

MOJ DNEVNIK KORIŠTENJA MEDIJA

Projekt „Digitalna tehnologija u obitelji: obrasci ponašanja i učinci na razvoj djece“ financiraju Hrvatska zaklada za znanost i Hrvatsko katoličko sveučilište

Kontakt: decide@unicath.hr



Predgovor

„Moj dnevnik korištenja medija“ osmislili su članovi istraživačke grupe projekta „Digitalna tehnologija u obitelji: obrasci ponašanja i učinci na razvoj djece“ (šifra projekta UIP-2019-04-7547, financiran od Hrvatske zaklade za znanost i Hrvatskog katoličkog sveučilišta, voditeljica projekta: izv. prof. dr. sc. Marina Merkaš). Dnevnik medija dio je istraživačkog materijala studije S1 provedene u okviru projekta, koja je za cilj imala ispitati navike, motivaciju i okolnosti korištenja uređaja digitalne tehnologije u djece i roditelja. Studija S1 trajala je od veljače do svibnja 2021. godine. Dnevnik medija u tiskanom obliku u okviru studije ispunilo je 60 djece predškolske i školske dobi, a na temelju podataka dnevnika medija napisano je i javnosti prezentirano nekoliko znanstvenih radova.

„Moj dnevnika korištenja medija“ je istraživački materijal i primarna svrha mu je prikupiti podatke o dječjem svakodnevnom korištenju uređaja digitalne tehnologije (npr. pametni telefon, računalo, tablet) kroz tjedan dana. Drugim riječima, putem dnevnika medija moguće je dobiti obrazac dječjeg dnevnog i tjednog korištenja uređaja. Sukladno tome, u dnevniku se djecu pita da zabilježe vrijeme korištenja uređaja, tip korištenog uređaja, aktivnosti na uređaju, razloge korištenja uređaja, mjesto korištenja uređaja i prisutnost drugih osoba tijekom korištenja. U dnevniku medija nalaze se i ilustracije robota koje djeci mogu pomoći u iskazivanju i praćenju njihovog dnevnog raspoloženja.

Dnevnik je prvenstveno namijenjen djeci školske dobi, odnosno djeci starijoj od 7 godina. Djeca samostalno (starija od 9 godina) ili uz pomoć roditelja mogu zapisivati i bilježiti svoje korištenje uređaja u dnevnik. Moguće je koristiti dnevnik medija i s djecom mlađe životne dobi, no onda se od roditelja očekuje da u dnevnik zapisuju dječje aktivnosti na uređajima.

Podatci iz dnevnika medija mogu, među ostalim, dati uvid u to u koje vrijeme tijekom dana (npr. prijepodne ili poslijepodne) i koje dane u tjednu (npr. radni dani ili vikend) te koliko vremensko razdoblje djeca koriste različite uređaje. Nadalje, na temelju dnevnika možete dobiti podatke o najčešće korištenim uređajima u djece (npr. tablet, pametni telefon), najčešćim aktivnostima koje djeca rade na uređajima (npr. gledanje serija, igranje igrica) i njihovim razlozima za te aktivnosti (npr. dosada, zabava). Podatci vam mogu pokazati i gdje se djeca najčešće nalaze kad koriste uređaje (npr. soba, dnevni boravak) te jesu li sama ili u društvu drugih osoba.

Na temelju dobrih iskustava primjene dnevnika medija u našoj studiji u okviru projekta, odlučili smo ovu verziju dnevnika medija javno podijeliti s djecom i roditeljima. Rezultati pokazuju da smo skloni podcijeniti ili precijeniti neka naša ponašanja u vezi korištenja uređaja. Stoga, naš motiv javne objave dnevnika je dati djeci i roditeljima alat kojim će moći dobiti objektivniji uvid u dnevne i tjedne navike i okolnosti dječjeg korištenja uređaja. U skladu s time, svoj djeci i roditeljima dajemo besplatno na preuzimanje i korištenje ovu verziju našeg dnevnika medija u svrhu privatnog praćenja dječjeg korištenja uređaja.

Vjerujemo da će roditeljima ova dječja aktivnost dati dobar i objektivan uvid u različite aspekte dječjeg korištenja uređaja, a što može poslužiti u svrhu lakšeg praćenja i upravljanja dječjim korištenjem uređaja i dogovora oko pravila korištenja uređaja s djecom. S druge strane,

nadamo se da će djeci biti korisno i zabavno bilježiti neka svoja ponašanja na uređajima i da će im ta aktivnost isto tako dati uvid u vlastito ponašanje. Savjetujemo da kad djeca ispune dnevnik medija zajedno s roditeljima prouče svoje odgovore i pokušaju prepoznati svoje navike ponašanja kad je u pitanju korištenje digitalnih uređaja. To je ujedno prvi korak u prepoznavanju potencijalnih problema vezanih uz prekomjerno i neprimjereno korištenje digitalnih uređaja.

„Moj dnevnik korištenja medija“ nema svrhu dijagnostičkog instrumenta te još uvijek nije u potpunosti završena validacija ovog istraživačkog materijala. Članovi istraživačke grupe rade na daljnjem razvoju dnevnika medija. Stoga, ova verzija nije u slobodnoj domeni korištenja u znanstveno-istraživačke svrhe. Ukoliko postoji namjera korištenja dnevnika u znanstveno-istraživačke i/ili dijagnostičke svrhe, molimo Vas da prvo o toj namjeri obavijestite i kontaktirate članove istraživačke grupe elektroničkom poštom (decide@unicath.hr).

Istraživačka grupa projekta D.E.C.I.D.E.

