

CHROŃ DZIECKO W SIECI

Drodzy Rodzice!!

W dzisiejszych materiałach chciałam zwrócić Waszą uwagę na bezpieczeństwo dzieci w sieci. Zarówno te starsze jak i te młodsze dzieci korzystają z Internetu. Poruszają się niejednokrotnie po sieci znacznie lepiej niż my dorośli. Tak naprawdę Internet jest często nieodłączną częścią ich życia – życia, które w dużej mierze obecnie toczy się właśnie w sieci. Jednak to, że dostęp do Internetu jest powszechny i coraz częściej nieograniczony nie oznacza tego, że jest bezpieczny a nasze dzieci mogą bezpiecznie i bez przeszkód z niego korzystać. W rzeczywistości Internet niesie dużo możliwości rozwoju i tyleż samo niebezpieczeństw. Jako rodzice powinniśmy uczyć korzystania przez nasze dzieci z Internetu w bezpieczny sposób. Również to na was, drodzy rodzice, spoczywa obowiązek kontroli tego, co wasza pociecha w Internecie porabia. KOCHAM-KONTROLUJĘ!!

W sieci można znaleźć wiele przydatnych treści, informacji, są tam jednak także rzeczy, do których nasze pociechy nie powinny mieć dostępu. Internet to również kontakty z innymi osobami, tylko czy zawsze te osoby mają na uwadze dobro waszego dziecka?

W związku z tym, że dzieci i młodzież wychowana jest już w nieograniczonym dostępie do treści internetowych, ważne jest, żeby zapewnić im bezpieczeństwo podczas korzystania z Internetu czy aplikacji mobilnych. Tak jak pokazujemy naszym pociechom, jak korzystać z wielu rzeczy w świecie realnym, tak samo powinniśmy pokazać jak w bezpieczny sposób surfować w Internecie.

Problem korzystania z sieci dotyczy przede wszystkim szkodliwych treści, z którymi młody człowiek może mieć styczność.

Jak podaje Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę **szkodliwe treści** to „materiały, które mogą mieć negatywny wpływ na rozwój i psychikę dzieci i młodzieży. Dzieci mogą na nie trafić celowo lub przypadkowo, np. poprzez mylne wyniki wyszukiwania, spam czy reklamę.” (www.dzieckowsieci.pl)

Do szkodliwych treści, jak podaje Fundacja, zazwyczaj zalicza się:

- **treści pornograficzne**, w tym materiały prezentujące relacje seksualne z wykorzystaniem przemocy oraz nietypowe i dewiacyjne zachowania seksualne;
- **treści prezentujące przemoc i okrucieństwo**, np. w filmach bądź brutalnych grach komputerowych;
- **treści promujące zachowania autodestrukcyjne** – samookaleczenia lub samobójstwa, bądź zachowania szkodliwe dla zdrowia, np. wyniszczające diety, zażywanie narkotyków lub dopalaczy;
- **treści dyskryminacyjne**, nawołujące do wrogości lub nienawiści wobec różnych grup społecznych, narodowościowych, religijnych lub osób.

Jaki wpływ na dzieci i młodzież mogą mieć szkodliwe treści znalezione w sieci? Według przeprowadzonych licznych badań kontakt z niewłaściwymi treściami może :

- powodować wystąpienie wysokiego poziomu negatywnych emocji;
- wpływać na zaburzenie prawidłowego rozwoju i obniżenie poczucia bezpieczeństwa dziecka;

- kształtować fałszywe poglądy na sferę seksualności i stanowić wypaczoną edukację seksualną (w przypadku oglądania przez dzieci treści pornograficznych) - wyniki badań potwierdzają, że częsty kontakt dzieci z treściami pornograficznymi może prowadzić do problemów w sferze seksualności w późniejszym wieku.
- mieć negatywny wpływ na psychikę dzieci i prowadzić do większej tolerancji na przemoc lub wręcz agresji w przypadku kontaktu z przekazami pełnymi przemocy, np. gry komputerowe, filmy z dużą dawką przemocy.

Co wy, jako rodzice, możecie zrobić aby chronić swoje dziecko?

