnejši, moramo biti pri postavljenih mejah dosledni in vztrajni, pravila morajo biti jasna, da otrok točno ve, kaj od njega pričakujemo. Meje nas in otroke spremljajo povsod (primer: delovni čas trgovin, promet, delavnik v službi). Tako je tudi pri mejah, ki jih postavimo otroku. Otroka opozorite na pozitivne in negativne posledice, ki naj bodo logične, pri ponavljanju prekrška pa naj se posledica stopnjuje. Vedenje, ki ga bomo pri otroku nagrajevali, se bo okrepilo, vedenje, katerega bodo spremljale negativne posledice, bo sčasoma izzvenelo. Starši se lahko pripravite na upor, ki bo najbolj intenziven med drugim in četrtem letom ter v obdobju pubertete (Hrovat Kuhar, 2017).

Starši glede uporabe zaslonov za svoje otroke želijo (Povzeto po Janis-Norton, N. 2017, str.: 6):

- Premišljene in razumne navade uporabe tehnologije.
- Samonadzor uporabe elektronskih naprav.
- Postavljanje prioritet: spanje, domače naloge, preživljanje časa z družino in prijatelji.

Z otroki se pogovarjajte o televiziji. Skupaj postavljajte pravila, saj bodo s tem pravila zanj sprejemljivejša. Objasnite mu, zakaj želite omejiti uporabo. Naj velja pravilo: »MANJ JE VEČ« To pravilo naj velja že pred nakupom. Naj vas ne zavede »modni hit«. Premislite, kako bo naprava vplivala na otroka in ali je primerna otrokovi starosti (Newman, 2017). Starši ste tisti, ki postavljate pravila in ste odgovorni za razvoj otroka, vendar otrok lahko pri dogovoru sodeluje. Otrok sam še nima razvitega samonadzora. On bo želje postavljajal pred potrebami. V veliko pomoč je, da otroka pred iztekom opozorite, da zmanjkuje časa (dober pripomoček je peščena ura). V primeru, da se otrok ob koncu gledanja močno upira (jezika in se upira), naslednje gledanje skrajšajte z možnostjo podaljšanja, ko se bo dogovorjenih pravil spet držal (Hrovat Kuhar, 2017).

Pričakovano je, da se otroci na nova pravila in navade sprva upirajo in odzivajo z znaki pritoževanja, joka ali celo izbruhov tegobe in prerekanja. Na to glejmo kot na nezrel odzivanje na neprijetna čustva, saj se otrok ne zna izražati še z besedami. Pazimo, da to ne postane bitka z otrokom. Mogoče je včasih neprimerno vedenje otroka delovalo pri vas, da je dobil vašo pozornost, da je lahko naredil kar je hotel. Naloga staršev je, da otroke naučimo in vzgojimo na razumnejše odzive in jih naučimo spreminjati neprimerna vedenja in navade (Janis-Norton, 2017).

Naj postavljena pravila glede zaslonov veljajo za vse družinske člane. Tako za starše kot tudi za otroke. Družinski načrt glede uporabe zaslonov lahko oblikujete v naslednja družinska pravila (povzeto po Safe.si):

- Med obroki smo brez zaslonov. Televizija naj ne igra niti v ozadju.
- Vsaj 2 uri pred spanjem se zaslonov ne uporablja.
- Skupaj se dogovorite za uro v dnevu, ko boste vsi odložili zaslone.
- Določite mesto, kjer bodo vsi zasloni odloženi.
- Večkrat se dogovorite za »dan brez zaslonov«.

Starši najlažje nadzirajo uporabo tehnologije, ko imajo samo enega otroka. V družinah z več otroki pa bodo mlajši bratje ali sestre mogoče izpostavljeni bolj, tudi primernost vsebine gledanja ne bo vedno primerna otrokovi starosti in razvoju. Zadeve se lahko lotijo na naslednji način:

- Medtem ko starejši otrok gleda televizijo, se osebno posvetimo mlajšemu otroku.
- Kadar oba otroka hkrati gledata, lahko starejšemu damo primerno vsebino njegovi starosti na mobilni telefon, mlajši pa vsebino gleda na televiziji. Naj bo uporaba v zmernih količinah.
- Starejše otroke spodbujamo, da se med gledanjem z mlajšim pogovarjajo, mu stvari pojasnjujejo.
- Spodbujamo sodelovanje v skupnem gledanju kadar je to mogoče in primerno.
- Naša miselnost naj bo osredotočena, da ste aktivna in ne sedeča družina.
- Naj gledanje televizije ne postane digitalno varstvo otrok (Povzeto po Gold, 2015).

Če v vaši družini veljajo družinske vrednote: zdravi medosebni odnosi, skupne dejavnosti na prostem, druženje z ljudmi, skupno obedovanje in zdrave vrednote, bodo le to otroci ponotranjili in jih vzeli za svoja. Otroci naj bodo obdani z bogatim družbenim življenjem. Naučili se bodo, kako preživeti prosti čas, biti ustvarjalni pri premagovanju dolgočasje (Taylor, J. 2015).

Če si že vzamete čas, da z otroki gledate televizijo, se z njim med tem veliko pogovarjajte, opisuje naj vam, kaj gleda. S tem bo krepil svoj jezikovni center, bogatil besedni zaklad in s tem v kasnejšem obdobju vplival na lažji začetek branja (Newman, 2017). S tem ko se bomo z otroki pogovarjali med gledanjem televizije, se bo otrok naučil razlikovati med resničnostjo in domišljijo (fantazijo), se soočati s stereotipi in zmanjšati učinke nasilja (Gold, 2015).

Pri štirih in petih letih ima približno četrtina otrok občasne nočne more/grozne sanje. Vzrok za to so lahko skrbi pri družinskih nesoglasjih ali gledanje česa strašljivega. Starši morajo poskrbeti, da otroci gledajo vsebine ali igrajo video igre, ki so primerne njegovi starosti in ni izpostavljen vsebinam na katere še ni pripravljen (Carey, 2000, str. 140–141).

Odrasli čas pred zaslono težko omejimo, saj smo vezani na delo za službo. Pri otrocih pa imamo še možnost. Danes so na voljo številne poučne in zabavne vsebine, ob katerih se otroci lahko veliko naučijo (branje, računanje, sodelovanje, ekipno delo), vendar največ, ko so ob njih prisotni starši, ki se z njimi pogovarjajo (Dissing Sandahl, 2021, str.170–171).

Kako izbrati primerno televizijsko vsebino za malčka (povzeto po Gold, 2015, str. 143–144):

- Vsebina naj ne vsebuje nasilja oziroma reševanja konfliktov z nasiljem ter erotičnih vsebin.
- Vsebina naj ne vsebuje vsebin, ki bi otroka prestrašile.
- Pred samim gledanjem, si starši pogledajte spletne ocene in s tem poskrbite, da bo vsebina primerna po starostni in razvojni stopnji otroka. Ciljna skupina naj bodo otroci stari manj kot 5 let.
- Vsebina/oddaja naj ne traja več kot 30 minut.
- Izberimo vsebine, ki jih bomo lahko gledali skupaj in se o tem pogovarjajte.

Zavestno določimo čas, ko se bomo z otrokom igrali in za ta čas pustili zaslone pri miru. Otroku posvetimo vso pozornost, da nam pripoveduje, kakšen je bil na primer njegov dan. Tudi z dolgčasom ni nič narobe. Dolgčas je za otrokov razvoj zelo pomemben, saj spodbuja njegovo domišljijo. Ne začnite takoj iskati zaposlitve (Buchegger in Summereder, 2020).

3. IGRA

Vedno več je otrok, ki jim igra pomeni dejavnost za zasloni in vedno več je iger pri katerih otroci like in teme posnemajo iz zaslonov. »Klasična igra« je staromodna in brezvezna, čeprav nas je taka igra navduševala stoletja, tisočletja. Raziskave kažejo, da fizično rokovanje s predmeti pri igri koristi v resničnem življenju, saj izboljša senzorno-motorične in vizualno-motorične spretnosti (Janis-Norton, 2017, str. 233, 234).

3.1 Osnovne značilnosti igre

»Nismo se nehali igrati, ker smo se postarali. Postarali smo se zato, ker smo se nehali igrati.« (citirano po Prgić, 2023, str. 102). Iz tega lahko razberemo, da je igra pomembna celo življenje in da so otroci veliko bolj dovzetni za nove dejavnosti, učenje, če imajo čas za prosto igro (Prgić, 2023, str. 102).

Igra nima starostnih omejitev. Igra povezuje in združuje otroke vseh starosti in na dolgi rok osreči vsakogar. K igri povabimo sorodnike, saj si bo vsak našel vlogo, ki mu najbolj ustreza. Vsak si zasluži biti srečen in uživati. Danski način za doseganje sreče je: biti skupaj z otrokom, omogočiti prosto igro in vse obrniti na igro (Hrovat Kuhar, 2017).

Potreba po igri je enako pomembna kot potreba po spanju in hrani, saj je v naši naravi, da se igramo. Z igro razvijamo kognitivno inteligenco: ustvarjalnost, kritično mišljenje, komunikacijo in sodelovanje (Kang, 2016, str. 170–171).

»Če želite, da bodo vaši otroci inteligentni, jim pustite, da se igrajo!
Če želite, da se bodo naučili uravnnavati čustva, jim pustite, da se igrajo!
Če želite, da bodo inovativni, jim pustite, da se igrajo!
Če želite, da bodo sposobni delati v moštvu, jim pustite, da se igrajo!«
(Citirano po Kang, 2016, str. 173)

Z igro dosežemo naslednje pozitivne vplive (povzeto po (Kang, 2016):

- zabava: otrokom je igra zabavna ter jim predstavlja srečo. Z njo si otroci lajšajo stres.

- Razvoj moštvenih spretnosti: Igra otroke spodbuja k socialni povezanosti, razvoju vrednot zaupanja, delitev stvari in poštenosti.
- Sposobnost za inovacije in ustvarjanje: otrok skozi igro eksperimentira, opazuje, sprašuje o stvareh.
- Spopadanje z novimi izzivi in stvarmi: Ko se učimo novih stvari in se igramo z novimi igračkami, se v naših možganih sprošča dopamin in v sebi občutimo veselje in dobro počutje.
- Delanje napak: Otrok se skozi igro sooča z delanjem napak, ki ga spodbujajo k učenju spoprijemanja z neuspehom. Otroci znova in znova poskušajo, razvozlavajo stvari kar je ključno za prilagodljivost in človekov uspeh.

