



JAK VNOUČATA I PRARODIČE

propadli chytrým technologiím

V čem jsou si malé děti a jejich prarodiče podobní? Obě skupiny začínají houfně využívat všemožné chytré technologie a ty jim často prospívají. Jaké výhody a naopak nástrahy přináší babičkám a mrňousům svět tabletů a dotykových telefonů?

TEXT ONDŘEJ SLIŠ

Pokud se občas pohybujete kolem malých dětí, určitě jste si všimli, že je některé věci naprosto hypnotizují. Vedle stálíc, jako je dudlík, jde třeba o jakýkoliv displej. Jak se ale kolem dětí stále častěji objevují chytrá zařízení, nabízí se otázka – je to tak v pořádku? Existuje spousta intuitivních odpovědí.

Například ta, že nemůžete nechat dítě nebo vnuče cítit se ostrčeně mezi vrstevníky. Takže mu chytré zařízení koupíte. Možností je i sarkastický postoj komika Louise CK. Ten nad všudypřítomnými telefony a tablety v rukou dětí kroutí hlavou a říká: „Jen proto, že se ostatní rodiče chovají mizerně, nebudu dělat to samé!“

Na celou záležitost ale lze pohlízet i úplně jinak. Totiž ryze vědecky. Michaela Slussareff učí na Univerzitě Karlově nová média a zároveň vychovává dva malé kluky. I proto si dobře uvědomuje, že v jednadvacátém století bude těžší a těžší vyhnout se dovednostem spojeným s počítači. Kupříkladu programování anebo alespoň základům robotiky. Začala proto psát blog SMARTdudlík.cz (brzy se přesune na doménu hrajesichytre.cz), na kterém se věnuje jak rizikům, tak i výhodám, které mohou všechny ty blikající displeje nabízet. Takový pohled přináší spoustu překvapivých ponaučení.

Nesahej na plotnu a na displej

Začít můžeme u těch největších strašáků. Pokud jste někdy zkusili vzít tříletému dítěti tablet, na kterém si právě hrálo, pak víte, co vás čeká. Hysterický záchvat. Nedá se nic dělat, dítě přece nemůže prosedět hodiny před displejem. Na mysl totiž přicházejí obavy z hyperaktivity, ze špatného usínání nebo zpožděného vývoje řeči. Jak je tomu ale doopravdy? Dobrou zprávou je, že přehnaná reakce nemusí nikterak souviset se závislostí. Když vezmete svoji ratolesti libovolnou hračku, na kterou se právě urputně soustředí, reakce bude nejspíš podobně divoká. Stejně tak se zatím žádnému výzkumu nepodařilo říct, že technologie prokazatelně vedou k agresivitě nebo poruchám jako ADHD. Pak jsou tu ale i záležitosti, kdy obrazovka bezpochyby škodí.

Pokud jste někdy dlouho do noci mořili svůj telefon, asi se vám potom nespalo úplně dobře. Špatný spánek v důsledku tzv. modrého světla, které

vyzařují obrazovky moderních technologií, je podrobně prozkoumaný. Výsledky hovoří jasně – kdo chce do růžova vospinkané dítě, měl by mu zakázat všechny displeje alespoň hodinu a půl před odchodem na kutě. V tom se děti a dospělí neliší, takže můžete jít příkladem (ale pozor, nebude to hračka).

V některých ohledech jsou děti zranitelnější než my. Představte si třeba klasické: „Nesahej na plotnu, nebo se spálíš!“ To je překvapivě důležitá poučka. Dospělý člověk totiž okamžitě ucukne. Opravdu malé děti ale tak bleskurychlé reakce nemají a ručku by stáhly až po chvíli. Právě na tento rozdíl je potřeba myslet, když vybíráme, na co se budou dívat. Ať jde o televizi, anebo tablet, vyvíjející se mozek není připravený na příliš rychlé střídání záběrů. Ty proto mohou nadělat pořádnou neplechu. Pokusy na dětech se v této záležitosti samozřejmě provádět nesmějí. Když ale byly rychlým střihům vystaveny krysy, výsledkem bylo zvláštní ztracení pudu sebezáchovy.

