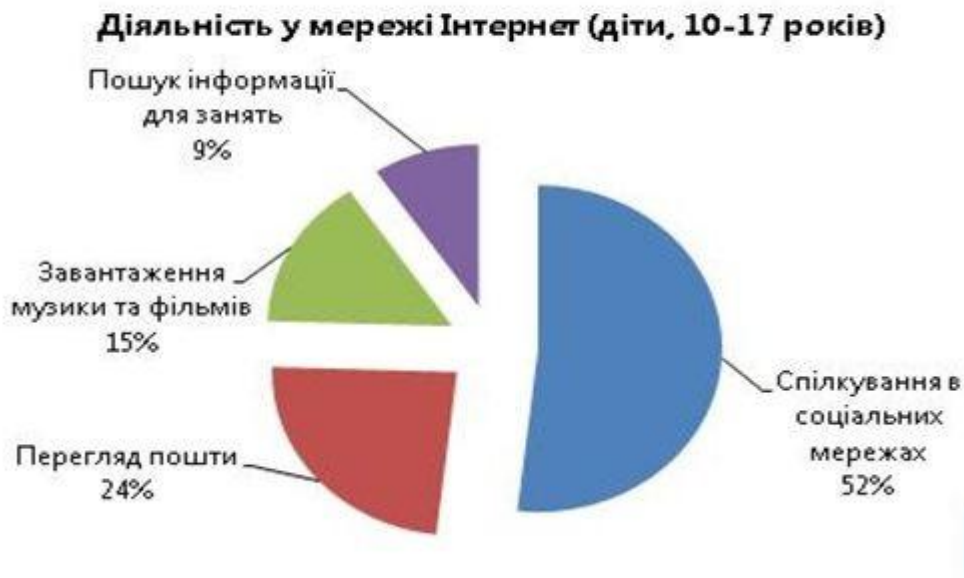


ПРАКТИЧНІ ПОРАДИ БАТЬКАМ, ЯК ПОДБАТИ ПРО БЕЗПЕКУ ДІТЕЙ В ІНТЕРНЕТІ.

Що діти роблять в Інтернеті?



1. Поясніть дитині ризики й небезпеки, із якими вона може зіткнутися

Якщо дитина вже досить доросла, щоб користуватися комп'ютером та Інтернетом, варто поговорити з нею про те, з якими негативними явищами вона може зіткнутися. Не потрібно лякати дитину або детально змальовувати їй можливі загрози, проте слід розповісти про такі явища, як кібербулінг (залякування через соціальні мережі або електронну пошту) та грумінг (схиляння до протизаконних дій). Відкрита довірлива розмова з дитиною про безпеку в мережі сприятиме тому, що дитина навчиться правильно використовувати Інтернет і уникати можливої небезпеки.

2. Встановлюйте обмеження

Батькам потрібно ввести для дитини певні правила користування Інтернетом. Це дасть велику користь усій родині. Для маленьких дітей використання соціальних мереж та інших способів Інтернет-спілкування необхідно обмежити. Дитині старшого віку можна дати більше свободи у використанні соціальних мереж, але варто обмежити час на перегляд сайтів певної тематики й онлайн-ігри. Слід також заборонити

використання смартфонів, планшетів і будь-яких інших електронних пристроїв під час прийому їжі та в нічний час. Це сприятиме спілкуванню між членами сім'ї й не заважатиме повноцінному сну дитини.

3. Контролюйте активність дитини в Інтернеті

Інтернет дає дитині змогу отримувати найрізноманітнішу інформацію, але батьки все-таки повинні обмежувати її доступ до певних сайтів. У цьому їм стануть у нагоді програми батьківського контролю. Їх потрібно встановлювати для всіх пристроїв, приєднаних до мережі, для мобільної мережі, окремих пристроїв або для пошукових систем.

Ці програми не дають дитині завантажувати додатки, міняти паролі або налаштування конфіденційності, запобігають доступу дитини до сайтів, що не відповідають її віку, містять небажаний матеріал. Недавнє дослідження показало, що велика кількість дітей до 12-ти років періодично переглядає сайти неприйняттого змісту. Програми батьківського контролю допомагають контролювати використання мережі неповнолітніми дітьми.



