



**YOUTH
AND
MEDIA**

NATIONAL PLATFORM
FOR THE PROMOTION
OF MEDIA SKILLS



สำหรับผู้ปกครอง
ของเด็ก
ระหว่าง 6 และ 13 ปี

**คำแนะนำเกี่ยวกับการใช้
งานสื่อดิจิทัล**

www.youthandmedia.ch



ดีที่ได้ทราบ

สื่อดิจิทัลเป็นสิ่งที่อยู่ทั่วไปในโลกทุกวันนี้ - เช่นกันสำหรับเด็ก พวกเขาจะเรียนรู้ว่าผู้ใหญ่สื่อสารผ่านอินเทอร์เน็ต รับข้อมูลทางออนไลน์ และใช้สื่อดิจิทัลเพื่อความบันเทิงอย่างไร แต่พวกเขาบริโภคเนื้อหาออนไลน์ด้วยตนเองเช่นกัน ไม่ว่าจะเป็นเวลา

ว่างหรือสำหรับที่โรงเรียน ผู้ปกครองถามตัวเองด้วยคำถามมากมายเกี่ยวกับการจัดการกับสื่อ

สิ่งหนึ่งที่แน่นอนคือ: เพื่อให้เด็กเรียนรู้วิธีใช้สื่อดิจิทัลอย่างปลอดภัย และมีความรับผิดชอบพวกเขาต้องการการกำกับดูแลและการสนับสนุน - เช่นเดียวกันกับโอกาสที่จะได้รับประสบการณ์และลองใช้ประสบการณ์เหล่านั้นในสภาพแวดล้อมที่ได้รับการป้องกันด้วยตัวเอง เด็กแต่ละคนแตกต่างกัน การพัฒนาของพวกเขาแตกต่างกัน ดังนั้นกฎและข้อจำกัดที่ขึ้นอยู่กับอายุเท่านั้นมักจะ ไม่สมฤทธิ์ผล อย่างไรก็ตามยังมีข้อจำกัดที่ผู้ปกครองและผู้ดูแลสามารถใช้ในการปรับตัวให้เข้ากับชีวิตประจำวันได้

ด้วยคำแนะนำของเรา เราขอแนะนำให้คุณถามคำถามเกี่ยวกับการใช้สื่อเชิงบวกและสร้างสรรค์ สืบหาเนื้อหาด้วยกันกับเด็ก ๆ ตกลงกฎระเบียบด้วยกัน และออกแบบวิธีการใช้สื่อดิจิทัลอย่างมีสติ





คำแนะนำ

ให้ใส่ใจต่อการสร้างสมดุลของเวลาว่างที่มี

คอยระมัดระวังว่าเยาวชนไม่เพียงแต่ต้องรับมือกับสื่อดิจิทัลเท่านั้น แต่ยังควรมีส่วนร่วมในกิจกรรมสันทนาการอื่น ๆ ด้วย เช่น การออกกำลังกายกลางแจ้ง การเล่นเกม หรือการพบปะกับเพื่อนฝูง การใช้หน้าจอก่อนนอนทำให้อ่อนหลับยาก

กำหนดระยะเวลาในการดูหน้าจอร่วมกันให้ชัดเจน

หากเป็นไปได้ให้ทำงานกับเด็ก ๆ เพื่อกำหนดเวลาที่พวกเขาสามารถใช้หน้าจอได้ต่อวันหรือต่อสัปดาห์ (ตัวอย่างเช่น ซีรีส์หนึ่งตอนหรือเกมหนึ่งตา) กำหนดขอบเขตที่ชัดเจนและตรวจสอบว่าถูกปฏิบัติตาม จะต้องทราบผลที่เกิดจากการไม่ปฏิบัติตามข้อตกลงตั้งแต่เริ่มต้น

ช่วยเหลือดูแลเด็กในการใช้งานอินเทอร์เน็ต

อินเทอร์เน็ตนำเสนอโอกาสและความเสี่ยง ช่วยเด็ก ๆ ในการปรับตัวในโลกอินเทอร์เน็ต คอยกำกับดูแลพวกเขา และพูดคุยกับพวกเขาเกี่ยวกับประสบการณ์ของพวกเขา

โปรดใส่ใจในการเป็นตัวอย่างให้แก่เด็ก

ผู้ปกครองและผู้ดูแลอื่น ๆ เป็นแบบอย่างที่ดีสำหรับเด็กในการใช้งานสื่อ ดังนั้นให้ตรวจสอบนิสัยการใช้สื่อของตนเอง

โปรดใส่ใจการจัดอันดับตามอายุ

พึงระวังการจัดอันดับอายุสำหรับภาพยนตร์ (FSK ฯลฯ) และเกม (PEGI, USK ฯลฯ) และพิจารณาด้วยว่าเนื้อหานั้นเหมาะสมสำหรับเด็กหรือไม่

สื่อไม่ได้ทำหน้าที่ในการดูแลเด็ก

ไม่ควรใช้สื่อดิจิทัลในการทำให้เด็กสงบหรือในการดึงดูดความสนใจ การกระทำดังกล่าวทำให้เด็กสงบลงทางร่างกายเท่านั้น ในขณะที่เนื้อหาสื่อจะต้องถูกประมวลผลทางจิตใจอยู่ หากเป็นไปได้ ให้เด็ก ๆ มีส่วนร่วมในงานประจำวัน

การพูดคุยอย่างเปิดใจสำคัญกว่าซอฟต์แวร์กรองเนื้อหา

พูดคุยกับเด็กเกี่ยวกับเนื้อหาในลักษณะที่เหมาะสมกับวัย วางทีวี คอมพิวเตอร์/แล็ปท็อป และแท็บเล็ตในห้องเด็กให้น้อยที่สุด ซอฟต์แวร์ตัวกรองมีประโยชน์ แต่ไม่รับประกันการป้องกันที่สมบูรณ์