Otrokom je igra zabavna. Igra in učenje pa sta pri otroku prepletena. Otrok se samoiniciativno igra, da se nekaj nauči in se uči s tem, da se igra. Starši naj pri otroku pohvalijo igrivost, četudi je to zgolj potička iz blata. Otrok je pri tem ustvarjalen in aktivira svojo domišljijo. Pri igri otrok uporablja vseh pet čutil ter aktivira svoje telo od glave do prstov na nogi. Otrokom omogočite dovolj časa za prosto igro, kjer ima priložnost za raziskovanje in izmišljanje iger. Uprite se skušnjavam popoldanskih aktivnosti, ki bi mu odžirale čas (Newman, 2017).

Strokovnjaki ugotavljajo, da so otroci v popoldanskem času preveč zaposleni. Starši so obremenjeni z mislijo, da otrokom ponudijo »prednost« pred vrstniki ter da otrokom preprečijo dolgočasje in živčnost, čeprav je to normalno življenje. Vsi ljudje moramo počivati, se sproščati, spati in raziskovati. Z odvzemom le tega smo prikrajšani za osnovne stvari, ki so potrebne za preživetje (Kang, 2016, str. 54–55).

Starši zelo pogosto slišijo otroka reči: »dolgčas mi je« in »nimam kaj početi«. To se zgodi v trenutkih, ko ima otrok občutek, da zanj ni pripravljena nobena dejavnost in da se z njim nima noben časa ukvarjati. Pogosto je edina stvar, ki ga najbolj pritegne k premagovanju dolgčasa, zaslon. Otrokom pustite, da se dolgočasijo in s tem osvojijo samostojno igro, ki jih bo naredila samozavestnejše. V tistih trenutkih otroka pohvalite, mu povejte, da mu zaupate, ko je sam in vztrajajte. S tem bodo razvili zaupanje vase, da se lahko zabavajo sami (Janis-Norton, 2017, str. 233–237).

Aktivno preživljanje časa staršev z otrokom pomeni tudi spodbujanje dejavnosti samega otroka ter omogočanje stimulativnega okolja v katerem otrok odrašča. Do 5. leta starosti se razvije kar 50 % vseh možganskih povezav. Zgodnja stimulacija možganov bo vplivala na: motorične,

grafomotorične, intelektualne, govorne in glasbene sposobnosti. Z ustreznimi in spodbudnimi dejavnostmi bomo prispevali, da se bo del možganov bolje razvil (Rajović, 2016, str. 20–23).

Včasih se starši niso ukvarjali z ugodnim okoljem za otrokovo igro. Zdaj pa so otroci navajeni na bolj komercialne igrače: bleščeče punčke, avtomobile na baterije, hiperrealistične video igre ... Velikokrat prav te igrače igro ovirajo. Igrati se je mogoče brez igrač in zastoj! Zanimiva so že stara oblačila, palice, gospodinjski predmeti, igre brez navodil. Naj velja, da preprostejše kot so igrače, pestrejša je igra (Kang, 2016, str. 191).

Janja Kump je v svoji diplomski nalogi s pomočjo raziskave ugotovila, da se otroci v vrtčevskem okolju najraje igrajo domišljjsko igro v kotičku družina-dom. Predvideva, da se otroci te vrste iger igrajo, ker jim omogoča veliko svobodnega gibanja in ker se otroci radi vživljajo v vloge odraslih, v tem primeru staršev. S pomočjo raziskave je prišla tudi do spoznanja, da imajo otroci radi igrače likov risanih junakov, ki so pozitivno naravnani (Kump, 2016).

Ne smemo pozabiti na vaje, ki jih z otroki zelo redko izvajamo oziroma jih želimo od teh dejavnosti odvrniti: vaje za ravnotežje (primer: skakanje čez elastiko in kolebnico), rotacijo (primer: vrtenje okoli svoje osi) in vaje za dinamično prilagajanje očesa - akomodacija (primer: idealni pripomoček je žoga pri kateri se oko ves čas prilagaja njeni poziciji). Pri gledanju v televizijo se akomodacija ne krepi, zaradi tega se lahko v možganih razvije manjše število sinaps (Rajović, 2016, str. 103–104).

3.2 Prosta igra na prostem

Igra je pri otrocih nekaj samoumevnega, saj je že sama po sebi namen, brez določenega cilja.

Še posebej dobre so igre na prostem, saj zunaj veljajo drugačna pravila za otroka: lahko je glasnejši, gibalno bolj aktiven ter pri svoji igri uporablja stvari, ki jih najde v naravi. Pri igri na prostem bo otrok aktivnejši, bistrejši ter bolj zdrav. Naj bo gibanje na prostem na sporedu vsak dan (Newman, 2017).

Igra na prostem vključuje igrišča in naravo, obema pa je skupno svež zrak, ki je koristen za vsakogar. Otroke prijetno in zdravo utruje. Pri igriščih gre za strukturirano okolje na javnih krajih, pri šolah in parkih. Ponujajo določene omejitve, različne vrste izzivov, ki spodbujajo napredek razvojne stopnje otroka. Na igriščih imajo otroci možnost igranja na številnih igralih.

Pri igri v naravi gre za nestrukturirano okolje oziroma za neskončno igrišče, kjer otroci s preprostimi predmeti krepijo domišljijo. Ponujeno jim je vse potrebno za majhne zmage, ki pri otrocih krepijo trdoživost (Hrovat Kuhar, 2017).

4. EMPIRIČNI DEL

V teoretičnem delu sem s pomočjo spletne ankete z naslovom »Vpliv gledanja televizije na igro otroka« spraševala starše otrok o njihovih navadah gledanja televizije.

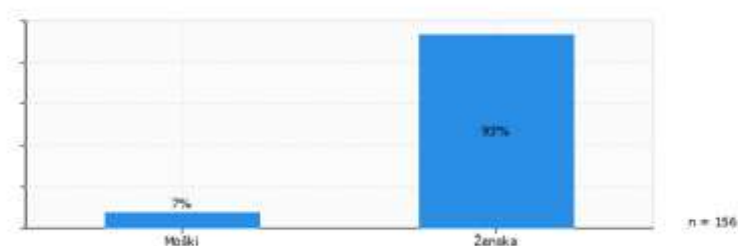
Anketni vprašalnik je vseboval 20 vprašanj, od tega 3 vprašanja odprtega tipa.

Anketni vprašalnik je bil na voljo za izpolnjevanje 2. 12. 2024 do 25. 12. 2024 na spletni strani 1-ka Arnes. Anketo sem delila preko elektronske pošte med starši otrok iz vrtca v Kranju ter v spletno skupino Mamice Kranja.

V analizi anketnega vprašalnika sem upoštevala ustrezno rešene ankete staršev predšolskih otrok.

Analiza anketnega vprašalnika

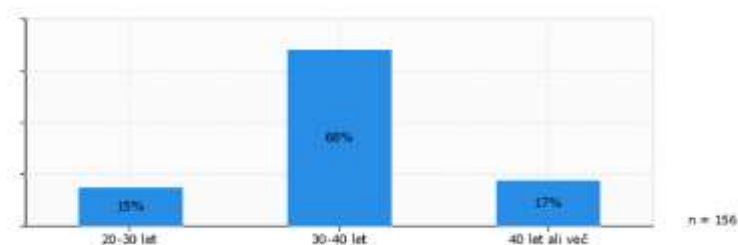
Analiza 1. anketnega vprašanja: Katerega spola ste?



Graf 1: Struktura anketirancev po spolu

Iz grafa lahko vidimo, da je anketo izpolnilo 156 staršev, od tega 7 % moških in 93 % žensk.

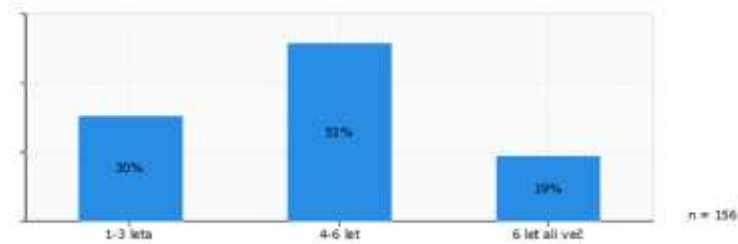
Analiza 2. anketnega vprašanja: Vaša starost?



Graf 2: Starost anketirancev

Iz grafa lahko vidimo, da je vprašanje izpolnilo 156 staršev, kar predstavlja 100 % vrednost. Od tega je 15 % staršev starih od 20–30 let, 68 % staršev je starih 30–40 let in 17 % staršev je starih 40 let ali več.

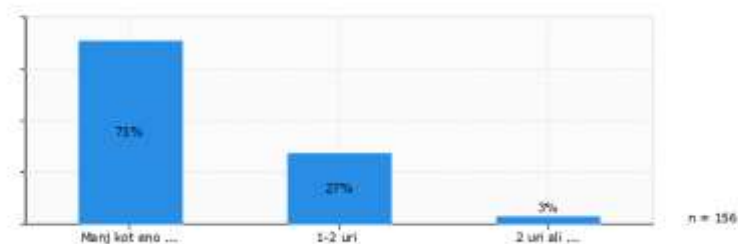
Analiza 3. anketnega vprašanja: Koliko je star vaš otrok?



Graf 3: Starost otrok

Iz grafa lahko razberemo, da je vprašanje izpolnilo 156 staršev, kar predstavlja 100 % vrednost. 30 % anketiranih staršev ima otroke stare 1–3 leta, 51 % anketiranih staršev ima otroke stare 4–6 let ter 19 % anketiranih staršev ima otroke stare 6 let ali več.

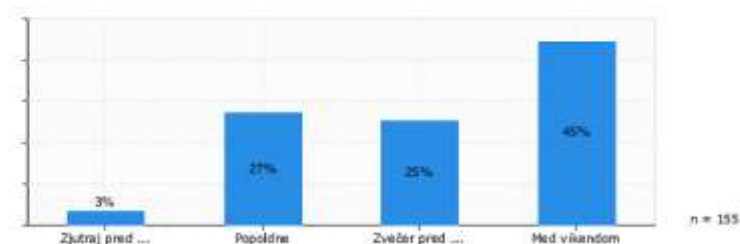
Analiza 4. anketnega vprašanja: Koliko časa povprečno vaš otrok dnevno gleda televizijo?