Članovi istraživačke grupe koji su pripremili dnevnik:

dr. sc. Marina Merkaš, voditeljica

dr. sc. Marina Kotrla Topić

dr. sc. Vanesa Varga

Ana Žulec

Katarina Perić

Sara Jelovčić

Luka Štefanić

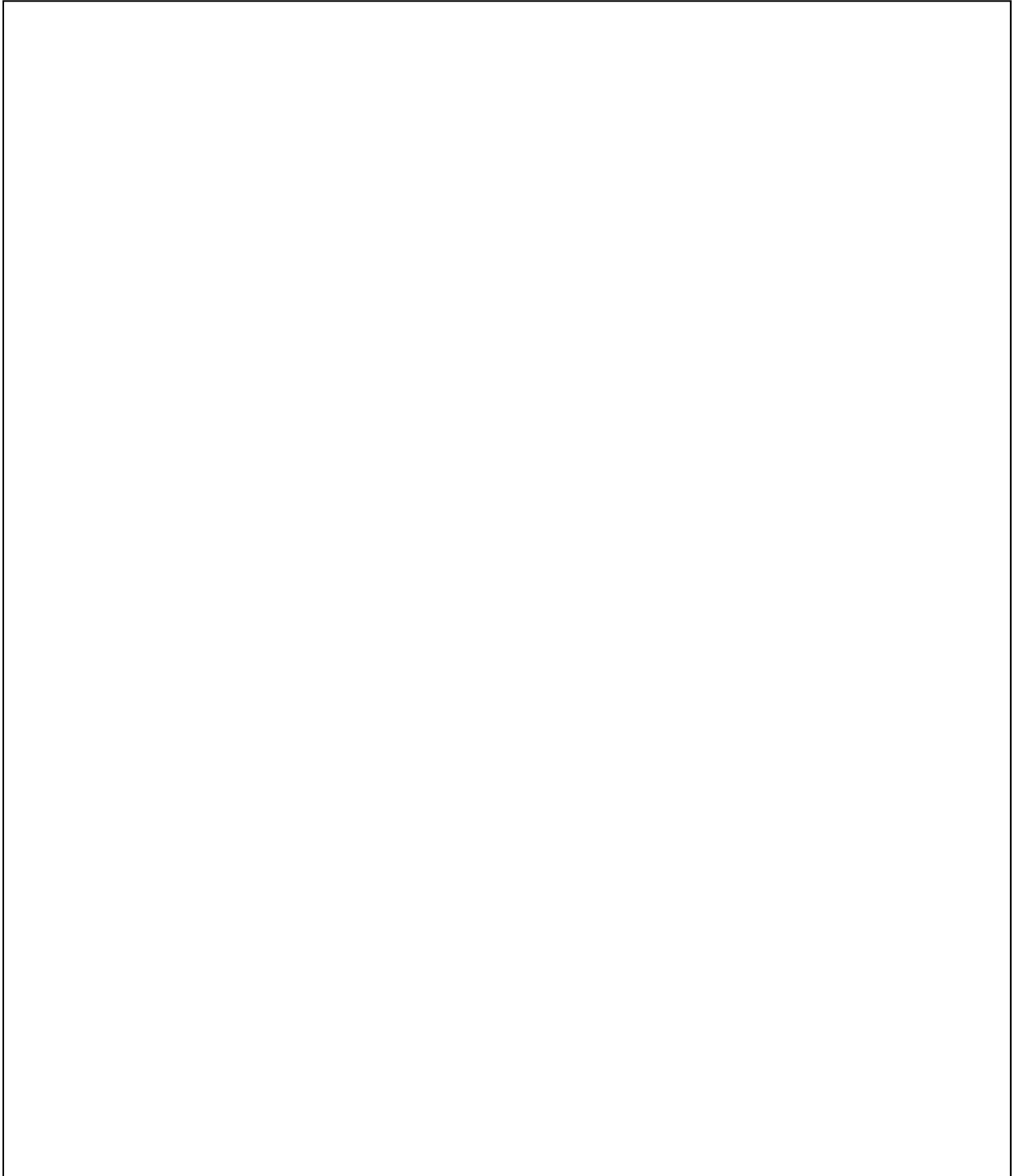
U Zagrebu, siječanj 2021.

Kratke upute za djecu i roditelje

- Dnevnik medija je izrađen kako bi djeca samostalno ili uz pomoć roditelja bilježila svoje aktivnosti na digitalnim uređajima (npr. pametni telefon, tablet, računalo i dr.). U dnevnik medija mogu upisivati koje su digitalne uređaje koristili u određenom dijelu dana, što su na njima radili (npr. učili, igrali se, tražili informacije, pisali zadaću i dr.), zašto su radili određenu aktivnost na uređaju (npr. iz dosade, kako bi se zabavili, kako bi učili i dr.), gdje su se nalazili dok su koristili uređaj (npr. dnevnoj sobi, kuhinji, svojoj sobi i dr.) te tko je bio s njima dok su koristili uređaj (npr. sestra, baka, tata i dr.).
- Dnevnik medija popunjava se za svaki dan tijekom jednog tjedna. Savjetujemo da ga popunjavate tijekom dana ili navečer. Djeca starija od 9 godina mogu dnevnik popunjavati sama, a za djecu mlađu od 9 godina dnevnik mogu popunjavati roditelji ili dijete uz pomoć roditelja.
- Dnevnik medija se sastoji od tri lista za svaki dan u tjednu. Upiši datum ispod svakog dana u tjednu. U prazne kućice upiši što si od uređaja koristio/la prema razdobljima iz tablice. Primjerice; pametni telefon, tablet, računalo i tako dalje. Ako si neki uređaj koristio/la dulje od pola sata onda u kućicu ispod upiši isti tekst ili upiši znak ponavljanja (-II-). U sljedeću kućicu upiši što si radio/la na tom uređaju (npr. igrao/la igrice, razgovarao/la s bakom, gledao/la crtiće), zatim zašto si to radio/la (npr. kako bi se zabavio/la, kako bi izvršio/la zadatak), gdje si se nalazio/la dok si ga koristio/la (npr. u svojoj sobi, u kuhinji) te na kraju tko je bio s tobom (npr. nitko, sestra, mama).
- Na trećem listu, na kraju svakog dana nalaze se i crteži robota. Zaokruži jednog ili više koji najbolje opisuju kako si se osjećao/la tijekom tog dana.

Moj najdraži digitalni uređaj

Nacrtaj nam svoj najdraži uređaj i/ili što na njemu najviše voliš raditi.

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for drawing or sketching a favorite digital device and activities.