4. Дослідіть віртуальний світ разом із дитиною

Інтернет має прекрасні можливості для навчання дитини, тому батькам варто заохочувати дитину використовувати Інтернет для освіти. Зверніть увагу дитини на навчальні ігри і програми. Якщо ви перебуватимете в час, коли дитина працює із ними, поруч, це забезпечить умови для контролю її поведінки і безпеки в мережі. Дитина зможе краще опанувати комп'ютер, якщо ви покажете їй, як користуватися браузерами, пошуковими системами та електронною поштою.

5. Розкажіть дитині про кібербулінг

Кібербулінг, або залякування дітей в Інтернеті, відрізняється від булінгу в реальному житті, але не менш небезпечний для дитини. Засобами кібербулінгу можуть бути соціальні мережі, електронна пошта, ігрові платформи або смс. Дитині можуть погрожувати, залякувати або розголошувати її особисту інформацію. Розмовляйте з дитиною про кібербулінг, скажіть їй, щоб вона зверталася до вас, якщо стикнеться з подібними явищами в Інтернеті. Також поясніть їй, що не варто занадто багато ділитися в Інтернеті особистою інформацією, оскільки можна стати жертвою кібербулінгу й різних маніпуляцій.

6. Попередьте дитину про ризики, пов'язані зі спілкуванням в Інтернеті

Діти можуть наївно думати, що їх співрозмовники в Інтернеті говорять їм тільки правду. Насправді це може бути зовсім не так. Соціальні мережі, чати й форуми – потенційне джерело небезпеки для дитини. Її можуть втягти в незаконну діяльність.

Немає нічого поганого в тому, що дитина спілкується в соціальних мережах зі своїми друзями та однокласниками. Однак вам необхідно попередити її про небезпеку спілкування в Інтернеті з незнайомими людьми.



Стрімкий розвиток Інтернету та комп'ютерних технологій означає, що діти мають звикнути до віртуального життя. Якщо батьки відкрито говоритимуть із дитиною й навчатимуть її правил безпеки у віртуальному просторі, зникне потреба обмежувати доступ дитини до Інтернету.

7. Поясніть дитині, що інформація, яку вона розміщує у себе в стрічці, чи ділиться нею у стрічці друга – стає публічно видимою.

Фото, стікери, відео, статті одразу ж бачать усі: як ті, хто підписаний у друзі, так і незнайомі люди. Невдале чи відверте фото або відео миттю «розлітається» інтернетом, як тільки хтось ставить під публікацією «лайк» чи «поділитися». І відслідкувати подальше поширення такого матеріалу надзвичайно важко, а видалити – неможливо. Перепост – і будь-яка інформація стає власністю широких просторів інтернету, а отже всьому загалу світової мережі. Щоб такого не сталося, потрібно пересилати фото чи відео тільки через «особисту переписку», яка недоступна нікому, крім отримувача. Але нагадайте своїй дитині, що пікантними фото/відео не потрібно ділитися навіть з друзями, навіть перепискою, адже ніколи не знаєте, як вирішать розпорядитися цими світлинами ваші друзі. Збережіть свої таємниці на своєму комп'ютері для власного користування! Не «ведіться» на сумнівні вмовляння! Не приставайте на непристойні пропозиції! Бережіть своє «обличчя», честь і гідність!

Шість правил розумного користувача Інтернету:

- 1 Я буду поводитись в Інтернеті чемно і не ображати інших
- 2 Я буду залишати некорисні для мене веб-сайти
- 3 Я буду зберігати свій пароль в таємниці
- 4 Я буду розповідати своїм батькам про проблеми й користуватися їхньою підтримкою
- 5 Я буду шукати цікаві веб-сайти й ділитися посиланнями зі своїми друзями
- 6 Я знаю, що можна бути легко обманутим і не буду повідомляти реальні імена, адреси й номери телефонів.