Po pierwsze, jeśli pozwalamy dzieciom korzystać z Internetu należy wprowadzić **ZASADY KORZYSTANIA** z niego, których celem będzie zapewnienie bezpieczeństwa dzieciom i ochrona przed niewłaściwymi treściami. Pamiętajmy, że zasady muszą być dostosowane do wieku waszej pociechy! Ustalone zasady powinny być omówione z dzieckiem, dobrze jest spisać je na kartce i umieścić w widocznym miejscu. Ważne jest, żeby temat bezpiecznego korzystania z Internetu wracał w codziennych rozmowach, aby przypominać również o ustalonych zasadach. Zachęcajcie wasze dzieci do zadawania wam pytań odnośnie korzystania z Internetu po to żeby rozwiązać ich ewentualne wątpliwości. Kolejną ważną rzeczą, o której powinno się pamiętać to kontrola przestrzegania zasad. Jeśli widzicie, że wasza pociecha stosuje się do ustaleń koniecznie ją za to pochwalcie! Pamiętajcie także, żeby utwierdzać wasze dziecko, że w razie jakichkolwiek wątpliwości czy trudności może na was liczyć.

Korzystając ze wskazówek zawartych na stronie Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę, poniżej zamieszczam informacje dotyczące tego o co warto zadbać, by dziecko korzystające z Internetu przestrzegało poniższych zasad:

- **Najmłodsze dzieci powinny korzystać jedynie z pozytywnych i bezpiecznych treści (strony, aplikacje, gry) wskazanych przez rodziców.** Z czasem warto brać pod uwagę propozycje nowych treści spośród wskazywanych przez dzieci, każdorazowo je weryfikując. Po wprowadzeniu takiej zasady warto porozmawiać z dzieckiem na temat nieodpowiednich treści online – w sposób adekwatny do jego wieku należy je poinformować, że w sieci można trafić na materiały prezentujące seks, przemoc, wulgaryzmy. Trzeba zaznaczyć, że nie są to treści przeznaczone dla dzieci i że oczekujemy, iż dziecko nas poinformuje w razie kontaktu z nimi.
- **Czas korzystania z sieci powinien być ograniczony.** Zaleca się, by dzieci w wieku wczesnoszkolnym nie korzystały z urządzeń ekranowych dłużej niż dwie godziny dziennie. Dobrym pomysłem jest ustalenie dnia lub dni, np. weekendu, bez Internetu.
- **Dzieciom w wieku przedszkolnym należy towarzyszyć podczas korzystania z sieci.** Jeśli dzieci są starsze, warto jako rodzic możliwość wglądu w ekran komputera czy urządzenia mobilnego, z którego korzystają. Przy okazji warto zainteresować się aktywnościami dziecka online i nawiązać na ten temat rozmowę.
- **Najmłodsze dzieci nie powinny samodzielnie korzystać z wyszukiwarek, portali społecznościowych i innych serwisów dających nieograniczony dostęp do treści (zdjęć, filmów, tekstów).** Stopniowe wprowadzanie takich możliwości powinno odbywać się pod kontrolą rodziców i z uwzględnieniem ograniczeń wiekowych narzucanych przez serwisy. Warto takie sytuacje wykorzystać do edukacji dziecka w zakresie skutecznego i bezpiecznego poszukiwania treści, poszerzając jego wiedzę na temat nieodpowiednich treści. Dobrze, gdy

podczas swobodnych rozmów z dzieckiem wprowadzimy pojęcie ograniczonego zaufania do treści online.

- **Najmłodsze dzieci nie powinny samodzielnie korzystać z komunikatorów czy portali społecznościowych.** Ewentualne kontakty online powinny być ograniczone do znajomych osób i odbywać się pod kontrolą rodziców. Zakaz ów należy poprzedzić rozmową na temat zagrożeń związanych z kontaktami z nieznanymi.
- **Dzieci nie powinny publikować samodzielnie w sieci treści, szczególnie prywatnych informacji, filmów, zdjęć.** Taki zakaz powinien być połączony ze zwróceniem dziecku uwagi na zagrożenia związane z publikacją wizerunku i prywatnych informacji.
- **Należy umówić się z dzieckiem, że za każdym razem kiedy trafi na nieodpowiednie treści lub cokolwiek innego je w sieci zaniepokoi, natychmiast nas o tym poinformuje.** Kiedy dziecko zgłasza kontakt z nieodpowiednimi treściami, warto rozpoznać, co się wydarzyło, pochwalić je za poinformowanie o takim zdarzeniu. Jeżeli dziecko jest zaniepokojone, trzeba wytłumaczyć mu sytuację, zastanowić się, jak zmniejszyć prawdopodobieństwo podobnych okoliczności w przyszłości.