PONEDJELJAK

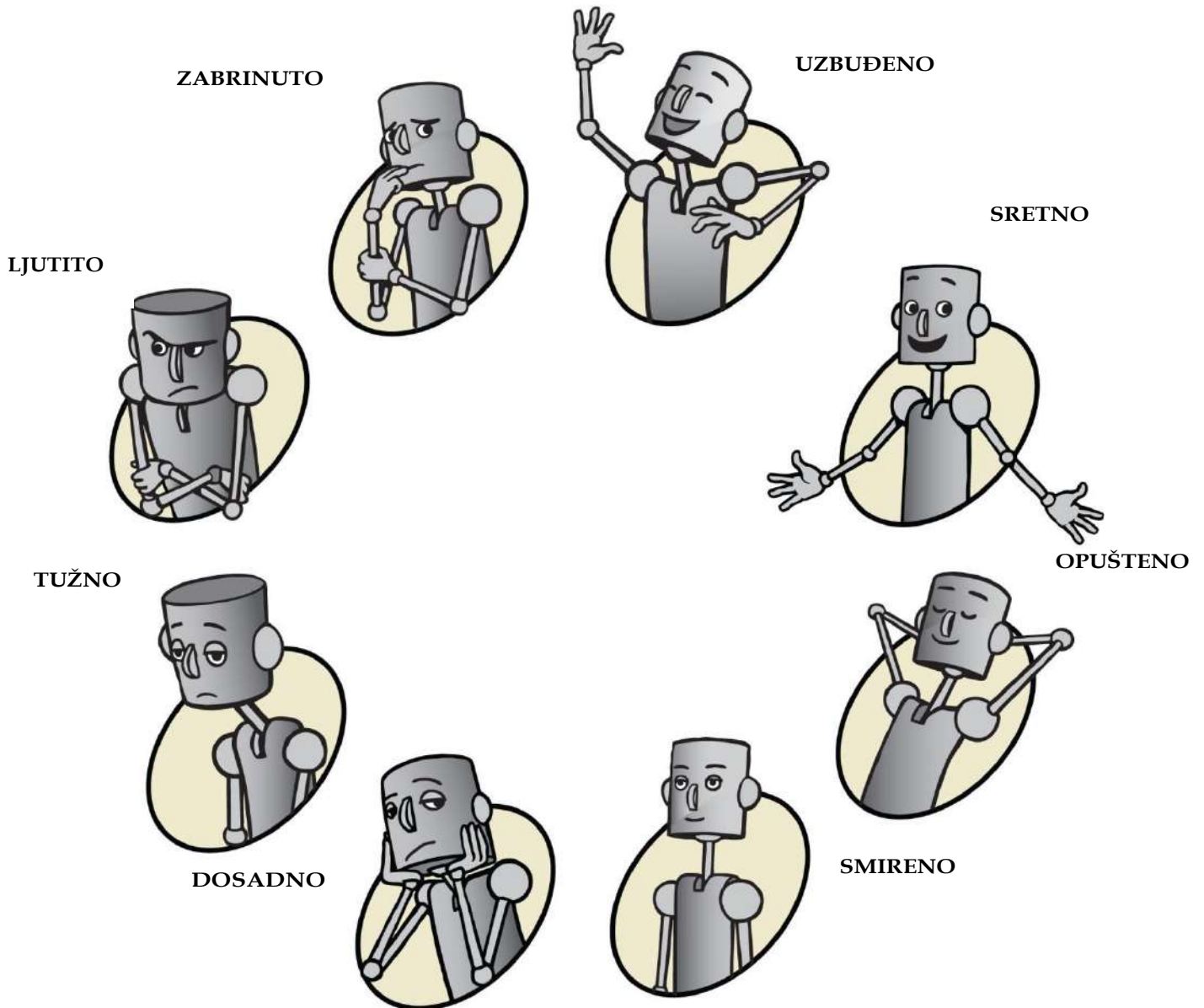
DATUM:

VRIJEME	KOJE SAM UREĐAJE KORISTIO/LA?	ŠTO SAM RADIO/LA?	ZAŠTO SAM TO RADIO/LA?	GDJE SAM SE NALAZIO/LA?	TKO JE BIO SA MNOM?
	mobitel, TV...	igra, učenje...	zabava, odmor...	u dnevnoj sobi, u svojoj sobi...	mama, baka, sestra...
6.00 - 6.30					
6.30 - 7.00					
7.00 - 7.30					
7.30 - 8.00					
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00					
9.00 - 9.30					
9.30 - 10.00					
10.00 - 10.30					
10.30 - 11.00					
11.00 - 11.30					
11.30 - 12.00					
12.00 - 12.30					
12.30 - 13.00					
13.00 - 13.30					
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30					
14.30 - 15.00					

	KOJE SAM UREĐAJE KORISTIO/LA?	ŠTO SAM RADIO/LA?	ZAŠTO SAM TO RADIO/LA?	GDJE SAM SE NALAZIO/LA?	TKO JE BIO SA MNOM?
15.00 - 15.30					
15.30 - 16.00					
16.00 - 16.30					
16.30 - 17.00					
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					
22.00 - 22.30					
22.30 - 23.00					
23.00 - 23.30					
23.30 - 00.00					
00.00 - 06.00					
<p>„Digitalna tehnologija u obitelji: obrasci ponašanja i učinci na razvoj djece“ Kontakt: decide@unicath.hr</p>					

PONEDJELJAK

Zaokruži jednog ili više robota koji nabolje prikazuju kako si se osjećao/la tijekom dana.



UTORAK

DATUM:

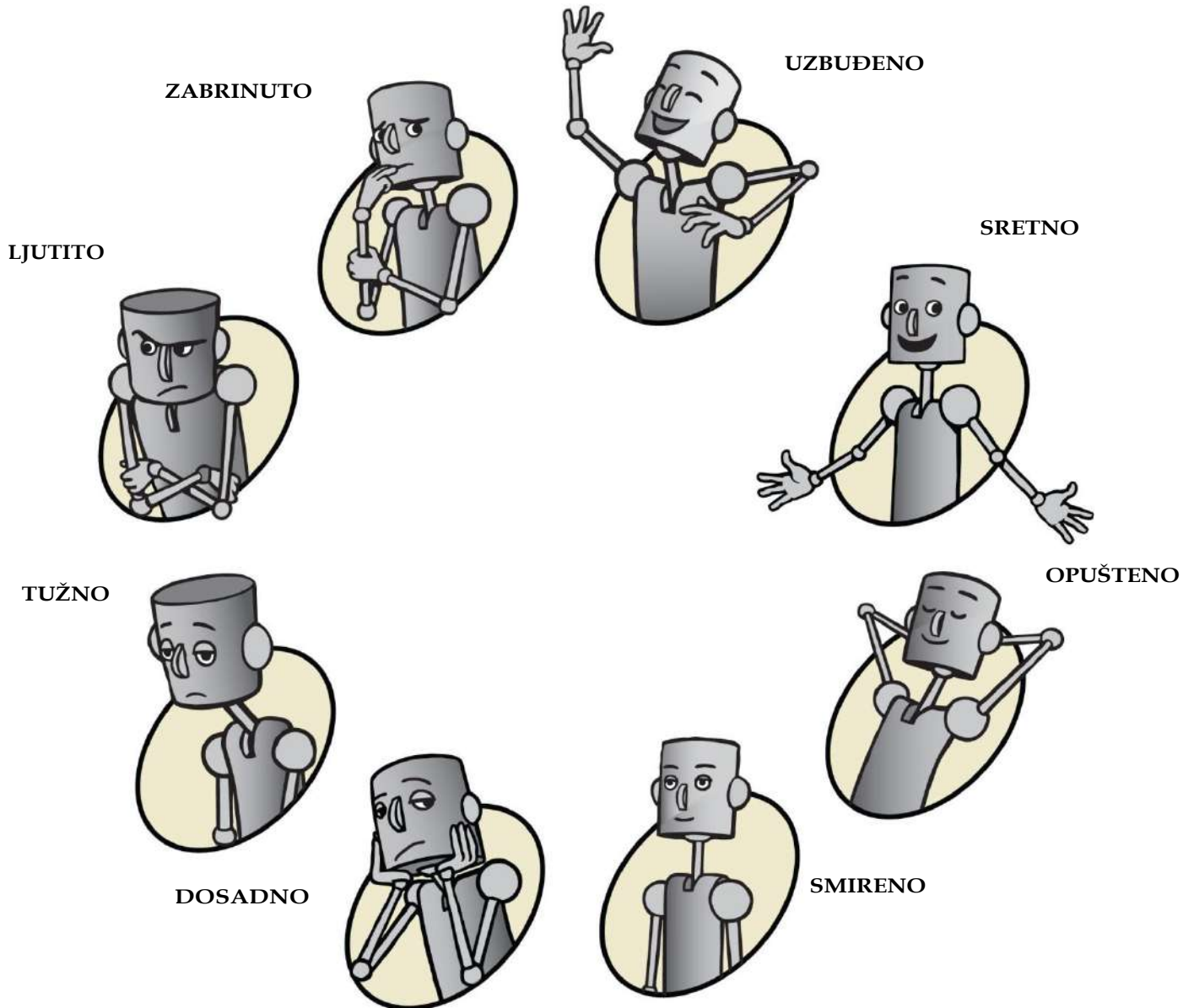
VRIJEME	KOJE SAM UREĐAJE KORISTIO/LA?	ŠTO SAM RADIO/LA?	ZAŠTO SAM TO RADIO/LA?	GDJE SAM SE NALAZIO/LA?	TKO JE BIO SA MNOM?
	mobitel, TV...	igra, učenje...	zabava, odmor...	u dnevnoj sobi, u svojoj sobi...	mama, baka, sestra...
6.00 - 6.30					
6.30 - 7.00					
7.00 - 7.30					
7.30 - 8.00					
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00					
9.00 - 9.30					
9.30 - 10.00					
10.00 - 10.30					
10.30 - 11.00					
11.00 - 11.30					
11.30 - 12.00					
12.00 - 12.30					
12.30 - 13.00					
13.00 - 13.30					
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30					
14.30 - 15.00					

	KOJE SAM UREĐAJE KORISTIO/LA?	ŠTO SAM RADIO/LA?	ZAŠTO SAM TO RADIO/LA?	GDJE SAM SE NALAZIO/LA?	TKO JE BIO SA MNOM?
15.00 - 15.30					
15.30 - 16.00					
16.00 - 16.30					
16.30 - 17.00					
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					
22.00 - 22.30					
22.30 - 23.00					
23.00 - 23.30					
23.30 - 00.00					
00.00 - 06.00					

„Digitalna tehnologija u obitelji: obrasci ponašanja i učinci na razvoj djece“
 Kontakt: decide@unicath.hr

UTORAK

Zaokruži jednog ili više robota koji najbolje prikazuju kako si se osjećao/la tijekom dana.



SRIJEDA

DATUM:

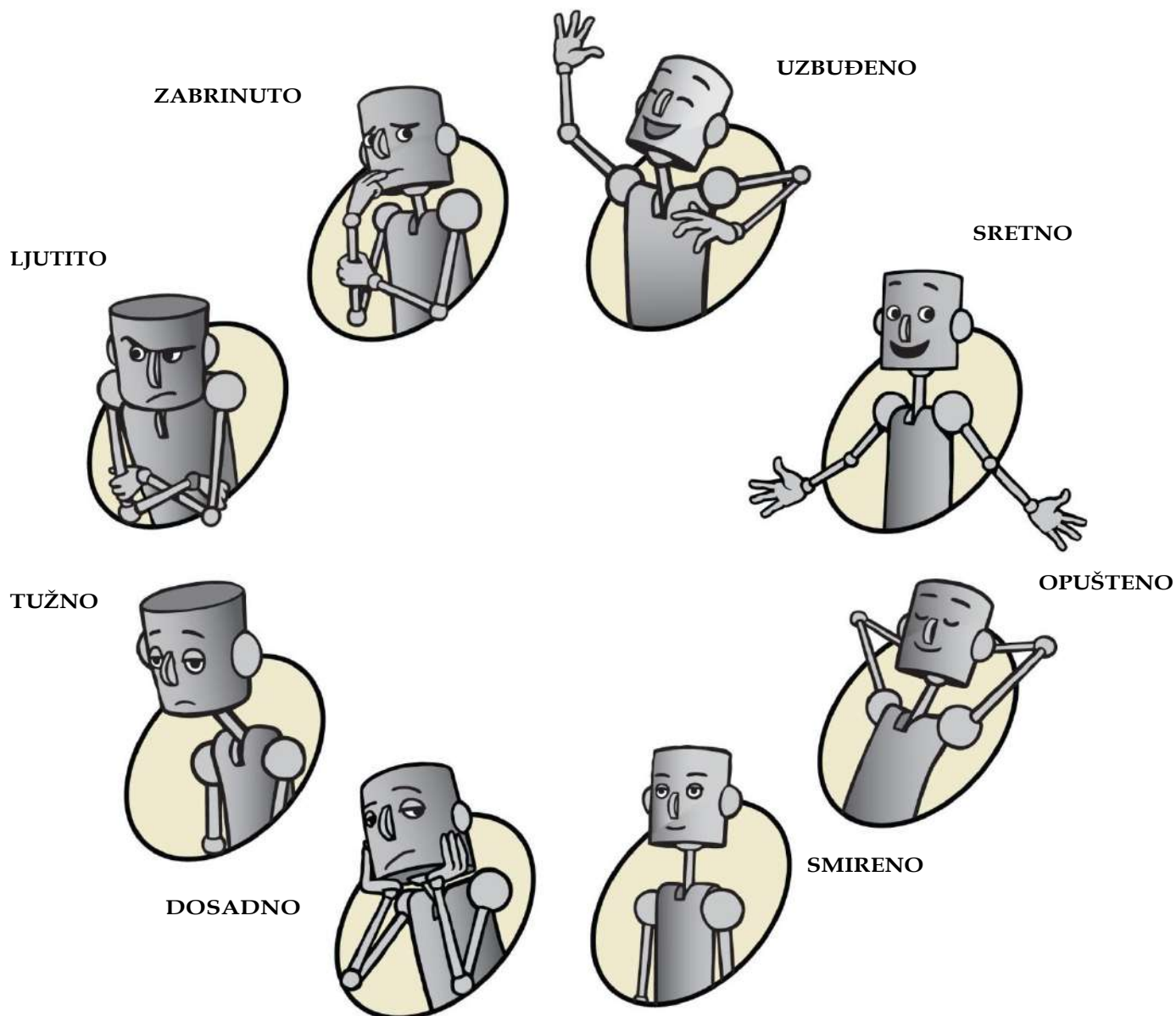
VRIJEME	KOJE SAM UREĐAJE KORISTIO/LA?	ŠTO SAM RADIO/LA?	ZAŠTO SAM TO RADIO/LA?	GDJE SAM SE NALAZIO/LA?	TKO JE BIO SA MNOM?
	mobitel, TV...	igra, učenje...	zabava, odmor...	u dnevnoj sobi, u svojoj sobi...	mama, baka, sestra...
6.00 - 6.30					
6.30 - 7.00					
7.00 - 7.30					
7.30 - 8.00					
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00					
9.00 - 9.30					
9.30 - 10.00					
10.00 - 10.30					
10.30 - 11.00					
11.00 - 11.30					
11.30 - 12.00					
12.00 - 12.30					
12.30 - 13.00					
13.00 - 13.30					
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30					
14.30 - 15.00					

	KOJE SAM UREĐAJE KORISTIO/LA?	ŠTO SAM RADIO/LA?	ZAŠTO SAM TO RADIO/LA?	GDJE SAM SE NALAZIO/LA?	TKO JE BIO SA MNOM?
15.00 - 15.30					
15.30 - 16.00					
16.00 - 16.30					
16.30 - 17.00					
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					
22.00 - 22.30					
22.30 - 23.00					
23.00 - 23.30					
23.30 - 00.00					
00.00 - 06.00					

„Digitalna tehnologija u obitelji: obrasci ponašanja i učinci na razvoj djece“
 Kontakt: decide@unicath.hr

SRIJEDA

Zaokruži jednog ili više robota koji nabolje prikazuju kako si se osjećao/la tijekom dana.



ČETVRTAK

DATUM:

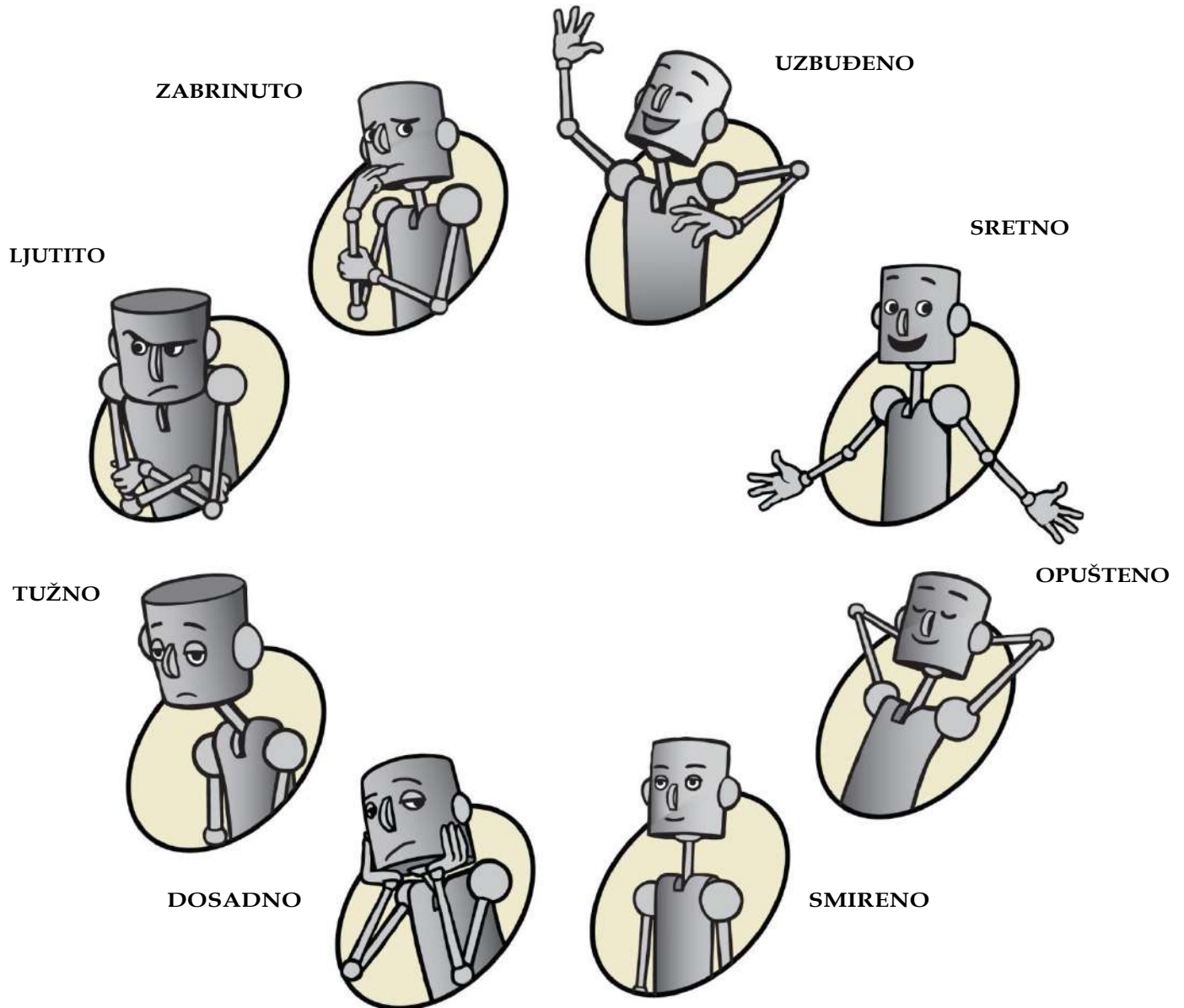
VRIJEME	KOJE SAM UREĐAJE KORISTIO/LA?	ŠTO SAM RADIO/LA?	ZAŠTO SAM TO RADIO/LA?	GDJE SAM SE NALAZIO/LA?	TKO JE BIO SA MNOM?
	mobitel, TV...	igra, učenje...	zabava, odmor...	u dnevnoj sobi, u svojoj sobi...	mama, baka, sestra...
6.00 - 6.30					
6.30 - 7.00					
7.00 - 7.30					
7.30 - 8.00					
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00					
9.00 - 9.30					
9.30 - 10.00					
10.00 - 10.30					
10.30 - 11.00					
11.00 - 11.30					
11.30 - 12.00					
12.00 - 12.30					
12.30 - 13.00					
13.00 - 13.30					
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30					
14.30 - 15.00					

