

5. Priče za Vašu obitelj

Dokument 5 od 5



Slika izrađena pomoću umjetne inteligencije (OpenAI)

Priče odabrane za Vas, s napomenama i izvorima.

3D · Divert · Discomfort → Delight

HDI počiva na jednoj jednostavnoj ideji: 3D. Tri riječi koje je lako zapamtiti i u teškom danu.

3D je krovni model nad svim ostalima i provlači se kroz svaki od njih. 3D je i povratak u tri dimenzije: gore i dolje, naprijed i natrag, lijevo i desno. Mirisi, zvukovi, boje i sloboda prostora. Ekran je ravan; svijet koji Vaše tijelo i osjetila najbolje poznaju nije.

Divert (skrenite). Kad Vas ekran povuče, sama snaga volje rijetko pobjeđuje. Skrenite prema nečemu što Vam čini više dobra. Ono prema čemu možete skrenuti zovemo coperima.

Discomfort (izdržite). Prvi dani svake promjene su nespretni. To nije znak da ne uspijeva. Kroz njih Vas nose energizeri: oni Vam daju snagu da nastavite.

Delight (uživajte). Ponavljajte novi korak, i ono što je tražilo trud postaje poznato, a zatim nešto u čemu uživate i što birate sami.

Svaki model ispod čine tri riječi: dva puta i kamo vode. Zapamtite slovo i riječi će se vratiti. Svaki je utemeljen u objavljenim istraživanjima o suočavanju i motivaciji.

Energizeri

Energizeri Vam daju snagu da izdržite (Discomfort).

3M · Meaning · Momentum → Mastery
Meaning — znajte zašto Vam je to važno; Momentum — nastavite, a nakon posrtaja blago krenite ponovo; Mastery — zastoji više ne odlučuju umjesto Vas

3E · Environment · Energize → Empower
Environment — uredite prostor tako da dobar izbor bude lak; Energize — prvo napravite; osjećaj dolazi poslije; Empower — promjena postaje Vaša

Coperi

Coperi su ono prema čemu skrećete (Divert) umjesto ekrana.

3O · Others · Outdoors → Outstanding
Others — ljudi, licem u lice; Outdoors — vrijeme vani, u prirodi; Outstanding — osjećaj da ste potpuno živi

3A · Awe · Alertness → Achievement
Awe — nešto veće od Vas; Alertness — pažnja prema van, ovdje i sada; Achievement — učiniti nešto što Vam nešto znači

3B · Basics · Body → Balance
Basics — san, obroci i odmor bez ekrana; Body — kretanje u slobodno vrijeme; Balance — tijelo koje se može isključiti i oporaviti

3S · Separation · Solitude → Success
Separation — udaljenost od mobitela; Solitude — vrijeme nasamo, bez ometanja; Success — ponovo Vi vodite svoj dan

3F · Filter · Focus → Flow
Filter — propustite samo ono što je važno; Focus — jedan zadatak odjednom; Flow — duboka zaokupljenost nečim vrijednim

Model 3D, energizeri i coperi © Udruga HDI Humana Digitalna Inteligencija. Sva prava pridržana.

Vijesti mogu pričekati

Pomaže kod: Što dolazi do Vašeg djeteta

Iz ove priče dolazi Pokušaj 1 u dokumentu „Šest tjedana, korak po korak”.



Ova je priča do Vas stigla preko teme: što se gleda i komu odgovara. Evo priče o Goranu, kod kojega su večernje vijesti u isti sat otkad ima televizor.

Goran vozi četvorku, tramvaj, u ranoj smjeni. Do večeri mu je dan uglavnom prošao, a vijesti u sedam jedini su dio dana koji je samo njegov. Sjedne na kauč s čajem, a stan utihne oko njihova zvuka.

Rita ima četiri godine. Dok su vijesti uključene, igra se kockicama na sagu, jer je sag ondje. Stan ima jednu veliku sobu i jednu malu spavaću, a televizor je u velikoj.

Jedne večeri u veljači na vijestima je poplava negdje daleko. Na ekranu automobil pluta pokraj nekog prozora. Rita prestane slagati i gleda. Poslije, u kadi, pita jesu li u autu bili ljudi. Goran kaže da ne zna. To je istina, ali njoj, čini se, nije dovoljno.

U nedjelju, dok peru suđe, razgovara o tome sa ženom. „A da vijesti pričekaju dok ona ne zaspi?“

„Propustit ćeš ih“, kaže ona.

„Mogu ih pogledati kasnije. Ili pročitati.“

Dogovore se da pokušaju. Dok Rita ne legne, na televizoru je jedna od njezinih emisija, ona spora s brodićem, ili je televizor isključen.

Prve večeri Goran u sedam iz navike sjedne na kauč, a ništa nije uključeno. Rita mu donese kockicu i zamoli ga da sagradi toranj. Sagradi loš. Ona ga sruši, što je, čini se, i bila poanta.