Правила безпеки в Інтернеті

- Нікому без дозволу батьків не давати особисту інформацію: домашню адресу, номер домашнього телефону, робочу адресу батьків, їхній номер телефону, назву й адресу школи.
- Якщо знайдете якусь інформацію, що турбує Вас, негайно сповістіть про це батьків.
- Ніколи не погоджуватися на зустріч з людиною, з якою Ви познайомилися в Інтернеті. Якщо все ж таки це необхідно, то спочатку потрібно спитати дозволу батьків, а зустріч повинна відбутися в громадському місці й у присутності дорослих.
- Не надсилати свої фотографії чи іншу інформацію без дозволу батьків.
- Не відповідати на невиховані і грубі листи. Якщо одержите такі листи не з вашої вини, то сповістіть про це батьків, нехай вони зв'яжуться з компанією, що надає послуги Інтернет.
- Погодити з батьками правила користування Інтернетом. Особливо домовитися з ними про прийнятний час роботи в Інтернеті і сайти, які Ви збираєтесь відвідувати.
- Не давати нікому, крім батьків, свої паролі, навіть найближчим друзям.
- Не порушувати закони в Інтернеті.
- Не шкодити і не заважати іншим користувачам.



Шановні батьки! Візьміть на озброєння дані поради і захистіть своїх дітей від спокус, які містить в собі інтернет. Подбайте про безпеку своїх дітей в Інтернеті, адже крім вас це зробити ніхто не зможе!

Матеріали для користування класним керівникам, класоводам, батькам: як подбати про безпеку дітей в Інтернеті.

ЯК БАТЬКАМ КОНТРОЛЮВАТИ ДИТЯЧУ АКТИВНІСТЬ В МЕРЕЖІ ІНТЕРНЕТ

Як батькам контролювати дитячу активність в мережі інтернет, спитаєте Ви? Адже турботливі та уважні батьки часто замислюються над питанням,

чи можуть вони втручатись у віртуальне життя дитини і чи мають вони взагалі право втручатися, а тим більше – контролювати особистий простір дитини? Можуть і мають право! Але робити це потрібно вкрай делікатно.

Чи можуть батьки перевіряти історію браузера дитини?

Батькам можна перевіряти історію браузера підлітка, але тут є один нюанс. Багато підлітків добре вміють приховувати сліди: входити в Інтернет у режимі інкогніто, вимикати файли «cookie», чистити історію браузера. Таким чином, батьки не можуть бачити віртуальну активність дитини. Але навіть якщо дитина ретельно приховує своє віртуальне життя, це не означає, що вам не потрібно звертати на це уваги. Якщо ви не дуже добре розбираєтесь в комп'ютерній техніці, можна скористатися однією з безлічі комп'ютерних програм, які допоможуть відстежити Інтернет-активність підлітка.

Чи зможуть батьки завжди стежити за новими технологіями?

Сьогодні технології стрімко розвиваються й постійно оновлюються. До того ж, кожне нове покоління стає все більш обізнаним у техніці. Наприклад, нашим батькам телефонний зв'язок здавався вершиною технологій, а сьогодні завдяки Скайпу й подібним сервісам відеозв'язок здається цілком звичайним явищем – наші діти проводять багато часу, спілкуючись з друзями за допомогою таких сервісів.

Кожне покоління пристосовується до технологій, які його оточують. Тому батькам варто також навчитися користуватися сучасними пристроями, щоб оцінити їх переваги та небезпеку. Важливо навчити дітей відповідальної поведінки не тільки в реальному, а й у віртуальному житті.

Чи потрібно встановлювати дитині правила й обмеження?

Коли йдеться про використання електронних пристроїв та Інтернету, потрібно встановити дитині чіткі межі. Так вона зрозуміє, якої поведінки від неї очікують. Час від часу такі правила потрібно переглядати й доповнювати: те, що сьогодні є цілком нормальним, через деякий час може стати неприйнятним.

Потрібно чітко пояснити дитині правила й очікування, а також наслідки у випадку, якщо вона неправильно використовує електронні пристрої. Встановлюючи правила, потрібно бути послідовними, щоб підліток не сприймав це як жарт і в нього не виникало спокуси порушувати умови. Крім того, потрібно час від часу перевіряти комп'ютер та мобільний телефон дитини. Це потрібно робити без попередження, щоб вона не змогла очистити історію браузера або видалити що-небудь. Коли вона подорослішає та стане більш відповідальною за свою поведінку, можна скасувати деякі правила й надати їй більше свободи.

