

НЕБЕЗПЕЧНІ ТРЕНДИ: ЗАХИСТІТЬ СВОЮ ДИТИНУ

Останнім часом все більшої популярності набувають так звані «інтернет-челенджі». На жаль, деякі з них несуть серйозну небезпеку для дітей і підлітків. Щоб уникнути трагічних наслідків, ми закликаємо вас бути пильними та обговорити цю тему зі своїми дітьми.

Небезпечні челенджі – це інтернет-завдання, які заохочують дітей виконувати певні дії, часто шокуючі, ризиковані чи навіть загрозливі для життя.

Чому це небезпечно?

Діти часто не усвідомлюють ризиків, прагнучі привернути увагу, довести свою «сміливість» або слідувати за трендами. Це може призвести до травм, серйозних наслідків для здоров'я або навіть загрози життю.



Як допомогти дитині уникнути небезпеки?

Формуйте довірливі стосунки. Дитина має знати, що може звернутися до вас у будь-якій ситуації.

Будьте в курсі інтернет-активності вашої дитини. Поговоріть про те, що вони дивляться, у яких групах беруть участь.

Регулярно обговорюйте нові тренди. Запитуйте, які відео чи челенджі зараз популярні серед однолітків. Обговоріть, чи вони безпечні. Поясніть, що багато челенджів створені для хайпу і не мають жодної реальної цінності.

Використовуйте функції батьківського контролю. Встановіть на гаджетах спеціальні програми, які обмежують доступ до небезпечного контенту (наприклад,

Qustodio, Google Family Link або Norton Family). Слідкуйте за підписками дитини в соцмережах, але робіть це ненав'язливо.

Розмовляйте про ризики. Поясніть, чому деякі «ігри» є небезпечними та до яких наслідків вони можуть призвести.

Поясніть наслідки. У спокійній манері обговоріть, які юридичні, моральні чи фізичні наслідки можуть мати необдумані дії. Якщо дитина вже брала участь у небезпечних челенджах, не сваріть її, а допоможіть зрозуміти помилку.

Слідкуйте за змінами в поведінці. Якщо дитина стала замкнутою чи уникає розмов, це може бути сигналом для занепокоєння.

Навчайте критичного мислення. Допоможіть дитині аналізувати, чи варто слідувати за тим чи іншим трендом.



Встановіть сімейні правила використання гаджетів. Обговоріть, скільки часу дитина може проводити в мережі та які платформи використовувати. Введіть правило: перед виконанням незвичних завдань чи участі в челенджах дитина має порадитися з вами.

Навчайте емоційній грамотності. Поясніть, що почуття сорому чи тиску з боку однолітків — це нормально, і кожна людина має право сказати «ні». Підтримуйте впевненість дитини в собі, щоб вона могла протистояти впливу негативних трендів.

Покажіть альтернативи. Запропонуйте дитині інші цікаві способи провести час: заняття спортом, творчість, спільні ігри чи проєкти. Заохочуйте до участі в безпечних ініціативах, які допомагають розвиватися.

Якщо дитина зіткнулася з небезпечною ситуацією, **найважливіше** — підтримка, розуміння і готовність допомогти.



Ось список покликань на українські платформи, які будуть корисними для батьків:

Національна дитяча «гаряча лінія» від Ла Страда-Україна. Платформа для консультацій та допомоги у випадках небезпечної поведінки дітей в інтернеті. Є телефонна підтримка: [0 800 500 225](tel:0800500225) або короткий номер [116 111](tel:116111).

Stop Sexting Інформація про захист дітей від сексуального насильства в інтернеті, поради для батьків та дітей

Інформаційна платформа про кібербулінг (ініціатори проєкту — громадська організація GoLOCAL за підтримки e-Governance Academy)

Освіторія – матеріали про кібербулінг. Освітній портал із рекомендаціями для батьків та педагогів щодо кібербулінгу та безпеки в мережі.

Мінцифри – «Дія. Цифрова освіта» Онлайн-курси з цифрової грамотності, зокрема курс «Безпека дітей в інтернеті».