	KOJE SAM UREĐAJE KORISTIO/LA?	ŠTO SAM RADIO/LA?	ZAŠTO SAM TO RADIO/LA?	GDJE SAM SE NALAZIO/LA?	TKO JE BIO SA MNOM?
15.00 - 15.30					
15.30 - 16.00					
16.00 - 16.30					
16.30 - 17.00					
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					
22.00 - 22.30					
22.30 - 23.00					
23.00 - 23.30					
23.30 - 00.00					
00.00 - 06.00					

„Digitalna tehnologija u obitelji: obrasci ponašanja i učinci na razvoj djece“
 Kontakt: decide@unicath.hr

ČETVRTAK

Zaokruži jednog ili više robota koji nabolje prikazuju kako si se osjećao/la tijekom dana.



PETAK

DATUM:

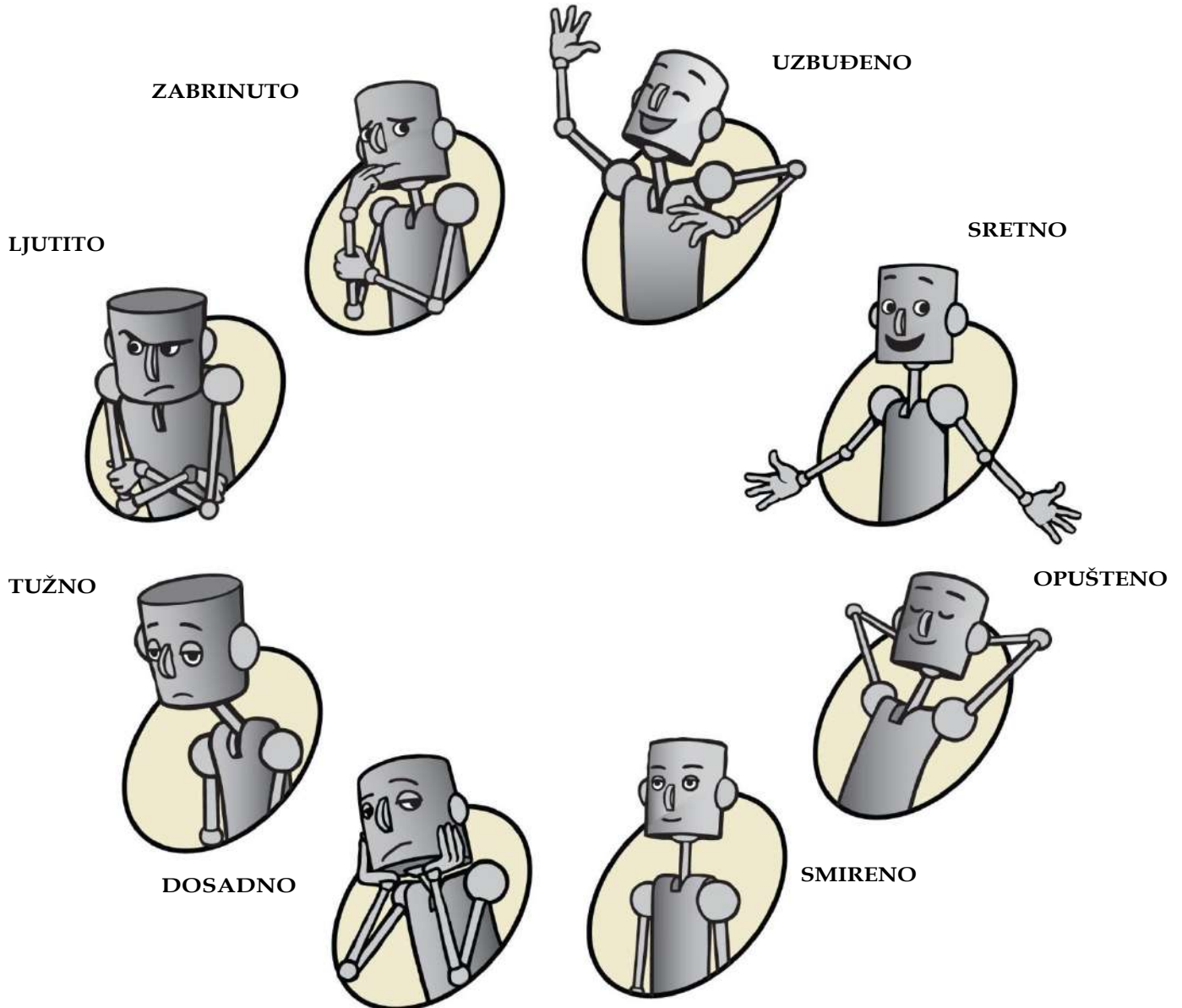
VRIJEME	KOJE SAM UREĐAJE KORISTIO/LA?	ŠTO SAM RADIO/LA?	ZAŠTO SAM TO RADIO/LA?	GDJE SAM SE NALAZIO/LA?	TKO JE BIO SA MNOM?
	mobitel, TV...	igra, učenje...	zabava, odmor...	u dnevnoj sobi, u svojoj sobi...	mama, baka, sestra...
6.00 - 6.30					
6.30 - 7.00					
7.00 - 7.30					
7.30 - 8.00					
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00					
9.00 - 9.30					
9.30 - 10.00					
10.00 - 10.30					
10.30 - 11.00					
11.00 - 11.30					
11.30 - 12.00					
12.00 - 12.30					
12.30 - 13.00					
13.00 - 13.30					
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30					
14.30 - 15.00					