Vijesti u pola devet, kad je ona već u krevetu, nisu iste. Umoran je i dvaput zaspi prije vremenske prognoze. Jedne večeri ni ne pokuša, nego sljedećeg jutra pročita naslove u tramvaju, stojeći.

U četvrtak Rita traži emisiju s brodićem kad ona uopće nije na programu, i oko toga se malo posvađaju, a on izgubi. Tog tjedna više ne pita za poplave. Ne zna je li to zbog vijesti ili je jednostavno takav tjedan.

Do ožujka više ne gleda na sat u sedam. Nekih večeri vijesti potpuno propusti. Žena mu ono glavno ispriča dok slažu rublje, s manje riječi nego voditelj.

Subotom ujutro vodi Ritu na stazu uz rijeku. Ona traži čaplju kod starog pristaništa za trajekt, i većinom subota čaplja je ondje, stoji na jednoj nozi u sivoj vodi.

Naša napomena. Večernje vijesti ili neka serija mogu biti jedina emisija dana za odraslu osobu, a prikazuju se kad se prikazuju. Jedan je način dogovoriti u kući da emisije odraslih pričekaju dok Vaše dijete ne legne, a da do tada na velikom ekranu bude nešto napravljeno za ovako malu djecu, ili ništa. To košta gledanje Vaše emisije kasnije, ili nikako.

Odakle ovo dolazi: iz pregleda koji su objedinili mnoga istraživanja o maloj djeci i ekranima. U dva od njih emisije napravljene za učenje bile su povezane s nešto boljim jezičnim vještinama ili rječnikom. Najveći nije pronašao vezu između sadržaja napravljenog za djecu i toga kako djeca razmišljaju ili se slažu s drugima. Ondje je sadržaj koji je bio nasilan, pun akcije ili namijenjen odraslima bio povezan s nešto lošijim procjenama ponašanja i osjećaja djece. Veze su bile male. Madigan i suradnici, 2020; Mallawaarachchi i suradnici, 2024; Jing i suradnici, 2023.

Pregledi istraživanja provedenih uglavnom na obiteljima onakvima kakve žive, i ne slažu se svi: uzrok nije pokazan.

Ovo je priča o tome što se gleda, a ne koliko dugo, i nije obećanje o riječima Vašeg djeteta.

Nije za svakoga: nije za dom s jednom prostorijom, ni za rad u smjenama kad odrasla osoba može gledati samo dok je Vaše dijete budno. I to je dobar razlog.

Na hladnjaku

Pomaže kod: Tko posjeduje uređaje i tko do njih može doći



Ova je priča do Vas stigla preko teme: čiji su uređaji i gdje stoje. Evo priče o Theu, čiji je mobitel jedini ekran u stanu.

Theova sestrična Jade radi noćne smjene u bolnici Riverside. Dolazi ravno sa smjene. Donese mu novine s kioska ispod zelene tende u Ferry Streetu. Donese i plastičnu vrećicu i stavi je na stol kao da bi mogla eksplodirati.

U vrećici je njezin stari tablet. Sve je s njega obrisala i negdje mu je našla ružičastu gumenu masku. „Za Nell“, kaže. „Njezin vlastiti. Onda ti dobiješ natrag svoj mobitel.“

Ima pravo. U stanu žive dvoje, Theo i Nell, a mobitel je jedan. Preko tog mobitela zove ga skladište kad netko ne može odraditi smjenu. Ovaj je mjesec dvaput zazvonio na stražnjem sjedalu auta, u Nellinim rukama, usred pjesmice o autobusu. Javio se šefu dok su se kotači na autobusu još vrtjeli ukrug. Drugi ekran bio bi dar njegovu radnom životu. Jade život vodi po popisima i očito je o tome razmislila.

Okrene tablet. Ne teži ništa. Nell ima tri godine. Sjedi na podu s dva poklopca od lonca i nije podigla pogled.

Zaustavi ga jedna mala riječ. Kad pjesmica završi, mobitel se vraća u njegov džep, jer je njegov. O tome nikad nije bilo rasprave. Tablet koji je njezin nema džep u koji bi se vratio. Živio bi ondje gdje žive njezine stvari: u torbi, u krevetu, na podu auta. Ne zna je li to važno. Nema pojma kako bi to netko mogao saznati.

„Razmisli“, kaže Jade. „Nije to bubreg.“

„Razmišljam“, kaže Theo.

Stavi tablet na hladnjak. Onamo u Theovu stanu idu stvari dok on razmišlja. Gore je kazna za parkiranje, obrazac za dadilju i bušilica koja pripada nekome s posla. Jade popije kavu i ode kući spavati.

Tjedan dana poslije tablet je još gore, napunjen do kraja, u ružičastoj maski, pokraj bušilice. Mobitel se i dalje vozi straga. U četvrtak je skladište nazvalo usred pjesmice o autobusu. Nell je s poklopaca prešla na lonac.

Naša napomena. Ovdje nije ispitana nijedna praksa, pa ova napomena ne nudi nijednu. Priča pokazuje jedan običan razlog da se malom djetetu da vlastiti uređaj i jedan običan razlog da se pričeka. Ne odbacuje ni jedan ni drugi.