Graf 4: Povprečni čas gledanja televizije dnevno

Na vprašanje je odgovorilo 156 staršev, kar predstavlja 100 % vrednost. Večina staršev, to je 71 % je odgovorila, da njihov otrok gleda televizijo manj kot eno uro dnevno. 27 % staršev je odgovorilo, da njihov otrok gleda televizijo 1–2 uri dnevno. Le 3 % staršev je odgovorilo, da njihov otrok dnevno gleda televizijo 2 uri ali več.

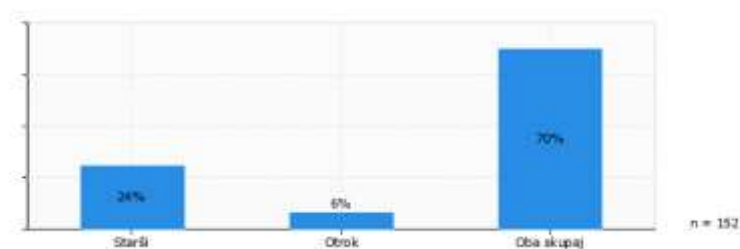
Analiza 5. anketnega vprašanja: Kdaj najpogosteje otrok gleda televizijo?



Graf 5: Najpogostejši čas gledanja televizije

Na vprašanje je odgovorilo 155 staršev, kar predstavlja 100 % vrednost pri tem vprašanju. Malo manj kot polovica staršev, kar je 45 %, je odgovorila, da otrok najpogosteje gleda televizijo med vikendom. Malo več kot četrtnina staršev, to je 27 %, najpogosteje gledajo televizijo popoldne. Četrtnina staršev, kar je 25 %, pravi, da televizijo najpogosteje gledajo zvečer pred spanjem. Le 3 % staršev je odgovorilo, da otrok televizijo gleda zjutraj pred vrtcem.

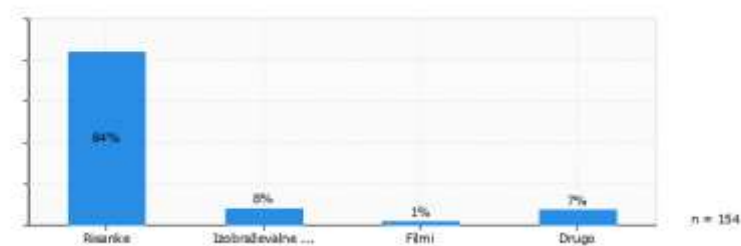
Analiza 6. anketnega vprašanja: Kdo izbira vsebine, ki jih otrok gleda?



Graf 6: Oseba, ki izbira vsebino

Na vprašanje je odgovorilo 152 staršev, kar predstavlja 100 % vrednost pri tem vprašanju. Večina staršev, to je 70 %, je odgovorila, da vsebino gledanja izbereta oba, torej starš in otrok. 24 % je odgovorilo, da vsebino izberejo starši, le 6 % staršev pa je odgovorilo, da vsebino gledanja izbere otrok sam.

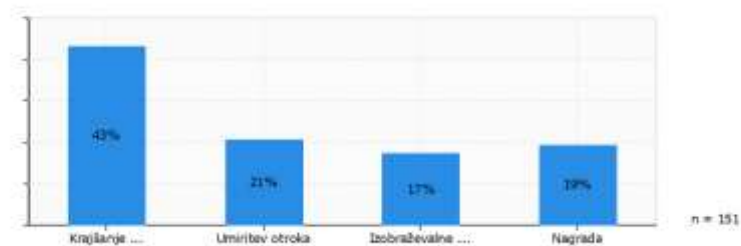
Analiza 7. anketnega vprašanja: Kakšne vsebine otrok najpogosteje gleda?



Graf 7: Vrsta vsebin

Na vprašanje je odgovorilo 154 staršev, kar predstavlja 100 % vrednost pri tem vprašanju. Velika večina, to je 84 % anketiranih staršev, je odgovorila, da so najpogostejše vsebine, ki jih otrok gleda, risanke. Ostali odgovori so bili v veliki manjšini. 8 % staršev je odgovorilo, da otrok najpogosteje gleda izobraževalne oddaje, 1 % jih gleda filme, 7 % pa jih gleda druge vsebine.

Analiza 8. anketnega vprašanja: Kakšen je vzrok, da otroku prižgete televizijo?

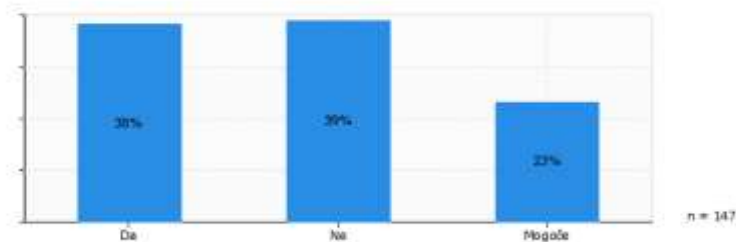


Graf 8: Vzrok za prižiganje televizije

Na vprašanje je odgovorilo 151 staršev, kar predstavlja 100 % vrednost pri tem vprašanju.

Največ odgovorov za vzrok prižiganja televizije, je bilo pri odgovoru »Krajšanje časa«. Ta odgovor je izbralo 43 % staršev. Pri ostalih odgovorih so bile vrednosti odgovorov zelo podobne. 21 % staršev prižge televizijo za umiritev otroka, 19 % staršev prižge televizijo otroku kot nagrado ter 17 % staršev otrokom prižge televizijo zaradi izobraževalne vsebine, kot širitev znanja.

Analiza 9. anketnega vprašanja: Ali opazite spremembe v otrokovi igri po daljšem gledanju televizije?

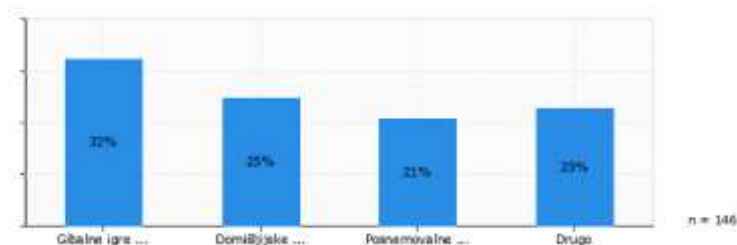


Graf 9: Opažene spremembe otrokove igre po daljšem gledanju televizije

Na vprašanje je odgovorilo 147 staršev, kar predstavlja 100 % vrednost pri tem vprašanju. Odgovora, ki predstavljata »DA« kot videno spremembo pri otrokovi igri ter odgovor »NE« kot nobene vidne spremembe v otrokovi igri, sta si bila pri tem vprašanju zelo enakovredna.

39 % staršev je odgovorilo z odgovorom »NE« ter 38% staršev z odgovorom »DA«. Odgovor »MOGOČE« je zbralo 23 % staršev.

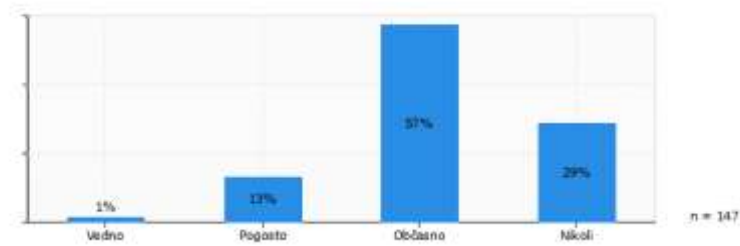
Analiza 10. anketnega vprašanja: Kakšne igre se otrok najpogosteje igra po gledanju televizije?



Graf 10: Vrste iger po gledanju televizije

Na vprašanje je odgovorilo 146 staršev, kar predstavlja 100 % vrednost pri tem vprašanju. Tudi tukaj so vrednosti odgovorov precej podobne. 32 % staršev je odgovorilo, da se otroci najpogosteje po gledanju televizije igrajo gibalne igre, kot so tek in skakanje. Naslednja najpogostejša igra je domišljjska igra (igra vlog), ki predstavlja 25 % vrednost odgovorov staršev. 23 % staršev je odgovorilo, da se otroci igrajo druge igre, 21 % staršev pa je odgovorilo, da se otroci igrajo posnemovalne igre (otrok posnema like iz televizije).

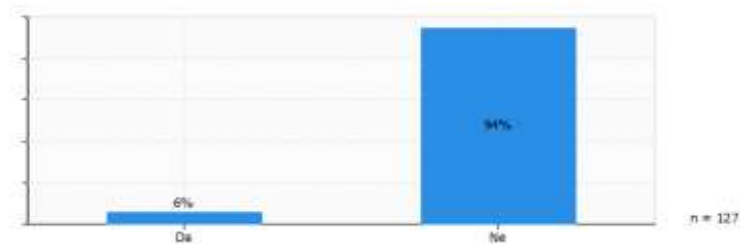
Analiza 11. anketnega vprašanja: Ali otrok posnema like iz televizije pri svoji igri?



Graf 11: Posnemanje likov iz televizije pri otrokovi igri

Na vprašanje je odgovorilo 147 staršev, kar predstavlja 100 % vrednost pri tem vprašanju. Več kot polovica staršev, to je 57 %, je odgovorila, da otroci like iz televizije posnemajo občasno. 29 % staršev je odgovorilo, da nikoli ne posnemajo likov, 13 % jih like posnema pogosto, le 1% pa vedno.

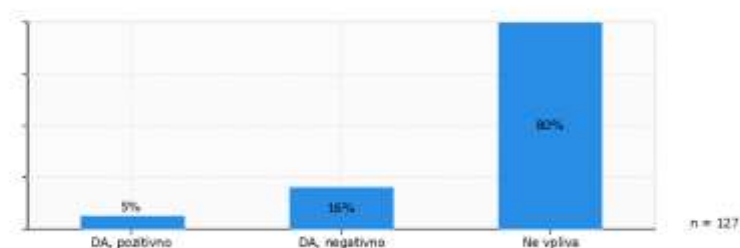
Analiza 12. anketnega vprašanja: Ali otrok raje gleda televizijo kot se igra z vrstniki?



Graf 12: Otrok se raje gleda televizijo kot se igra z vrstniki

Na vprašanje je odgovorilo 127 staršev, kar predstavlja 100 % vrednost pri tem vprašanju. Velika večina, kar je 94 % odgovorov meni, da otroci »NE« gledajo televizije rajši kot da bi se igrali z vrstniki. Le 6 % staršev meni, da otroci raje gledajo televizijo kot se igrajo z vrstniki.