Nejlepší učitelé? Rodiče a nuda

Michaela Slussareff nicméně varuje, že hlavní riziko spočívá někde úplně jinde: „Problém není ani tak v technologiích samých, jako spíše v ukrajování času tráveného s rodiči.“ Dobře to lze ukázat na typické situaci. Tatínek (nebo maminka) musí uvařit oběd a dítě je na tu dobu nějak potřeba zabavit. V tu chvíli se nabízí řešení – pustit mu v televizi nebo na tabletu pohádku. „To ale není ideální. Mnohem prospěšnější je, když může zůstat v kuchyni a třeba si kreslit. A to i přesto, že se mu rodič nemůže moc věnovat. Pro děti je totiž

Rodiče tráví s dětmi více času než kdy dříve, jenže je často vyplněn právě hraním si s různými technologiemi.



učení nápodobou nezbytné. Nesmírný vliv má navíc i těch pár slov, které rodič prohodí, když se k němu tu a tam otočí.“

Rodiče v poslední době tráví s dětmi více času než kdy dříve, jenže je často vyplněn právě hraním si s různými technologiemi. To se podnětům od rodičů nemůže rovnat. Je lepší spolu s dítětem listovat knížkou, anebo si hrát na tabletu? Jeden z hlavních důvodů, proč dát přednost knížce, je ten, že knížka vyžaduje více kontaktu. Maminka dítěti ukazuje obrázky, čte a vysvětluje, co se děje v příběhu. Dotykový tablet sice nemusí být o mnoho horší jen proto, že nejde o starý dobrý papír. Horší je, že na něm ono kvalitnější příspěvní maminky vůbec nemusí být potřeba. Přesto mnozí nevěří, že je lepší nechat dítě jen tak lelkovat. Michaela Slussareff upozorňuje na ještě jednu velmi důležitou schopnost, kterou se dítě musí naučit – zvládnout nuda. Vážně není nutné pořád mu vymýšlet nějaký program. Možná, že si sami vzpomenete, jak vás napadlo něco

báječného zrovna ve chvíli, kdy jste to vůbec nečekali. Když jste se třeba dívali z okna v tramvaji. Nemluvě o sprchování. Nuda ale ty nejmladší učí především trpělivosti. Vlastnost, kdy dítě nebude vyvádět ve chvíli, kdy nemá co na práci, nakonec ocení všichni. Používat proto technologie jako takzvaný nástroj na zmlknutí se nevyplácí.

Tak kdo je šikovnější?

Po řadě nepřijemných vlastností technologií je namísto otázky: máme svoje děti k tabletu nebo chytrému telefonu vůbec pouštět? Na začátku jsme si řekli, že bez některých dovedností bude život v jednadvacátém století obtížný a jde hlavně o dovednosti spjaté s počítači. Právě proto se děti ve Finsku učí už na základní škole programovat. Spousta rodičů (ale i učitelů) může namítnout, že děti skvěle ovládají technologie. I úplný preek rychle pochopí, jak zacházet s tabletem – a během chvíli ho může používat sebejistěji než rodič.

Jaké aplikace děti baví a mohou je něco naučit



Aplikace aneb Programy a hry v telefonech, počítačích a tabletech je dobré vybírat třeba jako knížky a hry. Ideální jsou takové, co rozvíjejí fantazii a znalosti dětí a při kterých musejí zapojit vlastní mozek, aby mohly pokračovat ve hře. Ty nejmenší se pomocí aplikací například učí rozeznávat barvy a tvary či základy počtů. Pro starší jsou určené hry, při kterých mohou samy určovat pokračování děje nebo vytvářet příběhy, ještě větší si zkusí příběhy samy nahrávat, sestavovat a stříhat.

Na takovou věc je ale nutno dát si pozor. Děti sice vyrůstají v prostředí, kdy při koukání na televizi řeší domácí úkol na notebooku a ještě si posílají esemesky s kamarádem. Dělat více věcí najednou (takzvaný multitasking) ale neznamená, že u nich stoupá takzvaná digitální gramotnost. Pod tou si můžete představit třeba schopnost rozličně využívat média. A právě tyto dovednosti se příliš nešíří. Mládež sice má telefon neustále po ruce, jenže zapojit tiskárnu, sestříhat video anebo něco naprogramovat, to už často nezvládá. A pokud jde o onu schopnost dělat víc věcí naráz... To také není žádná výhra. Výzkumy totiž ukazují, že v takové chvíli neděláme nic pořádně, a efektivní multitasking vlastně neexistuje.

Jak se programují autíčka
Připravit dítě na nové století nebude tak jednoduché. Nejde ho

nechat jen tak si hrát, ani mu techniku zcela odepírat. Mnohem lepší je být mu nablízku a spolu se bavit, co vidíme na displeji. Jenže – kdo na to má mít vždy čas a chuť? Dítěti ale můžete pomoci i jinak (a nemusíte na to být technický génius).

Jednak je velmi důležitá dohra času stráveného s videi a aplikacemi (tak se říká hrát a programům na chytrých zařízeních).