Odakle ovo dolazi: iz istraživanja koje je bilježilo koliko su djeca od tri do pet godina provodila na mobitelima i tabletima, uključujući djecu koja su imala vlastiti uređaj, i iz malog istraživanja u kojem je isproban upitnik za roditelje o ekranima kod kuće. Upitnik daje jedan rezultat za pristup, korištenje, sadržaj i zajedničko gledanje, a djeca iz domova s višim rezultatom postizala su slabije rezultate na testovima ranih jezičnih i čitalačkih vještina; viši rezultati bili su povezani i s nižim obiteljskim prihodima i s manje školovanja kod majki. Tražili smo i nismo pronašli nijedno istraživanje samog posjedovanja uređaja; u upitniku je to jedno pitanje od petnaest. Radesky i suradnici, 2020; Hutton i suradnici, 2020.

Pedijatrijska stručna tijela daju savjete o tome; istraživanja na kojima se ti savjeti temelje su oskudna, a nismo pronašli nijedno koje je ispitalo ovakav izbor.

Smjernica, a ne istraživanje: Američka pedijatrijska akademija (American Academy of Pediatrics), 2026, predlaže da se s osobnim tabletom pričeka.

Ništa ovdje ne govori što vlastiti uređaj čini za dijete od tri godine. Tražili smo i nismo pronašli nijedno istraživanje samo tog izbora.

Nije za svakoga: u nekim je domovima naslijeđeni tablet jedini način da roditeljev mobitel ostane slobodan za posao, i to je dobar razlog.

Jedna epizoda

Pomaže kod: Navike prije spavanja



Ova priča dolazi uz izvještaj, a ne iz Vaših odgovora. Ovo je priča u kojoj je glavni lik Jonah.

Jonah je kuhar u Ferry Street Kitchenu, malom restoranu. Nedjeljom i ponedjeljkom restoran je zatvoren, a to su Jonahove večeri s Ezrom. Ezra, koji ima četiri godine, stiže u nedjelju u podne s ruksakom i zečićem igračkom. Vraća se u utorak ujutro. Između toga njih dvojica žive iznad restorana. Poslijepodne siđu do mosta pogledati čaplju. Ona ondje stoji kao čovjek koji se još odlučuje da propusti autobus.

Večer ide ovako: kupanje, pidžama, a onda jedna epizoda na laptopu u Jonahovu krevetu, s Ezrom naslonjenim na njegovo rame. U kadi se opširno priopćuju zečeve novosti. Večeras je zec bio na Mjesecu. Serija je o psu koji je detektiv i nosi šešir. Sve je počelo zato što Jonah nikad prije nije sam završio dan s malim djetetom. Epizoda je večeri dala red koji je mogao pratiti, kao listići s narudžbama u njegovoj kuhinji: kupanje, pas, zubi, svjetlo. To je također, priznao bi, jedinih pola sata u njegovu tjednu kad mirno sjedi i netko se na njega naslanja.

Večeras se laptop želi ažurirati. Pokaže sivu traku i ne žuri se. Leže i čekaju, a traka puzi naprijed.

Onda završi, i gledaju psa sa šeširom, isto kao i uvijek. Ezra psu kaže tko je to učinio, kao i svaki tjedan, a pas ne sluša.

Poslije, kad je svjetlo ugašeno, Jonah neko vrijeme leži budan i premišlja. Ne bi znao reći je li ova večer bila drukčija od bilo koje druge. Nikad nije mjerio koliko Ezri treba da zaspi i neće ni početi. U kuhinji ima dovoljno satova. U Ezrinu drugom domu dan završava drukčije, i to je također dobro. Ovdje završava psom sa šeširom.

Ne zna bi li tako trebalo biti. Zna da bi mu nedostajalo rame.

Zatvori laptop i stavi ga na pod pokraj kreveta. Ujutro će stati na njega, kao i svakog ponedjeljka.

Naša napomena. Ovdje nije ispitana nijedna praksa, pa ova napomena ne nudi nijednu. Priča pokazuje večer onakvu kakva je u jednom od dvaju djetetovih domova, i roditelja koji ne zna treba li je mijenjati.

Odakle ovo dolazi: iz pregleda istraživanja o ekranima i snu male djece i iz pregleda o tome kako se kod male djece mjeri problematično korištenje. U prvom je više vremena pred ekranom tijekom dana, kao i vrijeme pred ekranom navečer, bilo povezano s lošijim snom. Kad su objedinjeni njegovi rezultati o tome koliko djeca spavaju, to je vrijedilo za dojenčad i vrlo malu djecu, a za djecu predškolske dobi nije potvrđeno; njegovi su autori kakvoću svih dokaza zajedno ocijenili kao vrlo nisku. U drugom su korištenje prije spavanja i uređaj u spavaćoj sobi bili povezani s pokazateljima lošijeg sna. Janssen i suradnici, 2020; Selak i suradnici, 2025.