	KOJE SAM UREĐAJE KORISTIO/LA?	ŠTO SAM RADIO/LA?	ZAŠTO SAM TO RADIO/LA?	GDJE SAM SE NALAZIO/LA?	TKO JE BIO SA MNOM?
15.00 - 15.30					
15.30 - 16.00					
16.00 - 16.30					
16.30 - 17.00					
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					
22.00 - 22.30					
22.30 - 23.00					
23.00 - 23.30					
23.30 - 00.00					
00.00 - 06.00					

„Digitalna tehnologija u obitelji: obrasci ponašanja i učinci na razvoj djece“
 Kontakt: decide@unicath.hr

PETAK

Zaokruži jednog ili više robota koji nabolje prikazuju kako si se osjećao/la tijekom dana.



SUBOTA

DATUM:

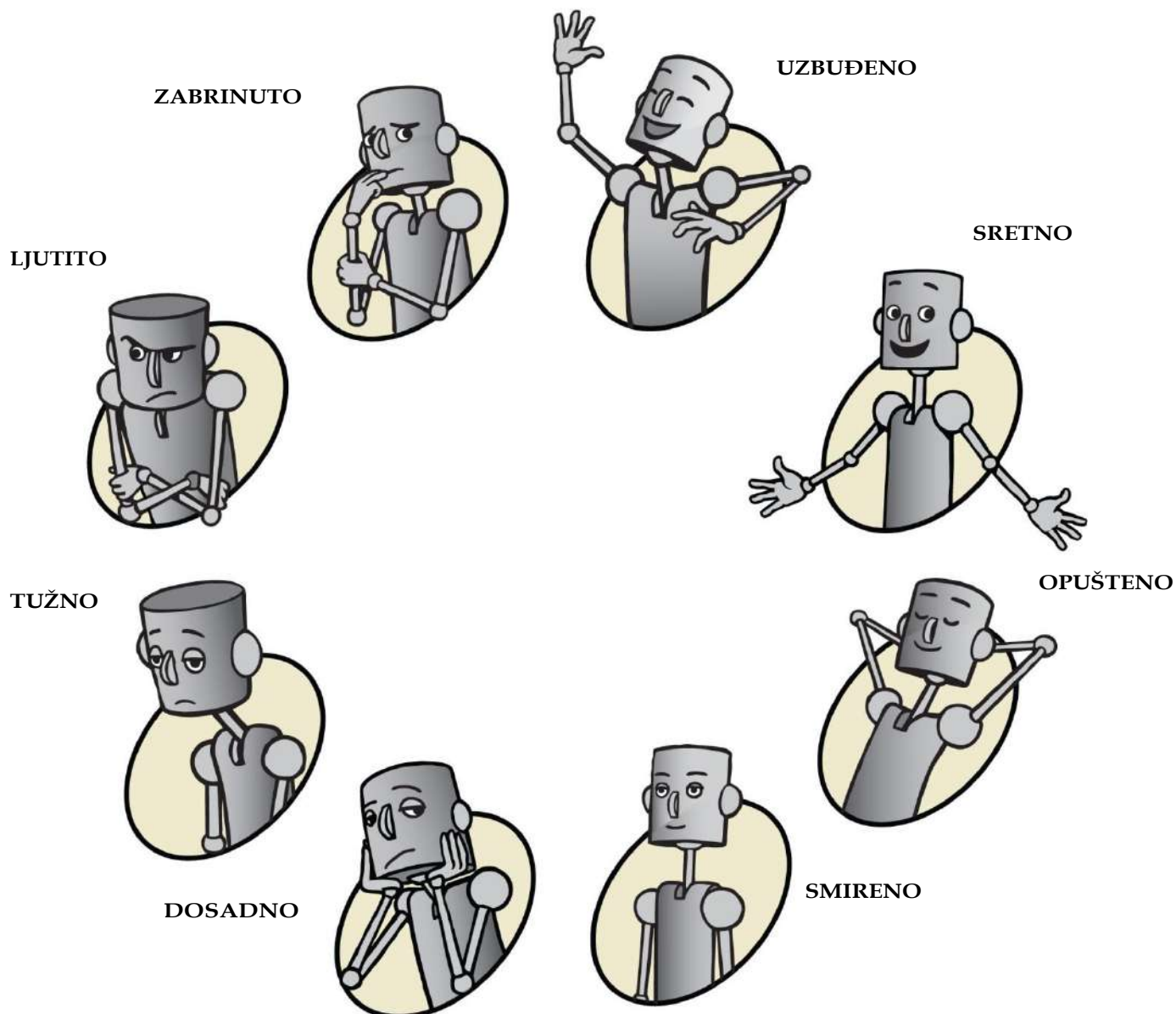
VRIJEME	KOJE SAM UREĐAJE KORISTIO/LA?	ŠTO SAM RADIO/LA?	ZAŠTO SAM TO RADIO/LA?	GDJE SAM SE NALAZIO/LA?	TKO JE BIO SA MNOM?
	mobitel, TV...	igra, učenje...	zabava, odmor...	u dnevnoj sobi, u svojoj sobi...	mama, baka, sestra...
6.00 - 6.30					
6.30 - 7.00					
7.00 - 7.30					
7.30 - 8.00					
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00					
9.00 - 9.30					
9.30 - 10.00					
10.00 - 10.30					
10.30 - 11.00					
11.00 - 11.30					
11.30 - 12.00					
12.00 - 12.30					
12.30 - 13.00					
13.00 - 13.30					
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30					
14.30 - 15.00					

	KOJE SAM UREĐAJE KORISTIO/LA?	ŠTO SAM RADIO/LA?	ZAŠTO SAM TO RADIO/LA?	GDJE SAM SE NALAZIO/LA?	TKO JE BIO SA MNOM?
15.00 - 15.30					
15.30 - 16.00					
16.00 - 16.30					
16.30 - 17.00					
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					
22.00 - 22.30					
22.30 - 23.00					
23.00 - 23.30					
23.30 - 00.00					
00.00 - 06.00					

„Digitalna tehnologija u obitelji: obrasci ponašanja i učinci na razvoj djece“
 Kontakt: decide@unicath.hr

SUBOTA

Zaokruži jednog ili više robota koji nabolje prikazuju kako si se osjećao/la tijekom dana.