Učilo se dítě rozeznávat barvy? Pak není nic jednoduššího než si vyjít na procházku a zkoušet rozeznávat barvy na autech nebo květinách. Pochopit, co všechny ty nové nabyté znalosti vlastně znamenají. Neméně důležitý je i samotný výběr aplikací. Jde tu o stejnou situaci jako s knížkami – je skvělé si číst, ale hodně záleží na tom, co si vybereme. Podle jakého klíče si tedy vybíráte, aby byly skutečně přínosné? Zkuste se jednak zaměřit na hry, které rozvíjejí informatické anebo programovací myšlení. To

zní složitě, ale není nutné se strachovat. Třeba ve hře Code Carts se to děti učí s pomocí autíček. Za vyzkoušení stojí i ScratchJr, Codable a řada dalších, zmíněných na blogu SMARTdudlík.

Vedle obsahu her je důležité zamyslet se ještě nad jednou věcí. Když necháte dítě hrát si s klasikou stavebnicí, je v tu chvíli svým způsobem vlastním pánem. Hrad z kostiček je hotový právě v okamžiku, kdy to tak cítí. Takovou logiku je dobré vyhledávat i v aplikacích. Namísto postupu, kdy otrocky plní pokyny, mu nechte volnost jen tak si hrát. Anebo dojdít do cíle vlastní cestou. I levný telefon se mu pak může stát bránou k tomu, aby mohl dovodět třeba s majestátním domkem pro panenky. Pro dítě je důležitější, aby mohlo samo prozkoumávat (anebo například experimentovat s natáčením a střiháním videa), raději než aby jen pasivně přijímal obsah.



Aplikace a senioři

Elektroničtí pomocníci

Připisovat fascinaci technologiemi jen těm nejmladším by nebylo fér. Statistickými zjištěními je, že na internetu je dnes v Česku už každý třetí člověk nad 65 let. Jejich používání technologií je nicméně o trochu jiné, než je tomu u mládeže. Nikdo si nemusí lámat hlavu, jestli je dotyková obrazovka vhodná pro babiččin duševní vývoj. Senioři kromě různých aplikací čile využívají i možnosti internetu a dotykové obrazovky jim mohou v mnohém prospívat.

Nejprve se ale zamysleme nad tím, proč vlastně důchodci technologiím tak propadli. Jedním z důvodů je náramné ulehčování života. A to v naprosto běžných činnostech. Dobrým příkladem je aplikace Můj vlak (nebo aplikace městské dopravy, například v Praze PID info). Ta usnadní cestování po železnici způsobem, s jakým se nemůže sešitka s jízdními řády rovnat. Jen v aplikaci si totiž vyhledáte navazující přestupy přes celou republiku, kolik na ně bude času a číslo konkrétního perónu. Takových elektronických pomocníků, které ocení každý dů-

chodce, je spousta. Lékárny v ČR vám ukáží, kde najít nejbližší apotéku včetně kontaktu a otevírací doby, sRecepty zase přehledně shromažďují šikovné recepty podle národních kuchyní anebo ceny jídla. Aplikací, které nevyžadují technické znalosti a jsou v češtině, je už dnes jako hub po dešti. Pokud máte navíc po ruce vnučko nebo vnučka, která může pomoci s vysvětlením anglického rozhraní, určitě stojí za zkoušku logická hříčka Lumosity. Ukázalo se totiž, že duševní rozcvička může účinně předcházet různým chorobám – a není důvod spoléhat jen na sudoku a křížovky, ačkoliv je v elektronické podobě najdete také.

Digitální návěs

Starší lidé si libují nejen v digitálních hračkách, také se rádi sdružují. Nepřekvapí proto, že si senioři oblíbili i sociální sítě. To jsou služby, ve kterých se vše točí kolem setkávání s příbuznými a starými známými. Jejich kouzlo objevují postupně i čeští důchodci, jsou jich už desetitisíce. Zajímavé je pozorovat, jaké to má dopady. V Anglii a Itálii probíhal experiment, kdy výzkumníci naučili seniory tyto sítě používat. Cílem bylo posléze změřit, co se v jejich životech vlastně změnilo. Že se

důchodci cítili mnohem méně osamoceni, vlastně nepřekvapí. Možnost vidět každý den svoje příbuzné a seznamovat se s novými lidmi dělá svoje. Nečekané bylo zjištění, že se jim oproti seniorům bez sociálních sítí zvýšily i schopnosti řešit různé logické úkoly. V tomto výzkumu ale většina účastníků kritizovala největší sociální síť Facebook. To ale české důchodce až tak trápit nemusí, oblíbenější je u nich jiné médium: e-mailová komunikace.