(www.dzieckowsieci.p – Fundacja Dajemy Dzieciom Się, Naukowa i Akademicka Sieć Komputerowa)

Kolejną ważną rzeczą jest **ZAPEWNIENIE DZIECKU JEDYNIIE POZYTYWNYCH I BEZPIECZNYCH TREŚCI.**

Jak pisałam wcześniej kontakt ze szkodliwymi treściami takimi jak przemoc, pornografia może mieć szkodliwy wpływ na dziecko. Pozwalając na korzystanie z Internetu naszym pociechom możemy mieć wpływa na ich pozytywny rozwój społeczny, emocjonalny, moralny czy poznawczy, jeśli postaramy się o odpowiedni dobór treści i aktywności online. Stąd tak ważny jest dobór prezentowanych dziecku stron internetowych, gier czy aplikacji przez was drodzy rodzice. To wasze ważne zadanie!

Zgodnie z informacjami zamieszczonymi na stronie www.dzieckowsieci.pl warto zwrócić uwagę na kilka podstawowych kwestii:

- Zasoby internetowe udostępniane dzieciom muszą być wolne od szkodliwych treści, czyli przemocy, wulgaryzmów, erotyki. Należy się również upewnić, czy nie dają one dostępu do takich treści np. poprzez linki czy bannery.
- Należy udostępniać dzieciom treści z wiarygodnego źródła, stworzone z myślą o młodym odbiorcy.
- Estetyka, sposób prezentowania informacji, nawigacja po serwisie, grze czy aplikacji powinny być przyjazne i zrozumiałe dla dziecka.
- Udostępniane dzieciom treści powinny łączyć zabawę z edukacją i rozwojem – angażować je w aktywności plastyczne, muzyczne, rozwijać wyobraźnię, poszerzać wiedzę.
- Należy zwrócić uwagę, czy serwis zapewnia ochronę prywatności użytkownika – kluczowe jest zadbanie o bezpieczeństwo danych i wizerunku dziecka.

W poszukiwaniu pozytywnych treści warto skorzystać z popularnych wyszukiwarek (np. Google) – wpisanie odpowiedniego hasła np. „aplikacje dla dzieci”, „strony dla dzieci” lub nazwy konkretnej gry czy aplikacji pozwoli zapoznać się z informacjami od dystrybutorów oraz opiniami innych internautów. Jeśli wpisujemy nazwę gry, serwisu czy aplikacji w serwisie YouTube, z dużym prawdopodobieństwem trafimy na film prezentujący ich działanie.

Dla rodziców chcących świadomie kupować gry dla dzieci pomocny jest system klasyfikacji gier PEGI. W jego ramach na pudełkach gier zamieszczane są etykiety wskazujące na minimalny dopuszczalny wiek, po osiągnięciu którego można korzystać z gry, jak również ostrzegające przed pojawiającymi się w niej niebezpiecznymi treściami. Informacje o ocenie danej gry w systemie PEGI znaleźć można również w Internecie na stronie www.pegi.info

Szukając aplikacji dziecięcych, warto skorzystać też z katalogu BeStApp prowadzonego przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę. Jest on dostępny jako aplikacja (dla systemu Android) oraz na stronie – www.fdds.pl/bestapp. Fundacja prowadzi także katalog dziecięcych stron internetowych BeSt dostępny pod adresem www.fdds.pl/best. (www.dzieckowsieci.pl)

Ważne aby **ROZMAWIAĆ Z DZIECKIEM O JEGO DOŚWIADCZENIACH W SIECI**. Drodzy rodzice warto znaleźć czas na rozmowę z waszymi pociechami, po pierwsze po to żeby wzmacniać wasz kontakt z nimi, a po drugie po to aby mieć informacje dotyczące ich doświadczeń w korzystaniu z Internetu. Wykazywanie zainteresowania (oczywiście nie nachalne) tym co robi wasza pociecha w sieci ma dać jej również poczucie bezpieczeństwa. Dzięki rozmowom z dzieckiem i zainteresowaniu tym co robi, będziecie na bieżąco z jego doświadczeniami, zainteresowaniami, preferencjami czy jego aktywnościami również tymi w sieci. Pomoże wam to, drodzy rodzice w wychwyceniu ewentualnego kontaktu dziecka z niewłaściwymi treściami.