Pedijatrijska stručna tijela daju savjete o tome. Tražili smo istraživanje koje je ispitalo ovakav izbor i nismo ga pronašli.

Smjernica, a ne istraživanje: Kanadsko pedijatrijsko društvo (Canadian Paediatric Society), u studenome 2022., i britansko Ministarstvo obrazovanja (Department for Education), u ožujku 2026., savjetuju da u satu prije spavanja nema ekrana.

Što epizoda prije spavanja čini za dijete ove dobi, jedna Vam večer ne može reći.

Nije za svakoga: u dva doma dan može završavati na dva načina, i to je uobičajeno.

Hop, hop, stoj!

Poslije ručka nitko ne želi mirno sjediti.

Mama Žaba, Tata Žabac i tri male žabice

svi su kod kuće. Veliki zeleni sag je spreman.

„Igrajmo se Hop, hop, stoj“, kaže Tata Žabac.

„Ja pjevam, vi skačete. Kad ja stanem, i vi stanete.“

Tata Žabac pjeva: „La la la.“

Male žabice skaču, hop, hop, hop.

Skače i Mama Žaba.

Onda Tata Žabac stane.

„Hop, hop… STOJ!“

Možete pokušati: Pročitajte „Hop, hop…“ i pričekajte. Možda će dijete viknuti „STOJ!“

Svi stanu.

Jedna žabica stane na jednoj nozi.

Jedna žabica stane širom otvorenih usta.

Najmanja žabica stane s obje ruke gore, kao stablo.

Nitko se ne miče. Nitko ne trepne.

Tata Žabac opet pjeva: „La la la.“

I krenu, vrc, vrc, vrc.

Mama Žaba vrcka cijelim leđima.

Male žabice vrckaju prstićima.

„Hop, hop… STOJ!“

Svi stanu.

Mama Žaba stane usred vrckanja.

Jedna se žabica zahihoće. Pa druga.

Onda se svi hihoću, i nitko više nije miran.

Možete pitati: U kakvom smiješnom obliku možeš stati?

„Sad ja pjevam“, kaže najmanja žabica.

Tata Žabac i Mama Žaba se spreme.

„La la la, la la LA.“

Skaču. Vrte se. Mašu rukama.

„Hop, hop… STOJ!“

Tata Žabac stane kao kip.

Kip s jednom rukom gore,

kao žabac koji nešto pita.

Najmanja žabica obiđe ga uokolo.

Tata Žabac se ne miče. Ni malčice.

Onda najmanja žabica šapne:

„Tata, sad se možeš micati.“

Tata Žabac se sruči na sag.

Pljas.

Male žabice sruče se kraj njega. Pljas, pljas, pljas.

Možete pitati: Koju se igru vi igrate kod kuće?

Svi leže na velikom zelenom sagu,

zadihani i nasmiješeni.

„Opet?“ pita Tata Žabac.

„Opet!“ kažu male žabice.

„Hop, hop…“ zapjeva Mama Žaba. I krenu ispočetka.

Zašto je ovo ovdje. Priča uz koju se pleše, za poslijepodne kod kuće. „Hop, hop… STOJ!“ tu je da ga dijete izvikne zajedno s Vama.

Čuješ li me?

Danas je stigao novi sag, smotan oko dugačke kartonske cijevi.

Sad je sag na podu.

Cijev je za Velikog Zeku i Malog Zeku.

Veliki Zeko drži jedan kraj. Mali Zeko drži drugi.

„Čuješ li me?“ šapne Veliki Zeko u cijev.

Šapat uđe na jednom kraju,

pa niz cijev,

pa izađe na drugom. Zvuči okruglo i šuplje.

„Čujem te!“ šapne Mali Zeko.

Možete pokušati: Šapnite „Čuješ li…“ i pričekajte. Možda će dijete šapnuti „me?“

Mali Zeko pogleda u cijev.

S drugog kraja gleda ga jedno daleko oko.

„Vidim te“, šapne Mali Zeko.

„Čuješ li me?“

„Čujem te“, šapne Veliki Zeko.

Veliki Zeko šapne tajnu u cijev.

„Mrkve.“

Mali Zeko se hihoće na drugom kraju.

Mali Zeko šapne tajnu natrag.

„Još više mrkvi.“

Možete pitati: Što bi bila tvoja tajna za šapnuti u cijev?

Mali Zeko prisloni uho na cijev.

Sad nema šapta.

Samo tihi zvuk, šuuu, kao more.

„Čujem more“, šapne Mali Zeko.

„U našoj cijevi?“ šapne Veliki Zeko.

Mama Zečica uđe s košarom za rublje.

„Što vas dvoje radite?“

„Čuješ li me, mama?“ šapne Mali Zeko.

Mama Zečica prisloni uho na cijev.

„Čujem te“, šapne. „I more.“

Mama Zečica šapne u cijev.

„Tko hoće užinu?“

Veliki Zeko i Mali Zeko prislone uši na cijev.