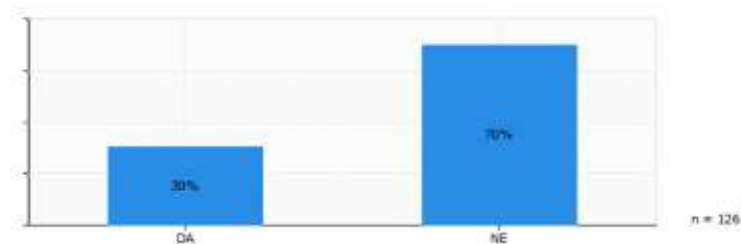
Analiza 13. anketnega vprašanja: Ali gledanje televizije vpliva na otrokovo sposobnost sodelovanja pri igri?



Graf 13: Mnenje staršev glede vpliva gledanja televizije na otrokovo sposobnost sodelovanja pri igri

Na vprašanje je odgovorilo 127 staršev, kar predstavlja 100 % vrednost pri tem vprašanju. Velika večina, kar pomeni 80 % staršev, ki je odgovorilo na to vprašanje, meni, da gledanje televizije ne vpliva na otrokovo sposobnost sodelovanja pri igri. 16 % staršev meni, da gledanje televizije negativno vpliva, 5 % staršev pa meni, da gledanje televizije pozitivno vpliva na otrokovo sposobnost sodelovanja pri igri.

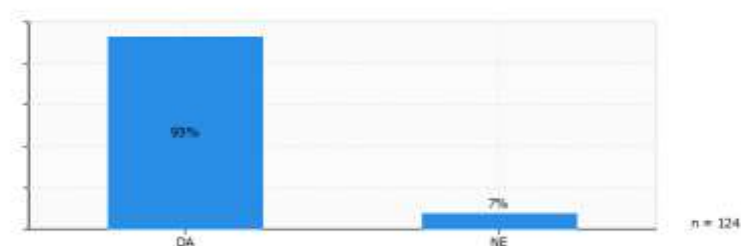
Analiza 14. anketnega vprašanja: Ali menite, da gledanje televizije pozitivno vpliva na otrokov razvoj?



Graf 14: Mnenje staršev glede pozitivnega vpliva gledanje televizije na otrokov razvoj

Na vprašanje je odgovorilo 126 staršev, kar predstavlja 100 % vrednost pri tem vprašanju. Tudi pri tem vprašanju so se starši večinsko, to je 70 %, opredelili, da gledanje televizije »NE« vpliva pozitivno na otrokov razvoj. 30 % staršev pa se je opredelilo, da gledanje televizije pozitivno vpliva na otrokov razvoj.

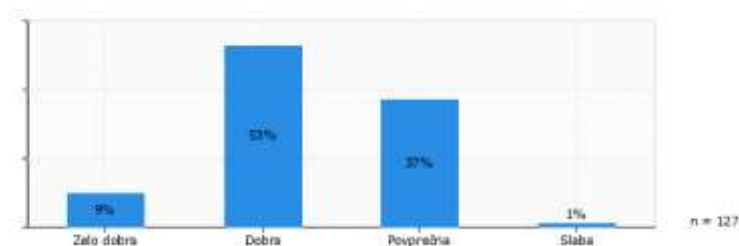
Analiza 15. anketnega vprašanja: Ali omejujete čas gledanja televizije za otroka?



Graf 15: Omejevanje časa gledanja televizije

Na vprašanje je odgovorilo 124 staršev, kar predstavlja 100 % vrednost pri tem vprašanju. Velika večina staršev, to je 93 % vseh odgovorjenih na to vprašanje, pravi, da čas otroka pred televizijo omejujejo. Le 7 % staršev časa pred televizijo ne omejujejo.

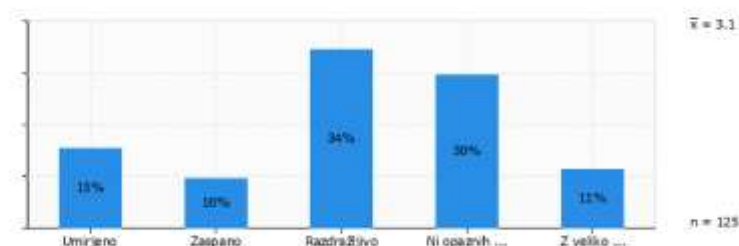
Analiza 16. anketnega vprašanja: Kako ocenjujete kakovost vsebine, ki jo otrok gleda?



Graf 16: Kakovost vsebine, ki jo otrok gleda

Na vprašanje je odgovorilo 127 staršev, kar predstavlja 100 % vrednost pri tem vprašanju. Malo več kot polovica staršev, to je 53 %, pravi, da je kakovost vsebine, ki jo otrok gleda, dobra. 37 % staršev meni, da je kakovost vsebine povprečna, 9 % meni, da je zelo dobra in 1 % staršev, da je kakovost vsebine slaba.

Analiza 17. anketnega vprašanja: Kako se otrok počuti po dolgem gledanju televizije?



Graf 17: Počutje otroka po dolgem gledanju televizije

Na vprašanje je odgovorilo 125 staršev, kar predstavlja 100 % vrednost pri tem vprašanju. Pri tem vprašanju sta si bila dva odgovora po vrednosti precej podobna. 34 % staršev meni, da je otrok po gledanju televizije razdražljiv, 30 % pa meni, da ni opaznih sprememb. Ostali trije ponujeni odgovori so si bili po vrednosti precej podobni: 15 % staršev je odgovorilo, da je otrok umirjen, 11 % z veliko energije in 10 % meni, da se otroci počutijo zaspalo.

Analiza 18. anketnega vprašanja: Kakšna je reakcija otroka, ko televizijo ugasnete?

Starši so na odprto vprašanje podali naslednje odgovore:

Ni težav, ker ve, da je omejitvev.
Normalna. Izjemoma bi še gledal.
Ni večje reakcije.

Še eno .. še eno...
Vedno se zmenimo kaj bo gledal in ko je konec ugasnemo. Brez večjih težav.
Je ni.
Lenoba, jamranje, lakota.
Po navadi sam preneha z gledanjem.
Hvaležna.
Včasih je nejevoljen, tudi jezen. Največkrat pa ugasne sam.
Ni težav.
Mirno sprejme, saj se vnaprej dogovorimo, do kdaj gleda.
Umirjena, saj se drži dogovora o časovni omejitvi.
Odkar imamo rutino in striktno samo 1 risanko na večer, ni več problema. Prej, ko meje niso bile jasne, je bilo veliko jeze in joka. Zdaj lepše sprejme, da je risanka samo ena na noč.
Se pritožuje, da bi še gledal.
Otrok prosi za še dodatek gledanja televizije. Včasih je razburjen.
Ker se dogovoriva, koliko delov lahko pogleda, potem ob ugašanju ni težav.
V večini primerov imamo dogovor, da po eni/dveh risankah iz Živ Žava sam ugasne tv in je s tem pomirjen. Redko pa se tudi jezi, predvsem, če se vnaprej ne dogovorimo.
Velikokrat joka, poskušam razložiti.
Ni posebnih reakcij, ker smo dogovorjeni, da straši določamo, koliko in kdaj se lahko gleda tv.
Vzkipi.
Sprejemljiva.
Sprejme.
Normalno. Ugasne sam od sebe ali pa ugasne sam, ko ga opozorimo, da je dovolj.
Odvisno. Lahko je umirjen, lahko pa se razjezi. Če je prej seznanjen, da se bo televizija ugasnila, je ok.
Ne.
Odvisno od splošnega otrokovega počutja.
Vzame igračo in se igra dalje z njo.
Odvisno od dneva. Večinoma razumno. Razložim, zakaj je risank konec.

Če predolgo gleda, se pritožuje, ampak ima jasno odmerjen čas.
Ni nobenih problemov.
Včasih se zjezi, pa ne za dolgo.
Na začetku so bili izpadi. Zdaj sprejme dejstvo, da bomo ugasnili in je mir. Se pa vedno prej dogovorimo, koliko risank lahko pogleda.
Razume, da je konec. Se dogovorimo že na začetku, 1-2 risanki. Ugasne tudi sama.
Jo sam ugasne.
Kakor kdaj - včasih naredi brez težav, kdaj se prereka, da bi še.
Sprejme, ker že vnaprej ve, koliko časa jo lahko gleda.
Miren.
Včasih ima izpad, ker hoče še.
Včasih je tečen.
Po navadi reče ok, ali pa sam ugasne tv in se gre igrat/ustvarjat. Odvisno od dneva.
Sprejme in se gre igrat.
Po navadi ni reakcije.
Včasih zajoče ampak, se hitro pomiri, ker mu ponudimo igro.
Gre se igrat/spat.
Po navadi nič posebnega. Mu pa po navadi rečem, po tej risanki bomo ugasnili in kar sprejme (večinoma).
Pri nas je omejeno, kaj gleda in koliko časa glede tv oz. ekrane. O tem področju sem se zelo podučila, ko sem dobila otroke. Pri nas točno vesta (ker jima pred risanko povem, da je ena risanka) in pri nas čisto sprejmeta. Sem pa zelo dosledna pri teh zadevah že od nekdaj, npr. otrok do 2. let niti ni gledal televizije.
Ni negativne reakcije.
Se zmeniva že prej tako da pričakuje, ni ravno zadovoljen, ampak ve da bom ugasnila.
Protestira.
Po navadi vnaprej napovem in mirno sprejme.
Slaba.
Se začne jeziti.
Odvisno od dneva. Večinoma brez reakcije, občasno negotovanje, ker bi se gledal.
Včasih joka.

Se ne pritožuje. Rečem mu, ko se ta epizoda konča, ugasneš risanko, ker je bilo dovolj risank za danes. Preveč ni zdravo za možgančke in ugasne.
Lepo sprejme.
Ok.
Se vedno dogovorimo, kdaj bomo ugasnili televizijo oz. koliko časa jo bomo še gledali, preden jo ugasnemo.
Včasih se pritožuje. Večinoma neha gledati sam. Ga ne zanima.
Ni je.
Je ni. Ve, da je pogledal samo eno risanko oz. odlomek iz Levjega kralja, kjer opazuje živali in to je to.
Različno od dneva. Včasih prosi za samo še eno risanko, včasih ne komentira.
Samo še eno, potem pa konec.
Občasno razočaranje, večinoma je ni, ker je v naprej znano (2 risanki).
Ni reakcije.
Kakor kdaj.
Odvisno kdaj. Če ne želi spati, potem bi vedno podaljševal.
Brez posebnosti, ker se prej dogovorimo, koliko časa bo gledal.
Razočarano.
Ni nič narobe.
običajno mirna. včasih bolj agresivna.
Odvisno kdaj ugasnemo. Če po pogovoru. ni reakcije, če na hitro ugasnemo, je jeza.
Po navadi brez reakcije.
Upor.
Brez izpada. Vedno povemo: "še eno risanko in je konec."
Po navadi začne jokati. Včasih pa ni problemov.
Brez ugovarjanja si gre umiti zobe.
Imamo vedno določen čas gledanja. Ko je konec, je konec (gledamo na telefonu, nikoli na televiziji).
Umirjena, normalno se gre igrat naprej.
Nič, ker se držimo dogovorjenega časa.
Da.

