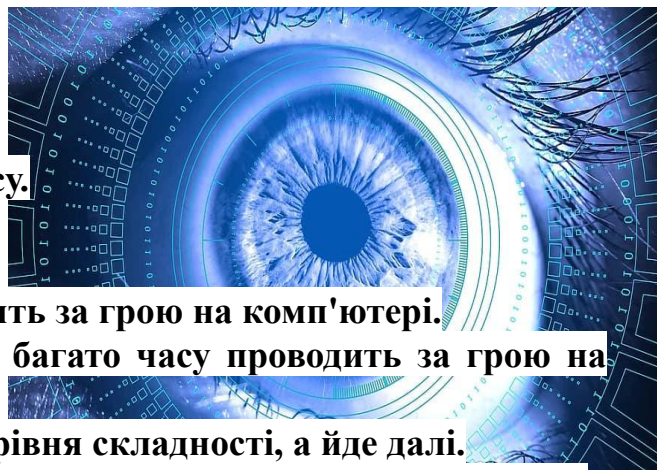


ТЕСТ ДЛЯ БАТЬКІВ

“Ознаки комп'ютерної залежності”

1. Дитина щодня грається на комп'ютері.
2. Після початку гри втрачає відчуття часу.
3. Не бажає залишати гру незакінченою.
4. Їсть перед комп'ютером.
5. Не визнає, що дуже багато часу проводить за грою на комп'ютері.
6. Ви докоряєте дитину за те, що вона багато часу проводить за грою на комп'ютері.
7. Не закінчує гру, якщо досягає певного рівня складності, а йде далі.
8. Порівнює результати зі старими і пишається цим, повідомляє про це всім.
9. Грає замість того, щоб виконувати домашні завдання.
10. Як тільки дорослі залишають дім, біжить до комп'ютера і з почуттям полегшення починає грати.



Якщо ви позитивно відповіли на 5 запитань з 10, то можете бути впевнені в тому, що дитина потрапили в залежність від комп'ютерних ігор. Якщо ви виявили залежність вашої дитини не чекайте дива, починайте діяти сьогодні!



Підготувала інформацію
практичний психолог

Знам'янської загальноосвітньої школи I-III ступенів №6
Рац Оксана Віталіївна

Знам'янка, 2021р.



5 кроків до розуміння

1. Підвищуйте власну комп'ютерну та інтернет-обізнаність.

Щоб убезпечити свою дитину у Мережі Ви маєте знати про інтернет, принаймні, не менше за неї.

2. Станьте для дитини радником. Опануйте інтернет разом.

Повідомте дитині, що вона може звернутися до Вас у будь-якій ситуації. Якщо в інтернеті (у повідомленні електронної пошти, на сайті, форумі, чаті) щось не зрозуміло, хвилює або загрожує, дитина завжди має звертатися по допомогу до Вас.

Інформація та послуги в інтернеті не завжди безпечні, тому перш ніж завантажувати, копіювати чи встановлювати будь-що з інтернету, дитина має порадитися з Вами.

3. Станьте для своєї дитини другом у соціальних мережах, або попросіть близьких знайомих зробити це.

Якщо Ваша дитина не бажає підтверджувати дружбу з Вами, попросіть Ваших друзів молодшого віку подружитися з нею у соціальних мережах. Ви завжди маєте знати, чим займається та з ким спілкується Ваша дитина у Мережі.

4. Встановіть на мобільному телефоні своєї дитини безкоштовну соціальну послугу «Батьківський контроль». Регулярно оновлюйте антивірус.

5. Створіть територію безпечного інтернету. Використовуйте поновлюваний перелік безпечних для дитини сайтів.

Запропонуйте дітям пізнавальні, цікаві та захоплюючі інтернет-ресурси.

Щоб захистити дітей від ризиків віртуального світу, використовуйте поновлюваний список рекомендованих сайтів для дітей.



Навчіть дитину правилам безпечної роботи у Мережі:

1. Роз'ясніть дитині важливість захисту своєї та чужої конфіденційної інформації:

- не можна викладати в інтернет інформацію про сім'ю та її фінансові справи, адреси проживання та
- навчання, номери телефонів, кредитної картки та банківські дані;
- нікому, крім батьків, не можна називати власні паролі до інтернет-сервісів (навіть найкращім друзям).

2. Навчіть дітей поводитися в інтернет так само, як у реальному житті.

У Всесвітній Мережі дитина має поводитися ввічливо, не робити нічого, що може образити інших людей або суперечить закону. Поясніть дітям, що в інтернеті також слід із повагою ставитися до людей та їх авторських прав. Незаконне копіювання та розповсюдження матеріалів, що є чиеюсь власністю, вважається крадіжкою.

3. Віртуальний співрозмовник може видавати себе за іншого.

Навчіть дитину не надто довіряти незнайомим людям у Мережі. Дитина повинна знати, що не можна призначати зустріч з віртуальними знайомими без дозволу батьків.

4. Віртуальний світ іноді коштує реальних грошей.

Завжди потрібно з'ясовувати, скільки коштують спеціальні інтернет-сервіси: наприклад, якою є повна вартість SMS в онлайн-грі.

Якщо така інформація не очевидна для дитини, вона має звертатися за порадою до Вас. Допмагайте дітям розібратися, скільки насправді коштують такі SMS-послуги та чи дійсно необхідно їх надсилати.

5. Питати поради можна і потрібно.

Повідомте дитині, що вона може звернутися до вас у будь-якій ситуації, яка її турбує. Якщо в інтернеті (у повідомленні електронної пошти, на сайті, форумі, чаті) щось незрозуміло, хвилює чи загрожує, завжди необхідно звертатися за допомогою до батьків.



Інформація та послуги в інтернеті **не завжди безпечні**, тому раніше, ніж завантажувати, встановлювати або зберігати будь-що з інтернету, треба отримати дозвіл батьків. Навчіть дитину перевіряти інформацію з Мережі за допомогою додаткових запитів і звернення до перевірених джерел.

Гарячі лінії з інтернет-безпеки

В разі необхідності, ви можете звернутись за консультацією до експертів, котрі нададуть вам компетентну допомогу.

- Online-bezpeka.kyivstar.ua – консультант з онлайн-безпеки від компанії "Київстар"
- Internetbezpeka.org.ua – тут ви можете повідомити про випадки дитячої порнографії в інтернеті.
- Національна "гаряча" лінія з питань протидії домашньому насильству і захисту прав дітей – 0 800 500 335 (безкоштовно для дзвінків із стаціонарних телефонів на території України) та 386 (безкоштовно для дзвінків з телефонів мобільних операторів "Київстар" та "МТС")
- Телефон Довіри МВС України: +38044 254 76 04