„Čujemo te!“ šapnu u isti glas.

Onda odskakuću u kuhinju.

Možete pitati: Kome ti voliš nešto šapnuti?

Poslije je Mali Zeko umoran.

Veliki Zeko legne na novi sag, kraj Malog Zeke.

Ovaj put bez cijevi. Samo nosić uz nosić.

„Čuješ li me?“ šapne Veliki Zeko.

„Čujem te“, šapne Mali Zeko. „Jako blizu.“

Zašto je ovo ovdje. Priča o braći ili sestrama koji šapću kroz kartonsku cijev. „Čuješ li me?“ stalno se vraća, da ga dijete šapne zajedno s Vama.

Skrivača



Mo i Bit žive među cipelama kraj vrata.

Mo je okrugao i voli ići brzo.

Bit je dugačka i voli ići daleko.

Kod kuće je lijeno poslijepodne.

Tata je u dnevnoj sobi, iza kauča.

Noa ga traži, na prstima.

„Ding“, oglasi se tablet.

„Bu“, oglasi se tata u dnevnoj sobi, iza kauča.

Mo stane i Bit stane.

„Koji ćemo, Mo?“ pita Bit.

„BU!“ kaže Mo.

Idemo.

Možete pokušati: Zastanite prije odgovora i pustite da ga Vaše dijete izvikne zajedno s Moom. Što god dijete izvikne, u redu je; čitajte dalje. Ding izgovorite tiho i ravno; za bu naglo provirite.

Ulaze u dnevnu sobu.

„Sad se ti skrij“, kaže tata.

„Iza velikih stvari, gdje je otvoreno. Ne unutar stvari.“

Tata pokrije oči. „Brojit ću. Jedan, dva, tri…“

Noa se skrije iza velikog naslonjača.

Mo se skrije iza jastuka, okrugao i brz.

Bit se skrije iza kauča.

Ali Bit je dugačka i kraj joj viri van.

Možete pitati: Vidiš li Bitin kraj koji viri?

„Deset“, kaže tata. „Dolazim.“

Pogleda ispod stola. Nema Noe.

Pogleda iza vrata. Nema Noe.

Mo se hihoće, sasvim tiho.

Tata stane. Osluškuje.

Svi su mirni.

Noa čuje vlastito disanje.

Bit čuje kako se Mo trudi da se ne hihoće.

Možete pokušati: Umirite se zajedno i osluškujte tri udaha.

Tata na prstima priđe velikom naslonjaču.

Nagne se, polako, polako.

„BU!“ vikne Noa, prva.

Tata poskoči. Onda se svi smiju.

Opet među cipelama, Mo i Bit se smjeste.

Mo se još malo hihoće.

Bit je dugačka i zadovoljna.

A Bitin kraj nitko nije ni pronašao.

Možete pitati: Gdje se možeš sakriti, iza nečeg velikog?

Zašto je ovo ovdje. Dnevna priča o Mou i Bit, dva mala stvorenja koja su došla iz svijeta ekrana i sada žive ovdje, vani. Napisana je tako da umirivanje i osluškivanje bude najljepši dio priče. Namijenjena je danu, ne odlasku na spavanje. Ako Vas dijete pita gdje su Mo i Bit: žive među cipelama kraj vrata. Priča u kojoj ima ekrana nije ispitana i ovu možete preskočiti.

Cesta od krede



Mo i Bit žive među cipelama kraj vrata.

Mo je okrugao i voli ići brzo.

Bit je dugačka i voli ići daleko.

Suho je i vedro jutro.

Tata ima kutiju debelih kreda.

Noa već ima plavo na prstima.

„Kreda je za stazu, ne za usta“, kaže tata.

„Ding“, oglasi se tablet.

„Škrip“, oglasi se kreda na vrtnoj stazi, plava i žuta.

Mo stane i Bit stane.

„Koji ćemo, Bit?“ pita Mo.

„ŠKRIP!“ kaže Bit.

Idemo.

Možete pokušati: Zastanite prije odgovora i pustite da ga Vaše dijete izvikne zajedno s Bit. Što god dijete izvikne, u redu je; čitajte dalje. Ding izgovorite tiho i ravno; za škrip zagrebite noktima.

Izađu van, a tata zatvori vrata.

Noa crta cestu po stazi, škrip, škrip.

Plava je, sa žutom crtom po sredini.

„Brrm“, kaže Mo, i brzo krene po njoj.

„Dulje“, kaže Bit.

Pa je Noa produlji.

Oko tegle s cvijećem. Pokraj klupe.

Ispod konopa za rublje, i natrag.

Možete pitati: Kuda bi išla tvoja cesta?

Tata na jednom kraju nacrta kućicu.

Noa na drugom nacrta veliki okrugli cvijet.

Bit leži uzduž ceste, od kućice do cvijeta.

Mo se vozi gore-dolje po cijeloj cesti.

Brrm, brrm, oko tegle, pokraj klupe.

Onda Mo stane kod kućice.