Največkrat jok, pogajanje, težko preusmeri pozornost na drugo igro.
Žalost.
Včasih je razdražljiva.
Ob dogovoru, da bom ugasnila po določenem delu, je otrok umirjen. Če tega dogovora ni, začne jokati, vendar se umiri po ca. 10-15 min.
Če jo ugasneš brez opozorila, je jok in trma.
Nič posebnega, se dogovorimo v naprej.
Brez reakcije.
Žalosten.
Malce je razdražen.
Različno. Pogosto na pobudo sam ugasne. Občasno je razdražljiv.
Je ni, ker ve, da je to to.
Se prej dogovorimo in ni problema.
Brez reakcije. Se ju naučila, da se da tudi brez živeti.
Vse ok, ker ve, da mora potem spat.
Ni reakcije, ker imamo dogovor.
Se ne zmeni za to.
Razdražljivost.
Nobenih sprememb.
Se gre igrati z igračami ali pojde na dvorišče.
Je miren, ker gleda res kratek čas, predvsem izobraževalne vsebine, dokumentarne, 1x na 14 dni.
Imamo dogovor, zato veda, kaj sledi.
Največ je eno uro pred televizijo, velikokrat pogleda eno risanko in se sam umakne.
Se ne obremenjuje.
Jeza.
Kakor kdaj. Po navadi prosi za dodatno risanko, a običajno sprejme tudi negativen odgovor.
Kriči, vpije, joka.
Ni reakcije, ker načeloma ne gleda veliko televizije.

Grozna: jok, trma, nesodelovanje.

Odvisno od stopnje zaspanosti, po navadi se gre igrat.
--

Na vprašanje je odgovorilo 120 staršev, kar predstavlja 77 % vseh anketirancev.

5 % staršev na to vprašanje ni odgovorilo, 18 % staršev pa je anketo prekinilo.

Reakcije otrok so zelo različne. Vidimo lahko pozitivne in negativne reakcije otrok.

Pozitivne reakcije vključujejo mirno sprejemanje ugašanja televizije, sodelovanje ali pomanjkanje negativnih čustev. Ključne ugotovitve so:

- *Brez težav ali mirna reakcija:* Več staršev poroča, da otroci televizijo ugasnejo sami ali brez težav, pogosto zaradi dogovorov, ki so bili predhodno sprejeti.
- *Sprejemanje in nadaljevanje z drugimi aktivnostmi:* Otroci se pogosto po ugašanju televizije zaigrajo z igračami ali se umirijo, če so vnaprej obveščeni.
- *Rutina in dogovori:* Družine, ki vzdržujejo jasno rutino (npr. ena risanka na dan), poročajo o bistveno manj težavah, saj otroci vedo, kaj pričakovati.
- *Hvaležnost:* Nekateri otroci celo izrazijo zadovoljstvo ali hvaležnost, kar kaže na pozitiven odnos do omejitev.

Negativne reakcije vključujejo odpor, jezo ali frustracijo ob ugašanju televizije. Ključne ugotovitve so:

- *Izbruhi jeze in joka:* Več staršev poroča o izpadih (jok, kričanje, trma) ob nepričakovanem ugašanju televizije ali kadar otrok želi nadaljevati z gledanjem.
- *Prošnje za podaljšanje:* Otroci pogosto prosijo za dodatno epizodo ali čas, kar lahko vodi v razočaranje, če je zahteva zavrnjena.
- *Negodovanje ali razdražljivost:* Nekateri otroci izražajo rahlo razdraženost ali nejevoljo, zlasti če niso predhodno obveščeni o omejitvah.

Analiza 19. anketnega vprašanja: Kako menite, da gledanje televizije dolgoročno vpliva na otrokovo igro in razvoj?

Starši so na odprto vprašanje podali naslednje odgovore:

So! Ne socialni, slab govor.

Gleda poučne risanke, tako da se uči.

Ne preveč dobro.
Smatram, da gledanje televizije ni sporno. Vse dokler to ni neomejeno dolgo, dokler niso neprimerne in nekvalitetne vsebine. Narobe je tudi, če se otroka na tak način umiri, zamoti in podobno. Gledanje tv mora biti kot ena od mnogih dejavnosti.
Slabo. Vsaj večina vsebine.
V mejah normale je vse v redu.
Odvisno kakšne vsebine gleda. Vseeno pa menim, da je boljše če se poslužujemo knjig.
Nič.
Če je tega preveč, da.
Predvsem menim, da je tv problematičen, ker se na ta način otroku ves čas nekaj dogaja, kar ima vpliv na motivacijo otrok. Zato čisto spodbujamo, da je otrokom, kdaj dolgčas in da kdaj sami iščejo ideje.
Slabo, če je to vsakodnevno: nemirnost, izbruhi jeze, izguba stika z realnostjo....
Zavira psihološki razvoj otroka.
Ni več domišljije.
Ne preveč dobro.
Gibalni razvoj, psihični in miselni razvoj.
Verjetno prekomerno gledanje slabo vpliva.
Mislim, da pod kontrolo časa in vsebin nima vpliva.
Odvisno od vsebine, ki jo gleda. Menim, da lahko pozitivno vpliva kar se tiče tuje-jezikovne zmožnosti. Slabše pa vpliva na koncentracijo in pozornost.
Odvisno od vsebine, ki jo gleda.
Nefokusiranost.
V določeni zelo omejeni obliki je lahko pozitivno (razvoj jezika), sicer pa predvsem negativno (preveč stimulativno, možgani se razvadijo, da ne rabijo "delati" za igro, ipd.)
Slabo.
Slabo, preveč impulzov in aktivnosti dražljajev.
Osamljenost, odtujenost otroka.
V mejah normale mislim, da ni bistvenega vpliva.
Mislim, da negativno vpliva.
Mislim, da jim dolgo gledanje televizije zavira socialne veščine ter niža prag tolerance na stres.

Slabo, ker ga zelo zasvoji.
Ker izbiram večinoma različne slovenske risanke, upam, da bo to pozitivno vplivalo na govor in čistost izgovorjave.
V prekomernem času slabo-zmanjša interakcijo, sodelovanje, okorni razvoj.
Besedni zaklad, ideje za igre vlog, gledamo tudi v drugih jezikih
Dolgoročno vsekakor negativno. zato je treba omejiti.
Razvija nek spekter domišljije
Slabo - manj se igra, manj se giba, poleni se vseh pogledih
Odvisno od vsebine, poučne vsebine so v našem primeru dobro vplivale, medtem ko razne risanke niso bile ravno za vzor.
Razvija domišljijo.
Preveč tv sigurno slabo.
Omejuje njihovo svobodo igre.
Negativno, izguba domišljije, odsotnost.
Pretirani gledanje ni ok. Enkrat na teden po manj kot eno uro pa mislim, da ni kritično.
Odvisno od časa izpostavljenosti tovrstnim vsebinam.
Izve kaj novega, omejujemo čas.
V manjši meri je lahko čisto pozitivno, dolgotrajno redno gledanje pa vemo, da ni v redu.
Slabo.
Če bi bilo tega ogromno, definitivno slabo. V mejah normale oz. v minimumu pa večje škode ni.
Odvisno kaj gleda - lahko ima izobraževalni učinek.
Odvisno od časa, ki ga preživi pred tv in od vsebine. Menim pa, da v vsakem primeru vpliva - otrok posnema karakterje, včasih si naredi tudi nerealno predstavo sveta.
Menim, da je gledanje televizije zelo slabo za otrokov gibalni, motorični in čustveni razvoj. televizija ima preveč impulzov, katere otroci težko sprejmejo oz. ne vedo, kaj naj z njimi. Na račun tega je lahko tudi otrokova igra porinjena v ozadje.
Ne zanima jih več tako zelo igranje zunaj.
Ob neprimernih vsebinah, negativno.
Kar se tiče domišljije in izražanja ok, preveč pa vpliva na odklonilno obnašanje.
Preveč televizije ni dobro, vendar mislim, da čista prepoved tudi ni ok. Možgani se slabše razvijajo, če gleda preveč (neomejeno).

Ne vpliva, če je v mejah normale.
Predvsem ustvarja življenje v paralelnem svetu, izguba občutka realnosti.
Negativno.
Odvisno od vsebine, za izobraževalne zadeve je lahko televizija super medij.
Odvisno.
Odvisno od frekvence izpostavljanja, če vsak dan pa slabo.
Ni ok.
Starejši so otroci, bolj jih tv privlači.
Dobro.
Odvisno od vsebine.
Nazadovano in igra lahko postane nasilna, neprimerna.
Ja, veliko sem prebrala in pogledala o tej temi in definitivno vpliva!!
Če je risanka primerna, lepa, je lahko poučna za besedišče petje pesmi ...
Če gleda veliko, sigurno zna vplivati slabo.
Menim, da naredi otroka bolj agresivnega v igri in vedenju. Seveda pa je vse odvisno od vsebine, ki jo gleda. Pri našem ugotavljam, da poljudne risanke zelo dobro vplivajo na njegov razvoj, saj na igriv način razložijo določene življenjske situacije oz. pojave.
Slabo! Jih dela nervozne.
Odvisno kaj gleda.
Odvisno od vsebin, ki jih otrok lahko gleda.
Mislím, da veliko vpliva.
Nimam jasno izoblikovanega mnenja. Na splošno se bojím, da gledanje televizije otroka dela bolj pasivnega.
Učenje angleščine.
V kolikor je vsebina izobraževalna, ni s tem nič narobe.
Veliko domišljije dobi.
Če je v mejah normale, je vpliv lahko pozitiven (nove besede, ideje za igro, širjenje znanja). Ko je risank preveč, pa to lahko omeji otrokovo domišljijo, ustvarjalnost in motivacijo za iskanje rešitev v primeru dolgčasa.
Odvisno od vsebine.
V majhnih odmerkih pozitivno.