NEDJELJA

DATUM:

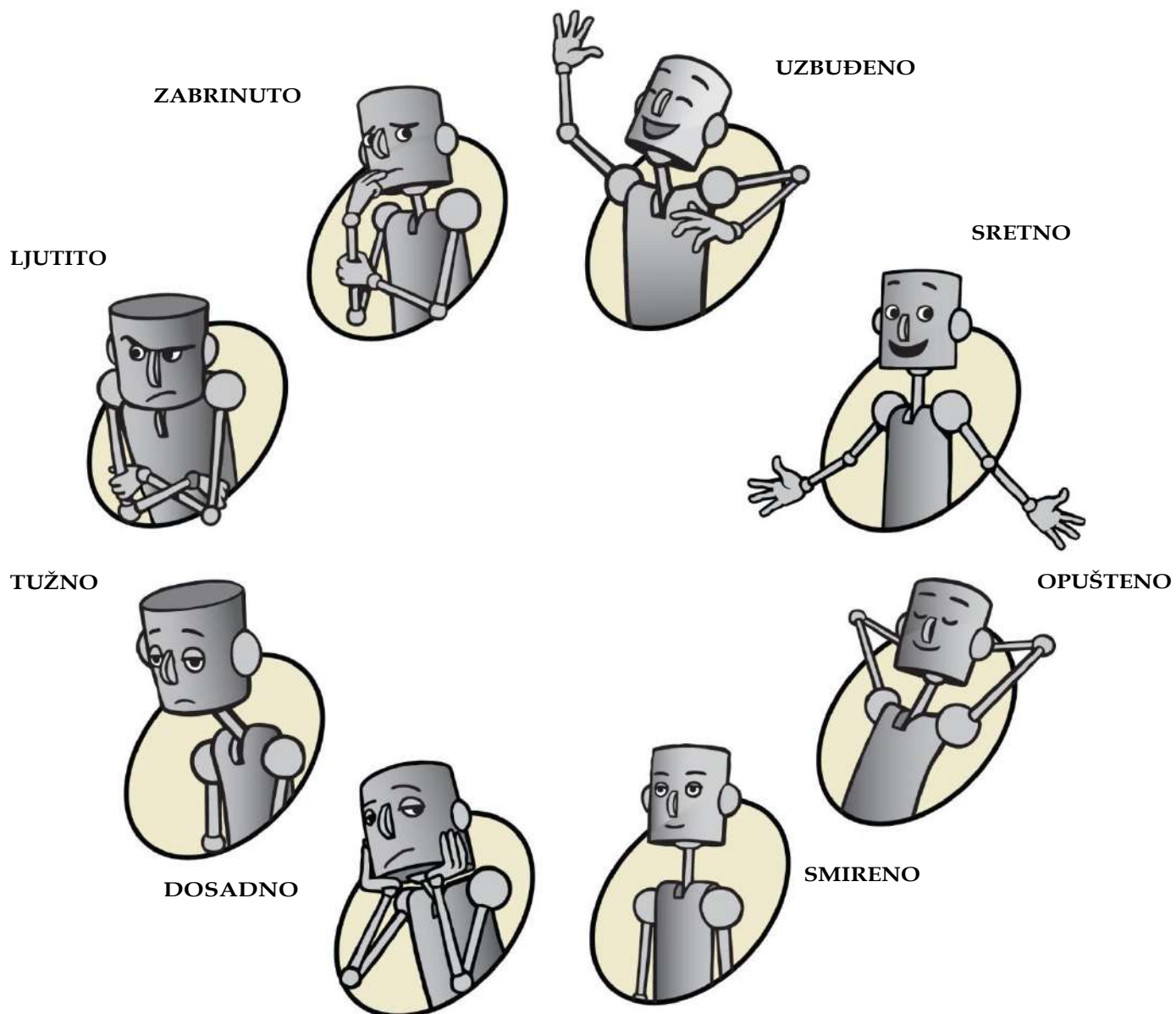
VRIJEME	KOJE SAM UREĐAJE KORISTIO/LA?	ŠTO SAM RADIO/LA?	ZAŠTO SAM TO RADIO/LA?	GDJE SAM SE NALAZIO/LA?	TKO JE BIO SA MNOM?
	mobitel, TV...	igra, učenje...	zabava, odmor...	u dnevnoj sobi, u svojoj sobi...	mama, baka, sestra...
6.00 - 6.30					
6.30 - 7.00					
7.00 - 7.30					
7.30 - 8.00					
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00					
9.00 - 9.30					
9.30 - 10.00					
10.00 - 10.30					
10.30 - 11.00					
11.00 - 11.30					
11.30 - 12.00					
12.00 - 12.30					
12.30 - 13.00					
13.00 - 13.30					
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30					
14.30 - 15.00					

	KOJE SAM UREĐAJE KORISTIO/LA?	ŠTO SAM RADIO/LA?	ZAŠTO SAM TO RADIO/LA?	GDJE SAM SE NALAZIO/LA?	TKO JE BIO SA MNOM?
15.00 - 15.30					
15.30 - 16.00					
16.00 - 16.30					
16.30 - 17.00					
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					
22.00 - 22.30					
22.30 - 23.00					
23.00 - 23.30					
23.30 - 00.00					
00.00 - 06.00					

„Digitalna tehnologija u obitelji: obrasci ponašanja i učinci na razvoj djece“
 Kontakt: decide@unicath.hr

NEDJELJA

Zaokruži jednog ili više robota koji nabolje prikazuju kako si se osjećao/la tijekom dana.



Projekt „Digitalna tehnologija u obitelji: obrasci ponašanja i učinci na razvoj djece“ financiraju Hrvatska zaklada za znanost i Hrvatsko katoličko sveučilište

Kontakt: decide@unicath.hr

www.unicath.hr/d-e-c-i-d-e



Zaštićeno autorskim pravima

© D.E.C.I.D.E.

Zagreb, 2021.