„Kod kuće“, kaže Mo.

Možete pokušati: Nacrtajte prstom cestu po stolu i vozite se po njoj.

Tata zatvori kutiju s kredama.

Noa ode unutra oprati plave prste.

Cesta ostaje ondje, za sutra.

Opet među cipelama, Mo i Bit se smjeste.

Mo još malo zuji okolo.

Bit je dugačka i na jednom kraju plava.

A cijelo predsoblje miriše na kredu.

Možete pitati: Koje bi boje bila tvoja cesta?

Zašto je ovo ovdje. Dnevna priča o Mou i Bit, dva mala stvorenja koja su došla iz svijeta ekrana i sada žive ovdje, vani. Napisana je tako da produljivanje ceste bude najljepši dio priče. Namijenjena je danu, ne odlasku na spavanje. Ako Vas dijete pita gdje su Mo i Bit: žive među cipelama kraj vrata. Priča u kojoj ima ekrana nije ispitana i ovu možete preskočiti.

Zeleni brežuljak



Mo i Bit žive među cipelama kraj vrata.

Mo je okrugao i voli ići brzo.

Bit je dugačka i voli ići daleko.

Cipele idu van, u svijet.

Vrate se kući i mirišu na njega.

Danas cijelo predsoblje miriše na travu.

Mo njuši zrak i Bit njuši zrak.

„Ding“, oglasi se tablet.

„Fijuu“, oglasi se vjetar s brežuljka, sav zelen i travnat.

Mo stane i Bit stane.

„Koji ćemo, Bit?“ pita Mo.

„FIJUU!“ kaže Bit.

Idemo.

Možete pokušati: Zastanite prije odgovora i pustite da ga Vaše dijete izvikne zajedno s Bit. Što god dijete izvikne, u redu je; čitajte dalje. Ding izgovorite tiho i ravno; fijuu otpušite cijelim dahom.

Danas je Bit na redu da viče.

Van idu, na mali zeleni brežuljak.

Idu i Noa, i mama, i pas Točka.

Penju se gore, uf, uf, uf.

Pri vrhu Bit utisne stazicu u travu, i gore stigne Mo.

Možete pitati: Što se sve vidi s vrha brežuljka?

Mo se čvrsto sklupča.

Kotrlj, kotrlj, DOLJE idemo!

Mo se vrti, nebo mu je dolje, a trava gore.

Možete pokušati: Zastanite tik prije „DOLJE“ i pustite da ga dijete izvikne.

Bit je predugačka za kotrljanje.

Zato Bit klizne dolje kao vrpca, vuuuš, sve do dna.

„Juhuuu“, kaže Bit, cijelim putem dolje.

Mama se kotrlja prva, a Noa za njom.

Točka trči u krug oko njih obiju.

Kotrlj, kotrlj, DOLJE idemo.

Na dnu leže na hrpi, a cijelo se nebo vrti.

„Opet!“ kažu svi.

Penju se gore, uf, uf, uf.

Možete pokušati: Kotrljajte se po sagu, jedno po jedno, s dovoljno slobodnog mjesta oko sebe, ili niz blagu travnatu padinu, a neka odrasla osoba čeka na dnu.

Opet kod kuće, Mo i Bit se smjeste među cipelama.

Mo je sav u travi.

Bit se još vrti u krug.

A sad cijelo predsoblje miriše na brežuljak.

Možete pitati: Kamo su te danas odnijele noge?

Zašto je ovo ovdje. Dnevna priča o Mou i Bit, dva mala stvorenja koja su došla iz svijeta ekrana i sada žive ovdje, vani. Napisana je tako da kotrljanje bude najljepši dio priče. Namijenjena je danu, ne odlasku na spavanje. Ako Vas dijete pita gdje su Mo i Bit: žive među cipelama kraj vrata. Priča u kojoj ima ekrana nije ispitana i ovu možete preskočiti.

Konop za rublje



Mo i Bit žive među cipelama kraj vrata.

Mo je okrugao i voli ići brzo.

Bit je dugačka i voli ići daleko.

Danas puše vjetar, a predsoblje miriše na sapun.

Mama je vani u vrtu s mokrim rubljem.

Noa drži košaru s velikim štipaljkama.

Mo njuši zrak i Bit njuši zrak.

„Ding“, oglasi se tablet.

„Pljes“, oglasi se plahta na konopu, velika i mokra.

Mo stane i Bit stane.

„Koji ćemo, Mo?“ pita Bit.

„PLJES!“ kaže Mo.

Idemo.

Možete pokušati: Zastanite prije odgovora i pustite da ga Vaše dijete izvikne zajedno s Moom. Što god dijete izvikne, u redu je; čitajte dalje. Ding izgovorite tiho i ravno; za pljes zamahnite rukama.

Danas je Mo na redu da viče.

Van idu, u vrt.

Mama vješa, a Noa joj dodaje velike štipaljke, jednu, dvije, tri.

Konop je visoko, a rublje visi sve do Noinih koljena.