Ga poleni.
Da.
Nima vpliva.
Če je v mejah normale, čisto ok.
Pri nas se je domišljija razvila, lažje se igra in dela monologe.
Slabo vpliva na možganski razvoj.
Odvisno kaj gleda. Včasih pogledamo tudi kaj poučnega.
Gledamo dokumentarne serije o živalih, ki jih pripravlja David Attenbourougha. Gre za edinstvene vpoglede v živalski svet in so zelo poučne. Smatram, da je vpliv pozitiven.
Nisem strokovnjak.
Pozitivno, saj se tudi kaj novega nauči.
Mogoče ima več domišljije.
Imajo manj domišljije.
Odvisno kaj gleda in kdaj, sigurno pa ne vpliva dobro na otroka.
Odvisno od vsebin. Sigurno bi bilo bolje, če bi ta čas preživel v gibanju, ampak to vsak dan ni izvedljivo.
Dalj gledajo televizijo, so manj igrivi in imajo slabšo sposobnost igre z drugimi otroki.
Besedni zaklad v ang. je izboljššan.
Zdi se mi, da otrokom ubija njihovo ustvarjalnost.
Slabo! Odtava, postane bolj razdražljiva in težje je komunicirati.
Slabovidnost.

Na to vprašanje je odgovorilo 112 staršev, kar predstavlja 72 % vseh anketirancev.

10% staršev na to vprašanje ni odgovorilo, 18 % staršev pa je anketo prekinilo.

Pri pozitivnih vplivih se starši navezujejo na poučne/izobraževalne vsebine in omejenost časa gledanja. Odgovorov vezanih na pozitivni vpliv je malo. Odgovori vezani na pozitivni učinek po mnenju staršev so:

- *Izobraževalna vrednost:* Starši menijo, da lahko televizija izboljša otrokov besedni zaklad, jezikovne sposobnosti (npr. učenje tujega jezika) in nudi nove ideje za igro.
- Primer: "Gledanje poučnih vsebin lahko pozitivno vpliva na govor in čistost izgovorjave."

- *Spodbuda za domišljijo*: Nekateri starši opažajo, da gledanje televizije širi otrokovo domišljijo, omogoča ustvarjanje novih iger vlog ali razmišljanje o vsebini.
 - Primer: "Pri nas se je domišljija razvila, lažje se igra in dela monologe."
- *Pridobivanje znanja*: Dokumentarne oddaje in poučne vsebine pozitivno vplivajo na otrokovo splošno znanje o svetu.
 - Primer: "Gledamo dokumentarne serije o živalih, ki so zelo poučne."

Razberemo lahko, da starši v gledanju televizije v večini vidijo negativni vpliv, predvsem pri prekomernem gledanju in neprimerni vsebini. Pogosti negativni učinki po mnenju staršev:

- *Zmanjšana domišljija in ustvarjalnost*: Mnogi starši opažajo, da prekomerno gledanje televizije zavira domišljijo in zmanjšuje otrokovo motivacijo za samostojno igro.
 - Primer: "Zdi se mi, da otrokom ubija njihovo ustvarjalnost."
- *Pomanjkanje socialnih veščin*: Televizija lahko vodi v osamljenost in odtujenost ter zmanjšuje sposobnost interakcije z drugimi otroki.
 - Primer: "Dalj gledajo televizijo, so manj igrivi in imajo slabšo sposobnost igre z drugimi otroci."
- *Zasvojenost in težave s koncentracijo*: Nekateri starši omenjajo negativne učinke na koncentracijo, večjo razdražljivost, in zasvojenost.
 - Primer: "Slabo, ker ga zelo zasvoji."
- *Zaviranje gibalnega in čustvenega razvoja*: Pogosto gledanje televizije lahko vodi v manjšo fizično aktivnost in omejuje čustveni razvoj.
 - Primer: "Slabo vpliva na možganski razvoj in gibalne sposobnosti."

Analiza 20. anketnega vprašanja: Katere ukrepe (če sploh) ste sprejeli za uravnoteženo gledanje televizije in otrokove igre?

Starši so na odprto vprašanje podali naslednje odgovore:

Prekrijem televizor, da sliši samo glasbo in zraven počne nekaj drugega.
Tv samo zjutraj ob vikendih malo, drugače sploh ne.
Nobenih! Ni problemov.
Gledanje časovno omejujeva. Pri nas gledanje televizije ni nekaj, kar bi počeli običajno, vsak dan.

Jasno mejo - 1 risanka na dan. Od tega ne odstopamo in smo enako dogovorjeni s starimi starši.
Nimamo nobenih posebnih ukrepov, ker tudi s partnerjem ne gledava televizije. Se tudi otroka spomnita na risanke 1x mesečno ali še redkeje.
Omejitev časa. Starša prej pogledava risanko.
Časovna omejitev.
Samo vikendi.
Brez posebnosti.
Skušamo da se televizija sploh ne prižge.
Tv ali igrice lahko igra/gleda po večerji in pred spanjem.
Nisem.
Omejevanje časa in vsebin na tv.
Jih nismo, ker ni nobene posebne reakcije, če jo ugasnemo ali sploh ne gledamo.
10 min pred večerjo lahko gleda, drugače ne gledamo.
Izbrane risanke in omejen čas.
Nadzor, omejitev časa gledanja.
Izključno gledanje tv, ko se dogovorimo družinsko.
Določen čas in samo med vikendi.
Omejen čas gledanja tv, pa niso vse risanke primerne.
Nimamo ukrepov.
Dobi samo kot nagrado, ne vsak dan. Kdaj ne po teden ali več.
Gledanje izbranih risank/oddaj in omejitev časa.
Tv ga niti ne zanima.
Televizijo gleda izjemoma (ko je bolan, ko strižemo nohte) in pazimo pri izbiri vsebin. Usmerjamo otroka v risanke, ki se nam zdijo primerne in vsebine, ki so poučne.
Omejen čas. Če se prepir začne, prekinemo in gremo spat.
Ne.
Omejimo gledanje tv-ja (razen če je deževno vreme, ko je otrok bolan ipd. takrat gleda malo več).
Tv 1x na teden, vikend, po navadi sobota ali nedelja zjutraj pol ure. Raje imata pravljice.
Veliko zunaj, aktivnosti vsak dan.

Risank med tednom ni in niso neka redna aktivnost. So bolj izjema in niso del rednega urnika (starša se odločiva, kdaj so in to ni vedno isti dan/ista ura).
Ima 4 risanke po max. 15 min na teden.
Otrok ima risanko samo zvečer 1 uro pred spanjem, čez dan se igramo.
Nobenih.
Najprej veliko proste igre in preživljanja prostega časa zunaj, s starši, branje knjig. Omejen čas gledanja (povprečno 10-20 min dnevno, nekateri dnevi brez, ob boleznih več). Izbira risank/oddaj!! To se mi zdi zelo pomembno. Velika razlika med risankam iz Živ Žava na rrtvslo1 in ostalimi. Oddaje o naravi so tudi lepe.
Risanka samo pred spanjem.
Risanke oziroma televizija med vikendom (max. 2 h), med tednom televizije ni.
gleda zvečer samo pred spanjem, ostalo lahko poslušaj pesmi (popevke ali meditacijska glasba med delanjem naloge).
Odmerjen čas, prilagojena vsebina risank njegovi starosti.
Časovna omejitev gledanja televizije.
Kaj gleda imam zadnjo besedo. Zaposlitev kaj drugega kot tv, omejen čas. Ko rečem: » dost je dost.«
Starši presodimo, kdaj je čas za tv in pazimo na to, da je vsebina primerna.
Omejeno gledanje televizije.
Po občutku. Po navadi gledamo za nedeljsko črkovanje v postelji.
Čim manj televizije in čim več igre, tako samostojne kot s starši.
Čim manj.
Zvečer ne gledamo televizije.
Gleda čim manj televizije.
Veliko časa zunaj in zvečer branje knjig, barvanje in risanje.
Tv gleda od 3. leta dalje, samo ob nedeljah, par risank nedeljskega Živ Žava. Super se obnese.
Čas pred tv je dogovorjen, veliko več je igre.
Jasna pravila, da se gleda le čez vikend, odmerjen čas, dogovorjena vsebina, potem pa priložnostno skupaj pogledamo. Kake celovečerne risanke in se o njih pogovorimo.
Televizije nimamo prižgane v prisotnosti otrok. Med vikendom včasih pogleda kakšno risanko. Včasih jo je gledal vsak večer, vendar smo to ukinili eno leto nazaj.

<p>Tv je občasno, omejen čas. Vsebino izberemo skupaj.</p>
<p>Najprej ponudimo vse ostale oblike zabave, nazadnje pa tv.</p>
<p>Tv ni omogočen zjutraj pred šolo in zvečer pred spanjem, z izjemo vikenda.</p>
<p>Nismo sprejeli določenih ukrepov, so pa risanke oz. ekrani na splošno na sporedu šele od otrokovega 2. leta starosti, pa še to ne vsakodnevno. Ve, da na dan lahko pogleda do max. 3 risanke, kdaj mogoče kakšno več. Vsekakor smo tam nekje pri povprečno pol ure gledanja dnevno pa še to ne vsak dan.</p>
<p>Igra zunaj.</p>
<p>Ne gleda veliko tv, tako da še ne rabimo ukrepov.</p>
<p>Določili smo uro, kdaj se lahko risanka gleda. Če se ne spomni na risanko, je ne gledamo.</p>
<p>Ni bilo potrebe po ukrepih. Strogo smo se držali, da če se dogovorimo dve epizodi npr. Frančka, sta to dve. Vedel je, da če bo izsiljeval in delal dramo, naslednji dan sploh ne bo risank in se otrok navadi. Zelo dobro znajo razumeti dejanje in posledico, samo razložiti jim je treba in se držati dogovora.</p>
<p>Veliko igre na prostem, zvečer gledanje televizije.</p>
<p>Tv gledamo samo kot nagrado za vikende in če pride do bolezni.</p>
<p>Gledanje tv samo za vikend oziroma občasno med tednom skupaj kakšna daljša risanka/film.</p>
<p>Je precej sproščeno. Ko so risanke je to super in nagrada. Ko jih ni, jih ni.</p>
<p>Televizija je čez teden samo zjutraj, ko čaka, da odidemo od doma ali čez vikend. Zjutraj risanke ali občasno zvečer družinsko.</p>
<p>Omejen čas, preverjena vsebina.</p>
<p>Da je kot nagrada in ne samoumevno.</p>
<p>Omejevanje televizije.</p>
<p>Gleda toliko kot jaz dovolim.</p>
<p>Risanke gleda popoldne (ko pridemo notri), med vikendom tudi kakšno zjutraj. Čez dan (razen v primeru res slabega vremena), ne gleda risank.</p>
<p>Čim manj tv, čim več zunaj.</p>
<p>Omejitev gledanja.</p>
<p>Jih ne rabimo.</p>
<p>Omejitev časa pred televizijo.</p>
<p>Pri nas kakšen dan ni risank oz. ekranom in tega niti ne pogrešata. Treba je te zadeve omejovat (ne da jih ni nič, mislim da to more biti), ampak da vemo kakšno risanko gleda,</p>