Před nedávnem vyvolal rozruch výzkum serveru Seznam a Univerzity Palackého v Olomouci. V něm se totiž ukázalo, jak moc zdejší důchodci používají elektronickou poštu. Haló přitom vyvolal obsah těchto zpráv. Zhruba polovina seniorů si v nich přeposílala různá varování. Na tom by nemuselo být nic špatného. Šikovný recept, fotky z výletu anebo konkrétní varování před podvodníky si tu a tam přepošle každý. Normální je bavit se i o politice.

Problém nastává ve chvíli, kdy se ukázalo, že se masivně šíří i zprávy, které mají šokující povahu – ale jde o čisté výplody fantazie, takzvané hoaxy. Šlo například o zprávy „odhalující“ podporu prezidentského kandidáta Drahoše Muslimským bratrstvem, jeho spojení s pedofily nebo lež o automatickém postupu Miloše

Ukazuje se, že do technologií se postupně zamilovávají všichni a věk o tom vlastně moc nerozhoduje.

Zemana do druhého kola voleb. Když potom novináři vypátrali jednoho z autorů takových zpráv a zptali se ho, kde vzal svá bombastická zjištění, jen krčil rameny. Potom se vágně odkázal na internet. To je jako uvést zdroj zprávy povídačky od pani na pavlači.

Proč přitom bereme tak divoké zprávy vážně? Velmi důležité nejspíše bude, že takovou informaci nezískáváme od cizího novináře. Zdánlivě nám ji říká náš známý, který nám zprávu přeposlal. Nejde ale o žádnou seriózní žurnalistiku – člověku se spíš vybaví noviny z 19. století, kdy se zaručeně psalo o setkání s létajícími Měsíčníky. Dnešní dezinformace jsou nicméně rafinovanější. Lež tolik nebije do očí. Platí zde proto stejná poučka jako u jiných nástrah internetu. Informace na něm je potřeba brát s rezervou. Uvědomit si, že na internetu může kdokoliv napsat cokoliv. Že pikantnější zpráva není nutně pravdivější. Používání nových technologií musí zkrátka jít ruku v ruce s obezřetností, s kritickým přemýšlením. Až potom si můžeme naplno užít všechny jejich výhody.

Kmet i mrňous

Ukazuje se tedy, že do technologií se postupně zamilovávají všichni a věk o tom vlastně moc nerozhoduje. Každý je ale používá trochu po svém. To přináší výhody i různé důvody, proč být opatrný. Je třeba mít na paměti, že na internetu koluje spousta poplašných zpráv a tu a tam i podvodníků. Že pro děti není dobré vyhledávat u tabletu příliš často a zcela bez dohledu. S dodržováním docela jednoduchých pravidel se ale technologie můžou snadno proměnit ve velké obohacení života. A nezáleží přitom, jestli jste kmet, anebo mrňous. ■



Co si můžete stáhnout a kde to v telefonu najdete

První podmínkou používání aplikací je připojení na internet. Pak najdete na displeji telefonu či počítače obchod s aplikacemi. U systému Android bývá označen Google play nebo Obchod play, na iPhonech je to Appstore. Tam si zadáte vyhledávání (symbol lupy) a najdete požadované programy. Jízdní řády, informace o lékárnách, Krokoměry, aplikace Zdraví, aplikace Messenger, WhatsApp či Viber, díky kterým můžete bezplatně komunikovat s celým světem, a mnoho dalších jsou zdarma.

Pestrobarevné technologie

Spíš než nicneříkající zobecnění jako technologie je dobrý sluha, ale zlý pán si shrňme konkrétní pravidla. Při správném používání mohou aplikace naučit spoustu užitečných dovedností. Nikam ale nemusíte spěchat. I dvouleté dítě se z telefonu zvládne naučit třeba názvy ovoce. Neobešlo by se ale bez toho (když do dvou a půl let stejně slovíčka jen kopíruje a moc jim nerozumí)? Smysl naopak dává zapnout si s pětiletou dcerkou aplikaci, v tu chvíli se společně bavíte a zároveň učíte informační myšlení. Dětem se nemusíte bát určit jasná pravidla: co může hrát. Jak dlouho denně. Že samo na internet bude moct až starší. A pak je tu asi nejdůležitější ponaučení od Michaely Slussareff – technologie nesmíme vnímat černobíle. Neznamenají totiž ani zničené mozečky, ani samospásné hračky.