Konop je pun rublja, a vjetar je pun konopa.

Možete pitati: Što bi se sve moglo objesiti na konop?

Pljes, pljes, PLJES, oglasi se velika plahta.

Napuše se kao jedro i padne natrag kao zid.

Noa ode iza nje. Nema je!

Možete pokušati: Zastanite tik prije „PLJES“ i pustite da ga dijete izvikne.

„Kamo li je nestala ta Noa?“ pita mama.

Pljes, oglasi se plahta, i „Tu sam!“ kaže Noa.

Pljes, oglasi se plahta, i Noe opet nema.

Pas Točka gleda zid od plahte.

Mo se skriva iza prazne košare, pa izviri, pa se skrije, pa izviri.

Bit legne u visoku travu i polako, polako nestane.

Sve miriše na sapun i vjetar.

Možete pitati: Gdje se možeš sakriti tako da ti ja još vidim stopala?

Vjetar stane i plahta mirno visi.

„Tu sam!“ kaže Noa, i „Evo te“, kaže mama, i ovaj put Noa ostane nađena.

Svi leže u travi i gledaju kako s rublja kapa.

Opet među cipelama, Mo i Bit se smjeste.

Mo miriše na sapun.

Bit miriše na travu.

A sad cijelo predsoblje miriše na vjetar.

Možete pitati: S kim se voliš igrati ku-ku?

Zašto je ovo ovdje. Dnevna priča o Mou i Bit, dva mala stvorenja koja su došla iz svijeta ekrana i sada žive ovdje, vani. Napisana je tako da skrivanje i pronalaženje budu najljepši dio priče. Namijenjena je danu, ne odlasku na spavanje. Ako Vas dijete pita gdje su Mo i Bit: žive među cipelama kraj vrata. Priča u kojoj ima ekrana nije ispitana i ovu možete preskočiti.

Mali zid



Mo i Bit žive među cipelama kraj vrata.

Mo je okrugao i voli ići brzo.

Bit je dugačka i voli ići daleko.

Predsoblje miriše na mokre kapute, a prozor je sav od kiše.

Djed je tu, u papučama, dolje na sagu s Noom.

I tablet leži na sagu, ugašen.

Mo njuši zrak i Bit njuši zrak.

„Ding“, oglasi se tablet.

„Kuc, kuc, kuc“, oglasi se kiša na prozoru, sva mokra i siva.

Mo stane i Bit stane.

„Koji ćemo, Bit?“ pita Mo.

„DING!“ kaže Bit.

Idemo.

Možete pokušati: Zastanite prije odgovora i pustite da ga Vaše dijete izvikne zajedno s Bit. Što god dijete izvikne, u redu je; čitajte dalje. Ding izgovorite tiho i ravno; kišu kucnite prstima.

Danas je Bit na redu da viče.

Odu do saga.

Djed uzme tablet, a Noa se privije pod njegovu ruku.

Mo i Bit sjednu kraj djedova koljena, iza tableta.

Odavde straga tablet je mali zid.

Možete pitati: Na koga se voliš nasloniti?

Tablet se oglašava, a Noa se smije.

Smije se i djed, velikim sporim smijehom koji traje i traje.

Iza malog zida Mo i Bit sve to čuju.

Tablet, smijeh i kišu, kuc, kuc, kuc.

Možete pokušati: Zastanite tik prije „kuc, kuc, kuc“ i pustite da dijete prstima napravi kišu po Vašem koljenu.

Mo kucka po podu, kuc, kuc, kuc, zajedno s kišom.

Bit se ispruži, dugačka i tanka, uz rub saga i sluša.

Pas Točka spava kraj vrata, a kiša kucka dalje.

Možete pitati: Što još kucka?

Onda tablet utihne.

Noa ga spusti na sag i tablet ondje leži, ugašen.

Djed ustane, polako, polako, polako.

„Juha“, kaže mama iz kuhinje.

Opet među cipelama, Mo i Bit se smjeste.

Mo miriše na sag.

Bit miriše na djedovo koljeno.

A predsoblje miriše na kišu, i kiša i dalje kucka.

Možete pitati: Što čuješ baš sada?

Zašto je ovo ovdje. Dnevna priča o Mou i Bit, dva mala stvorenja koja su došla iz svijeta ekrana i sada žive ovdje, vani. Napisana je tako da naslanjanje i slušanje budu najljepši dio priče. Namijenjena je danu, ne odlasku na spavanje. Ako Vas dijete pita gdje su Mo i Bit: žive među cipelama kraj vrata. Priča u kojoj ima ekrana nije ispitana i ovu možete preskočiti.

Veliki zagrljaj



Mo i Bit žive među cipelama kraj vrata.

Mo je okrugao i voli ići brzo.

Bit je dugačka i voli ići daleko.

Danas je hladno, a predsoblje miriše na kapute.

Noa crta za malim stolom.

Mo i Bit su ispod njega i hvataju bojice koje padaju.

„Ding“, oglasi se tablet.