da je ok glede vsebine, da veva koliko je dolga ... Predvsem pa, da je samo nek dodatek (mali) k dnevu. Poudarek je na medsebojnem druženju, skupni igri, prosti igri itd.
Omejitev, med tednom ni tv.
Čim več gibanja na prostem. Igranje družabnih iger, ustvarjanje, risanje.
Če otrok kateri dan ne upošteva pravil, ima prepoved gledanja televizije isti in naslednji dan.
Poskušamo čim manj uporabljati tv.
Televizije ni vsak dan. Sproti se odločimo. Če se lepo obnaša, dobi risanko. Vsebino izberemo skupaj, vsebin ki meni niso ok, ne gleda. Imamo nadzor, kaj gleda (sem zraven, slišim, kaj gleda, gledamo skupaj). Včasih po več dni ne prižgemo tv ja.
Pozna rutino večera: tuširanje, zobe umiti, potem pa lahko 2 risanke na tv cca 30min.
Gledamo zjutraj za vikend, izbrani programi.
Časovne in vsebinske (primerne risanke in animirane filme za starost).
Nobene.
Gleda redko. Ko je kaj pametnega za pogledati po mnenju naju, staršev.
Preudarna izbira vsebin.
Risanke gleda v omejenem času. Občasno nastavim tudi časovnik, ki risanko avtomatično ugasne.
Skrbim za to, da sta otroka čim več zunaj na svežem zraku, kjer lahko plezata, skačeta, se ločita ... Ttelevizijo pa ima možnost gledati v nedeljo in ob kakšnih posebnih priložnostih.
Nobenih ukrepov, ker niso potrebni.
Omejitev risank, 1h po vrtcu več kot dovolj.
Ugasnemo ekrane za določen čas.
Nismo sprejeli.
Skušamo ne gledati tv.
Gledanje samo med vikendom.
Praviloma imamo nastavljen glasbo, kjer občasno pogleda videospot.
Jih ni.
Uravnateži se z igro zunaj, na prostem.
Točno določen čas, koliko se gleda televizija.
Preprosto jo prižgemo bolj poredko.

Sploh ne gleda, razen ob izjemnih dogodkih npr. Olimpijske igre, ko je kakšen Slovenec.
Zamenjam in poslušamo glasbo.
Ni ukrepov.
Tv čas je omejen na 5 min dnevno (2-letnik).
Kontrolirano gledanje tv, npr. le 1 risanka. S televizije smo umaknili YouTube. Ne prižigamo televizije iz navade, npr. vsako nedeljo zjutraj, ampak le takrat, kadar res rabimo relativno hitro umiritev.
Po gledanju tv nujna igra, ali sprehod.
Jih nismo.

Na vprašanje je odgovorilo 110 staršev, to je 71% vseh.

18% staršev na to vprašanje ni odgovorilo, 28% staršev pa je anketo tukaj prekinilo.

Starši so podali različne odgovore, katere lahko povzamemo:

- *Časovna omejitev*: dogovorjen čas, redka uporaba, izogibanje televiziji, omejenost gledanja.
- *Skrbna izbira vsebin*: ki spodbuja poučne in starosti primerne programe.
- *Spodbujanje alternativnih dejavnosti*: kot so igra na prostem, veliko igre ali skupni čas z družino.

5. RAZISKOVALNA VPRAŠANJA IN HIPOTEZE

5.1 Raziskovalna vprašanja

- R1: Katere vrste iger se otroci najpogosteje igrajo po gledanju televizije?
- R2: Ali otroci posnemajo like iz risank, filmov?
- R3: Kakšne so reakcije otrok, ko se televizija po določenem času ugasne?

5.2 Raziskovalne hipoteze

- *H1: Otroci se po gledanju televizije igrajo posnemovalne igre, to so igre pri katerih posnemajo vsebino in like.*

Zastavljena hipoteza ne drži. Starši pravijo, da se otroci večinoma po gledanju igrajo gibalne igre, pri katerih tečejo, skačejo. Odgovor »posnemanje likov« je imel najmanj odgovorov staršev. Sklepamo lahko, da je igra otrok zelo raznolika, verjetno odvisna od spodbude staršev.

- *H2: Otroci posnemajo like iz risank, filmov.*

Hipoteza drži. Več kot polovica staršev meni, da otroci like posnemajo občasno

- *H3: Otroci po koncu gledanja televizije burno odreagirajo: jokajo, tožijo in se razburijo, ker ne želijo, da se televizija ugasne.*

Hipoteza ne drži. Večina staršev meni, da otroci ne reagirajo burno, ker so otroci seznanjeni z vnaprej dogovorjenimi pravili, ki so jasna. Družine imajo rutino, ki se jo držijo, zato so reakcije pogoste mirne ali nevtralne.

Nekatere negativne reakcije so prisotne, vendar jih ni veliko.

6. RAZPRAVA IN REZULTATI

Na podlagi spletnega anketnega vprašalnika so starši anonimno odgovarjali na raznolika vprašanja glede družinskih navad gledanja televizije. Starši so večinoma odgovarjali na zaprte tipe vprašanj, tri vprašanja na koncu spletne ankete so bile odprtega tipa. Pri zadnjih treh vprašanjih, ki so bile odprtega tipa, smo prejeli veliko raznolikih odgovorov ter dober vpogled v opažanja staršev glede vedenja otrok po gledanju televizije.

Na podlagi ankete lahko pridemo do zanimivih ugotovitev in zaključkov.

1. Čas gledanja televizije:

- Večina otrok televizijo gleda manj kot eno uro na dan (71 % odgovorov) ter da je čas gledanja televizije omejen (93% odgovorov).
- Najpogostejši čas gledanja televizije je med vikendom (45 % odgovorov).

2. Vsebina:

- Najpogostejša vsebina, ki jo otrok gleda je risanka (84 % odgovorov).
- Vsebino, ki jo otrok gleda, jo otrok in starša izbereta skupaj (70 % odgovorov).

3. Vzrok gledanja televizije:

- Starši kot vzrok za gledanje televizije navajajo krajšanje časa (43 % odgovorov).

4. Vedenje in igra po gledanju televizije:

- Igra, ki se jo otrok igra po gledanju, je zelo raznolika. To so gibalne igre, posnemovalne in domišljjske igre.
- Prepričljiv odgovor staršev je bil, da se otroci raje igrajo z vrstniki, kot bi gledali televizijo (94 % odgovorov).

5. Mnenje staršev:

- Starši v gledanju televizije vidijo negativni vpliv na otroka (70 % odgovorov), vendar gledanje ne vpliva na sposobnost sodelovanja pri igri (80 % odgovorov).
- Kakovost vsebine starši ocenjujejo kot dobro (53 % odgovorov).
- Pri počutju otroka po gledanju televizije pa sta si odgovora »razdražljiv« (34 % odgovorov) in »ni opaznih sprememb« (30 % odgovorov) zelo izenačena.

Pri pregledu različne strokovne literature smo prišli do ugotovitev, da so otroci v današnjem času pretirano izpostavljeni digitalni tehnologiji. Po analizi naše ankete pa smo ugotovili, da smo prišli do drugačnih rezultatov. Naš vzorec anketiranih staršev kaže, da starši otrokom

postavljajo trdne meje in pravila glede uporabe televizije in da je gledanje televizije manj kot eno uro dnevno zelo obetajoče za prihodnost otrok.

Menimo, da so starši predšolskih otrok dobro seznanjeni z vplivi, ki jih lahko povzroči pretirano gledanje in da se zavedajo posledic. Tudi v spletni anketi so na vprašanje o pozitivnim vplivu gledanja televizije odgovorili s 70 % odgovori, da gledanje televizije ne vpliva pozitivno na otrokov razvoj. Predpostavljamo lahko, da anketirani starši berejo informacije, se seznanjajo z vplivi ter skrbijo za ugodne pogoje otrokovega razvoja. Naš vzorec raziskovanja je vzgojen v okolju, ki poudarja uravnoteženo uporabo televizije za otrokov optimalni razvoj. Starši aktivno skrbijo za omejitve in s tem preprečujejo negativne vplive gledanja televizije.

Sklepamo, da se meje porušijo v najstniški dobi, ko starši nimajo več toliko vpliva nad otrokovim gledanjem in je vpliv vrstnikov in okolja največji. Naša ankete namreč staršev najstnikov ni zajela in potrebno bi bilo raziskati še ta vzorec staršev. Priporočamo raziskovanje vzorca staršev najstnikov ali najstnikov samih ter ugotoviti, ali se meje gledanja spreminjajo z odraščanjem otrok.

7. ZAKLJUČEK

Digitalizacija ima v svetu močan vpliv. Njen razvoj je iz dneva v dan bolj moderniziran in razširjen. Odrasli smo v digitalni svet bolj vpeti, saj se digitalnim naprav težje izognemo. Večino ljudi delovno okolje prisili, da digitalne naprave uporabljajo več ur dnevno. Že samo nakupovanje je v veliki meri prišlo na on-line storitve. Skratka, cel svet se modernizira v digitalni svet. Ta svet je postal del našega življenja, ki je samoumevno.

Edino otroci imajo zaenkrat še možnost izbire, koliko časa bodo preživeli na digitalnih napravah. Naloga staršev je, da skrbijo, da otrok digitalne naprave uporablja uravnoteženo. Otroci morajo pridobiti digitalno pismenost in se naučiti zavestne uporabe tehnologije, ki je za njihovo nadaljnje življenje zelo pomembna. Podpora odraslih, tako staršev kot strokovnih delavcev v izobraževalnih ustanovah, je za otroka zelo pomembna. Otrok se uči digitalno tehnologijo uporabljati zmerno, v izobraževalne in koristne namene, ki bodo vplivale na ugoden celostni razvoj otroka.

Vsi vemo, da otrokom gledanje televizijske vsebine pomeni čas za zabavo in odklop, vendar naj to ne postati rutina, ki bo prevzela otrokov čas v odraščanju in nadomeščanje za igro. Igra naj bo del otrokovega življenja in ne digitalni svet.