Чи потрібна дитині конфіденційність у Мережі?

Прагнення здобути самостійність й особистий простір характерне для підлітків. Вони хочуть, щоб батьки поважали їх особистий простір. Тому з часом контроль за віртуальним життям дитини варто знизити. Не варто контролювати 17-річну дитину так само, як 13-річну. Виняток становлять випадки, коли підліток замішаний у чомусь, що може йому нашкодити. Його безпека завжди повинна бути понад усе. Хоча підлітки намагаються поводитися як дорослі, їм часто не вистачає навичок, щоб упоратися зі складними ситуаціями, тиском однолітків, власними необдуманими діями тощо. Тому батьки повинні самі вирішити, скільки особистого простору можна надати підлітку в реальному й віртуальному житті.

Батькам буває важко знайти баланс між контролем віртуального життя дитини й конфіденційністю. Контролюючи кожну дію дитини в мережі, батьки провокують її непокору й недовіру. Однак помірний контроль може навчити чесності й відповідальності за свої дії. Завдання батьків – не викрити підлітка в чомусь поганому, а навчити його відповідальної поведінки в Інтернеті.

Що роблять в онлайні підлітки

Підлітки завантажують музику, використовують обмін миттєвими повідомленнями, електронну пошту та грають в онлайніві ігри. Вони активно використовують пошукові сервери для знаходження інформації в Internet. Більшість підлітків відвідували чат-кімнати і багато з них брали участь у дорослих або приватних чатах.

Цікаві цифри, факти, події (за матеріалами наукових досліджень)

78% українських дітей старше 6 років користуються Інтернетом;

24% батьків не знають про те, що їхні діти виходять в Інтернет через мобільні телефони;

9% батьків не підозрюють, що їхні діти виходять в Інтернет через мобільні телефони батьків;

8% батьків не знають, що їхні діти відвідують Інтернет-клуби;

27% дітей зізналися, що в Інтернеті з ними контактували незнайомці, третина з них пішли на контакт;

28% висилали фото віртуальним знайомим;

7% ділилися в Інтернеті інформацією про сім'ю.

Про інтернет-залежність

Підтримання здорового балансу між засобами розваг та іншими видами діяльності в житті дітей було завжди проблемою для батьків. Internet зробив це завдання ще більш складним. Можливості, які надає Internet для спілкування та онлайнівих ігор, означають, що багато дітей і підлітків

втрачають відчуття часу, знаходячись в онлайні. Ось кілька порад, як можна допомогти вашим дітям встановити здоровий баланс між використанням Internet та іншими видами діяльності

- У розмові з дитиною, в якій є ознаки інтернет-залежності, важливо не протиставляти інтернету реальне життя, а показати, як вони можуть доповнювати одне одного! Ваша дитина безмірно захоплена іграми-стрілялками? Чудово, запропонуйте їй стати сильним героєм не тільки на екрані мобільного телефону або монітора, а насправді зайнятися спортом, навчитися прийомам самооборони тощо. Сходіть разом у спортзал, зіграйте в підходящу спортивну гру.
- Важливо правильно використати властиву кожній дитині рису – цікавість! Добре знаючи свою дитину, ви обов'язково знайдете в навколишньому світі речі, які її неодмінно зацікавлять.
- Розробіть правила використання Інтернету. Постарайтеся встановити такі часові обмеження на роботу в Інтернеті, щоб у дитини залишався час для інших занять і, головне, для фізичної активності. Комп'ютер краще розмішувати не в дитячій кімнаті, а в кімнаті для дорослих. Тоді у вас буде більше можливостей слідкувати за тим, що дитина на ньому робить.
- Обов'язково проаналізуйте свою поведінку – чи не занадто багато часу Ви проводите в Інтернеті? Адже діти прагнуть брати приклад зі своїх батьків.

Норми, визначені Міністерством охорони здоров'я України — час використання комп'ютера протягом тижня:

- 6 років — 30-45 хвилин;
- 7-11 років — 2 години, але не більше 1 години на добу;
- 12-14 років — 2,5 години, але не більше 1 години на добу;

15-16 років — 7 годин, але не більше 1 години на добу.