โปรดระมัดระวังข้อมูลส่วนตัวและคนรู้จักทางออนไลน์

พูดคุยกับเด็กเกี่ยวกับการแบ่งปันข้อมูลส่วนบุคคลและรูปภาพของตัวเองและคนอื่น ๆ อาจเป็นปัญหาได้ เด็ก ๆ ไม่ควรเปิดเผยข้อมูลส่วนบุคคล โดยไม่ได้ปรึกษาเรื่องนี้กับคุณก่อน ในการพบปะกับคนรู้จักทางออนไลน์ ควรมีการกำกับดูแลจากผู้ใหญ่

โปรดระมัดระวังการใช้งานรูปภาพที่ถูกต้องตามกฎหมาย

คนทุกคนมีสิทธิในรูปภาพของตัวเอง ก่อนที่จะโพสต์หรือส่งภาพถ่าย และ

วิดีโอควรได้รับความยินยอมจากบุคคลที่ปรากฏในภาพถ่ายและวิดีโอดังกล่าว

กฎการใช้งานซึ่งแสดงความเคารพยังมีผลทางออนไลน์เช่นกัน ส่งเสริมให้เด็กประพฤติตนอย่างสุภาพให้เกียรติผู้อื่นเมื่อส่งความคิดเห็นและข้อความ หากเด็กรู้สึกว่าคุณโจมตีทางออนไลน์ควรดำเนินการอย่างจริงจัง ในกรณีของการกลั่นแกล้งทางอินเทอร์เน็ต (Cybermobbing) คำพูดเชิงเกลียดชัง และการเลือกปฏิบัติอาจจำเป็นต้องขอความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ

สนับสนุนการคิดเชิงวิพากษ์

พูดคุยกับเด็กเกี่ยวกับข่าวปลอม («Fake News») และวิธีการรับรู้ อธิบายเด็กว่าโฆษณาทำงานอย่างไร เช่น โฆษณาในเกมหรือการจัดวางสินค้าในวิดีโอต่าง ๆ

กระตุ้นการใช้สื่อในเชิงบวกและสร้างสรรค์

ส่งเสริมการใช้ภาพถ่ายดิจิทัล วิดีโอ และเพลงอย่างสร้างสรรค์ มีเกมและวิดีโอที่ตีความมาทำให้ประสบการณ์ความบันเทิงที่สนุกสนาน นอกจากนี้อินเทอร์เน็ตยังมีเนื้อหาการเรียนรู้และสื่อการสอนให้เลือกมากมาย



ข้อมูลเพิ่มเติม

เยาวชนและสื่อเป็นแพลตฟอร์มระดับชาติสำหรับการส่งเสริมทักษะด้านสื่อ เราต้องการให้เด็กและเยาวชนใช้สื่อดิจิทัลอย่างปลอดภัยและมีความรับผิดชอบ ดังนั้นเราจึงนำเสนอข้อมูล เคล็ดลับ และคำแนะนำสำหรับผู้ปกครองและผู้ดูแลตลอดจนครูและผู้เชี่ยวชาญ:
www.youthandmedia.ch

แผ่นพับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อผู้ปกครอง ผู้ดูแล และผู้ที่เกี่ยวข้องกับเยาวชนที่มีอายุระหว่าง 6 และ 13 ปี (อายุระดับประถมศึกษา) **มีแผ่นพับอีกสองแผ่น** แผ่นหนึ่งมีคำแนะนำสำหรับกลุ่มอายุถึง 7 ปี (อายุระดับประถมศึกษา) และอีกแผ่นหนึ่งสำหรับผู้ปกครองและผู้ดูแลของกลุ่มเยาวชน (12 ถึง 18 ปี) **แผ่นพับทั้งหมดมีให้บริการใน 16 ภาษา** คุณสามารถสั่งหรือดาวน์โหลดแผ่นพับนี้โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายได้ในเว็บไซต์ของเรา

ในเว็บไซต์ของเราคุณจะพบข้อมูลลิงก์และคำอธิบายเพิ่มเติมสำหรับคำแนะนำทั้งหมด:
www.youthandmedia.ch/recommendations



จัดพิมพ์โดย

เยาวชนและสื่อ

แพลตฟอร์มระดับชาติสำหรับการส่งเสริมทักษะด้านสื่อ
สำนักงานประกันสังคมแห่งชาติ

และ

มหาวิทยาลัยวิทยาศาสตร์ประยุกต์ ZHAW ซูริก

ภาควิชาจิตวิทยาประยุกต์

สาขาวิชาจิตวิทยาสื่อ

หัวหน้าสาขาวิชา: ศ.ดร. Daniel Süss, MSc Gregor Waller

รูปภาพ: Pia Neuenschwander, photopia.ch

การสั่งซื้อ (ฟรี):

BBL, Verkauf Bundespublikationen, CH-3003 Bern

www.bundespublikationen.admin.ch

หมายเลขการสั่งซื้อ: 06.20 1000 318.862.tha

Thai

©2020 เยาวชนและสื่อ, แพลตฟอร์มระดับชาติสำหรับการ
ส่งเสริมทักษะด้านสื่อ, สำนักงานประกันสังคมแห่งชาติ/มหาวิทยาลัย
วิทยาศาสตร์ประยุกต์ ZHAW ซูริก

Zurich University
of Applied Sciences

**zh
aw**

**School of Applied
Psychology**

Psychological Institute



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Federal Department of Home Affairs FDHA
Federal Social Insurance Office FSIO