„Krc“, oglasi se šljunak na puteljku, krupno i polako.

Mo stane i Bit stane.

„Koji ćemo, Mo?“ pita Bit.

„KRC!“ kaže Mo.

Idemo.

Možete pokušati: Zastanite prije odgovora i pustite da ga Vaše dijete izvikne zajedno s Moom. Što god dijete izvikne, u redu je; čitajte dalje. Ding izgovorite tiho i ravno; za krc zatopćite nogama kao u čizmama.

Danas je Mo na redu da viče.

Van idu, do vrata.

Krc, krc, krc, oglase se čizme uz puteljak.

Pas Točka je već ondje, a rep joj lupa, tup, tup, tup.

Možete pitati: Što misliš, tko to dolazi puteljkom?

Mama otvori vrata.

To je djed, u velikom kaputu, s velikim rukama.

„Tko želi zagrljaj?“ pita djed.

Dolazi Noa, dolazi mama, a Točka stigne prva.

Djed sjedne u veliku fotelju.

Djed podigne Nou u krilo.

Točka mu sjedne na stopala.

Čvrsto, čvršće, NAJČVRŠĆE.

Možete pokušati: Zastanite tik prije zadnjeg „NAJČVRŠĆE“ i neka dijete čvrsto zagrli nekoga odraslog, rukama oko struka.

„Ima li mjesta za mamu?“

„Ima mjesta!“

Mama se nagne, gore ide medo, a na sam vrh Mo i Bit.

Čvrsto, čvršće, NAJČVRŠĆE.

Možete pitati: Koga želiš stisnuti u veliku fotelju?

Velika fotelja zaškripi.

Djed se nasmije svojim dubokim, gromkim smijehom i cijela hrpa ide gore-dolje.

Noa osjeća smijeh kroz djedov kaput.

Medo je u hrpi i nitko ne zna kako.

Opet među cipelama, Mo i Bit se smjeste.

Mo još ide gore-dolje.

Bit je još savijena od smijeha.

A sad cijelo predsoblje miriše na djedov kaput.

Možete pitati: Tko od svih koje znaš najčvršće grli?

Zašto je ovo ovdje. Dnevna priča o Mou i Bit, dva mala stvorenja koja su došla iz svijeta ekrana i sada žive ovdje, vani. Napisana je tako da zagrljaj bude najljepši dio priče. Namijenjena je danu, ne odlasku na spavanje. Ako Vas dijete pita gdje su Mo i Bit: žive među cipelama kraj vrata. Priča u kojoj ima ekrana nije ispitana i ovu možete preskočiti.

Odakle ovo dolazi: iz ispitivanja programa koji su roditeljima pokazivali kako zajedno s djetetom gledati slikovnice i razgovarati o njima. Jezik djece razvio se više nego u obiteljima bez programa. U najkraćim programima taj napredak nije bio jasan, a ni razlika između kraćih i duljih programa nije bila jasno pokazana. Pregled jednog načina čitanja s puno razgovora pronašao je da je njegov dodatni napredak bio manji kod četverogodišnjaka i petogodišnjaka te kod djece iz obitelji s nižim prihodima ili čije su majke imale manje školovanja. Drugi pregled, o zajedničkom čitanju koje su vodili roditelji, učitelji ili istraživači, pronašao je da je napredak malen, gotovo nikakav kad se usporedi s drugom aktivnošću i nejasan kasnije. Nedavno, unaprijed registrirano ispitivanje jednog programa koji su vodili roditelji, a koji je spajao zajedničko čitanje s učenjem riječi i pričanjem priča, nije pronašlo veći razvoj jezika nego u obiteljima bez tog programa. Ispitivani su programi, a ne ova priča. Dowdall i suradnici, 2020; Mol i suradnici, 2008; Noble i suradnici, 2019; Burgoyne i suradnici, 2025.

Vaše odgovore i ovaj izvještaj obrađuje udruga HDI – Human Digital Intelligence, Zagreb, koja je za njih odgovorna. Za sve u vezi s Vašim podacima pišite na info@hdi.vision.

Hvala Vam što ste sudjelovali. Ono što ste dali Vaše je viđenje vlastitog doma i samo se na tome temelji ovaj izvještaj.

Ako Vas nešto u ovom izvještaju uznemiri ili o tome želite s nekim razgovarati, pišite na info@hdi.vision i odgovorit će Vam osoba. Pitanja o Vašim podacima šaljite na istu adresu.

Vaši se odgovori čuvaju dvanaest mjeseci od dana kad ste završili s odgovaranjem, a zatim se brišu. U bilo kojem trenutku možete zatražiti da se obrišu ranije tako da navedete svoj pristupni kod.

Ovo je samoprocjena, a ne liječnički ni klinički pregled i nije dijagnoza. Vaši se odgovori koriste za Vaš izvještaj i ne koriste se za istraživanje. Na njih se primjenjuju mjere zaštite podataka koje je za njih utvrdila udruga HDI – Human Digital Intelligence, i ništa drugo.