Pri raziskovanju smo prišli do zaključkov, da ima gledanje televizije tako pozitiven kot negativen učinek, katerega se zavedajo tudi starši predšolskih otrok.

Ključ do pozitivnega vpliva je:

- Omejevanje časa gledanja,
- nadzorovana izbira vsebin s strani staršev,
- spodbujanje drugih aktivnosti otrok: veliko igre na prostem, prosta igra, branje knjig in druge družinske aktivnosti.

Naj digitalne naprave ne vplivajo na otroški svet domišljije, ustvarjalnosti in igrivosti, temveč naj jih dopolnjuje in bogati za nadaljnje življenje.

8. VIRI IN LITERATURA

1. Alter, A. (2018). Sužnji zaslona. Ljubljana: Založba Mladinska knjiga.
2. Buchegger, B. in Summereder, F. (2020). Publikacija: Mami, a mi daš telefon? 10 nasvetov za starše otrok, starih 3 do 6 let. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede, Založba FDV. Dostopno na: https://safe.si/sites/default/files/uporaba_interneta_-_prirocnik_za_starse_web.pdf
3. Carey, T. (2020). Kaj razmišlja moj otrok?: Praktična otroška psihologija za sodobne starše: priročnik za učitelje in starše. Radovljica: Didakta.
4. Dissing Sandahl, I. (2021). Igra po dansko: priročnik za vzgojo uravnoteženih, trdoživih in zdravih otrok skozi igro. Ljubljana: Mladinska knjiga.
5. Ginott, Haim G. (2011). Med staršem in otrokom: klasična uspešnica, ki je revolucionirala komunikacijo med starši in otroki. Ljubljana: UMco, d. d.
6. Gold, J. (2015). Vzgoja v digitalni dobi – Priročnik za spodbujanje zdravega odnosa do digitalne tehnologije od rojstva do najstniških let. Radovljica: Didakta.
7. Hrovat Kuhar, E. (2017). Izzivi sodobne vzgoje: z ljubeznijo, potrpežljivostjo in postavljanjem meja do sožitja v družini. Ljubljana: Miš.
8. Janis-Norton, N. (2017). Mirnejše, lažje, srečnejše otroštvo pred zasloni: Za starše malčkov, otrok in najstnikov: Vodnik, ki vam bo pomagal, da spet prevzamete nadzor nad tehnologijo. Izola: Vita.
9. Kang K., S. (2016). Delfinja vzgoja: Kako vzgojiti zdrave, zadovoljne in motivirane otroke, ne da bi se vam bilo treba spremeniti v tigra. Radovljica: Didakta.
10. Kump, J. (2016). Priljubljenost igrač in igra predšolskih otrok. Diplomsko naloga. Ljubljana. Dostopno na: http://pefprints.pef.uni-lj.si/4039/1/DIPLOMSKA_NALOGA_Janja_Kump_PDF_format.pdf
11. Larchet, J. C. (2022). Epidemija novih medijev: Kako novi mediji spodkopavajo družbo, družino in duhovni mir. Ljubljana: Družina.
12. Lepičnik Vodopivec, J. in Hmelak, M. (2022). Predšolski otrok v digitalni dobi. Koper: Založba Univerza na Primorskem. Dostopno na: <https://www.hippocampus.si/ISBN/978-961-293-205-3.pdf>
13. LOGOUT, center pomoči pri prekomerni rabi interneta (2019). Lahko uporaba digitalnih tehnologij krepi ali hromi razvoj predšolskih otrok. Dostopno na: <https://www.logout.org/sl/blog/digitalizacija-otrostva-lahko-uporaba-digitalnih-tehnologij-krepi-ali-hromi-razvoj-predsolskih-otrok/>

14. Newman, N. (2017). Vzgajanje strastnih bralcev: 5 preprostih korakov do uspeha v šoli in življenju. Maribor: Hiša knjig, Založba KMŠ.
15. NIJZ (2021). Smernice za uporabo zaslonov pri otrocih in mladostnikih. Dostopno na: <https://nijz.si/zivljenjski-slog/nekemicne-zasvojenosti/zaslioni/>
16. Peštaj, M. (2009): Otroci in mediji: Branje za znanje in za zabavo: priročnik za spodbujanje družinske pismenosti. Ljubljana: Andragoški center Slovenije. Str. 83-94. Dostopno na: https://arhiv.acs.si/publikacije/Branje_za_znaje_in_branje_za_zabavo-prirocnik.pdf
17. Prgić, J. (2023). Odklenjeni možgani, Nevroznanost in NLP za učitelje in starše. Ljubljana: Narodna in univerzitetna knjižnica.
18. Rajović, R. (2016). Kako z igro spodbujati miselni razvoj otroka. Ljubljana. Mladinska knjiga.
19. Rek (2021). Medijska vzgoja in pismenost v Sloveniji. Ljubljana: Založba Vega.
20. Rek, M. in Milanovski Brumat, K. (2016). Mediji in predšolski otroci v Sloveniji. Dostopno na: https://pismenost.si/pdf/Raziskava_predsolski_otroci_Slovenija_2016_v13.7.pdf
21. Rogelj, M. (2023). Diplomsko delo: Medijska pismenost in njen pomen za delo v vrtcu. Dostopno na: <https://repozitorij.uni-lj.si/Dokument.php?id=170709&lang=slv>
22. Safe.si. Priporočeni čas uporabe zaslonov pri otrocih. Dostopno na: <https://safe.si/starsi/priporoceni-cas-uporabe-zaslonov-pri-otrocih>
23. Sigman, A. (2013). Vpliv zaslonske tehnologije na otroke. Pridobljeno iz: <https://www.svitanje.si/2013/01/vpliv-zaslonske-tehnologije-na-otroke>
24. Taylor, J. (2015). Vzgajanje tehnološke generacije: kako pripraviti svoje otroke na svet, ki ga poganjajo mediji. Maribor: Hiša knjig, Založba KMŠ.
25. Usar, K., Jerše, L. (2021). Smernice za uporabo digitalne tehnologije v vrtcu. Zavod RS za šolstvo. Dostopno na: https://www.zrss.si/pdf/DTSmernice_vrtci.pdf
26. Vintar Spreitzer, M., Baš, D., Anderluh, M., Vreča, M., Reš, Š., Selak, Š., Hudoklin, M., Osredkar, D. (2021). Smernice za uporabo zaslonov pri otrocih in mladostnikih. Priročnik za strokovnjake. Nacionalni inštitut za javno zdravje. Dostopno na: https://nijz.si/wp-content/uploads/2022/11/uporaba_zaslonov_smernice_za_splet_mali_grayscale.pdf
27. Williams, R. (2022). Televizija: Tehnologija in kulturna forma. Ljubljana: Založba FDV.
28. Zajc, M. (2016). Medijski pojmovnik za mlade. Maribor: Založba Aristej.
29. Železen, S. (2017). Diplomsko delo: Televizija kot dejavnik v otrokovem razvoju. Dostopno na: <https://core.ac.uk/download/pdf/153361592.pdf>

9. PRILOGE

9.1 Priloga 1: Anketni vprašalnik

Pozdravljeni!

Sem Sabina Zupanc, vzgojiteljica v Zasebnem vrtcu Dobra teta. V okviru raziskovalne naloge z naslovom Vpliv gledanja televizije na igro otroka, bi rada raziskala, ali gledanje televizije vpliva na otroka.

Vaši iskreni odgovori mi bodo v veliko pomoč pri raziskovalni nalogi.

Anketa je anonimna, rezultati pa bodo uporabljeni v raziskovalne namene in bodo objavljeni spletni reviji Realka.

Prosim, če si vzamete nekaj minut in s klikom na Naslednja stran pričnete z izpolnjevanjem ankete.

Zahvaljujem se vam za vaš čas!

Sabina Zupanc

Q1 - Katerega spola ste?

- Moški
- Ženska

Q2 - Vaša starost

- 20-30 let
- 30-40 let
- 40 let ali več

Q3 - Koliko je star vaš otrok?

- 1-3 leta
- 4-6 let
- 6 let ali več

Q4 - Koliko časa povprečno vaš otrok dnevno gleda televizijo?

- Manj kot eno uro

- 1-2 uri
- 2 uri ali več

Q5 - Kdaj najpogosteje otrok gleda televizijo?

- Zjutraj pred vrtcem
- Popoldne
- Zvečer pred spanjem
- Med vikendom

Q6 - Kdo izbira vsebine, ki jih otrok gleda?

- Starši
- Otrok
- Oba skupaj

Q7 - Kakšne vsebine otrok najpogosteje gleda?

- Risanke
- Izobraževalne oddaje
- Filmi
- Drugo

Q8 - Kakšen je vzrok, da otroku prižgete televizijo?

- Krajšanje časa
- Umiritev otroka
- Izobraževalne narave: širitev znanja
- Nagrada

Q9 - Ali opazite spremembe v otrokovi igri po daljšem gledanju televizije?

- Da

- Ne
- Mogoče

Q10 - Kakšne igre se otrok najpogosteje igra po gledanju televizije?

- Gibalne igre (tek, skakanje)
- Domišljjske igre (igre vlog)
- Posnemovalne igre (posnema like iz TV)
- Drugo

Q11 - Ali otrok posnema like iz televizije pri svoji igri?

- Vedno
- Pogosto
- Občasno
- Nikoli

Q12 - Ali otrok raje gleda televizijo kot se igra z vrstniki?

- Da
- Ne

Q13 - Ali gledanje televizije vpliva na otrokovo sposobnost sodelovanja pri igri?

- DA, pozitivno
- DA, negativno
- Ne vpliva

Q14 - Ali menite, da gledanje televizije pozitivno vpliva na otrokov razvoj?

- DA
- NE

Q15 - Ali omejujete čas gledanja televizije za otroka?

DA

NE

Q16 - Kako ocenjujete kakovost vsebine, ki jo otrok gleda?

Zelo dobra

Dobra

Povprečna

Slaba

Q17 - Kako se otrok počuti po dolgem gledanju televizije?

Umirjeno

Zaspano

Razdražljivo

Ni opaznih sprememb

Z veliko energije

Q18 - Kakšna je reakcija otroka, ko televizijo ugasnete?

Q19 - Kako menite, da gledanje televizije dolgoročno vpliva na otrokovo igro in razvoj?

Q20 - Katere ukrepe (če sploh) ste sprejeli za uravnoteženo gledanje televizije in otrokove igre?