„Jeżeli dowiemy się, że dziecko miało kontakt z pornografią czy scenami przemocy, nie wpadajmy w panikę. Ważne, żeby nie oceniać ani nie obwiniać dziecka za takie zdarzenia. Wyniki badań pokazują, że zdecydowana większość dzieci nie podzieliłaby się z rodzicami niepokojącymi zdarzeniami w sieci właśnie dlatego, że boją się oceny i konsekwencji (np. pozbawienia dostępu do Internetu). Ważne jest więc, żeby spokojnie ustalić okoliczności zdarzenia. Jeżeli kontakt z nieodpowiednimi treściami wprowadził dziecko w zakłopotanie, należy wytłumaczyć mu sytuację, w której się znalazło. Ważne, żeby nie pozostawiać pytań dziecka bez odpowiedzi. W przypadku scen filmowych czy fragmentów gier, które przestraszyły dziecko, należy wytłumaczyć mu, że to fikcja, że nikomu nie stała się krzywda. W przypadku kontaktu z erotyką i pornografią na miarę wieku dziecka należy wytłumaczyć mu koncept seksu i przekazać, że materiały, które widziało, przeznaczone są dla dorosłych. Następnie należy się zastanowić, jak unikać podobnych sytuacji – zainstalować oprogramowanie filtrujące, wyeliminować szkodliwe gry, poinstruować dziecko, jakich aktywności w sieci unikać itd. Jeżeli dziecko opowiada o kontakcie ze szkodliwymi treściami poza domem – w szkole, domu rówieśników, należy porozmawiać o tej sytuacji z wychowawcą czy rodzicami kolegów dziecka. Należy też być wyczulonym na sytuacje, w których ktoś prezentuje dziecku takie treści. **Pomocni w interwencji mogą być konsultanci bezpłatnej linii 800 100 100.**”(www.dzieckowsieci.pl)

Chcąc chronić swoje dziecko pamiętaj aby **SKONFIGURUJ USTAWIENIA BEZPIECZEŃSTWA W URZĄDZENIU** z dostępem do Internetu. Należy odpowiednio skonfigurować system operacyjny w urządzeniach, w których twoje dziecko ma dostęp do sieci. Celem takiego działania ma być ograniczenie dostępu do szkodliwych treści.

Jak podają na stronie www.dzieckowsieci.pl w przypadku tabletów i smartfonów z systemem Android warto odpowiednio skonfigurować Google Play, przeglądarkę oraz aplikację serwisu YouTube. W nowszych wersjach systemu istnieje także możliwość stworzenia profilu ograniczonego, który będzie stanowił bezpieczną przestrzeń dla dziecka. (www.dzieckowsieci.pl)

Na podanej wyżej stronie znajdziecie także filmiki instruktażowe, które krok po kroku pokażą jak skonfigurować ustawienia bezpieczeństwa na smartfonie czy komputerze
- <http://www.dzieckowsieci.pl/#problem>.

Warto zainstalować PROGRAM DO KONTROLI RODZICIELSKIE, by poprawić bezpieczeństwo waszych dzieci podczas korzystania przez nie z Internetu.

„Programy tego typu dają możliwość filtrowania treści, kontrolowania czasu i aktywności dziecka online itp. Aplikacje tego typu na tablety i smartfony dostępne są w sklepach online właściwych dla danego systemu operacyjnego. Użytkownicy komputerów pobiorą takie programy z sieci lub kupią je w sklepie.

Część programów i aplikacji kontroli rodzicielskiej udostępnianych jest gratis, za inne trzeba zapłacić. Zdarzają się również propozycje darmowych programów z płatnymi dodatkowymi funkcjonalnościami. Duża grupa programów działa na zasadzie abonamentu. Zazwyczaj w okresie próbnym można przetestować możliwości programu. Warto zwrócić uwagę, czy wybrany przez nas pakiet do kontroli rodzicielskiej umożliwia zabezpieczenie kilku urządzeń jednocześnie.”
(www.dzieckowsieci.pl)

Droży rodzice zachęcam Was do odwiedzenia strony www.dzieckowsieci.pl w celu uzyskania większej ilości informacji nt bezpieczeństwa dziecka w sieci. Znajdziecie tam także: informacje dotyczące proponowanych programów kontroli rodzicielskiej, katalog bezpiecznych stron i przeglądarki Best, informację nt. aplikacji chroń dzieci w sieci Orange.

Zachęcam Państwa także do udziału w bezpłatnym kursie internetowym przygotowanym przez Fundację Orange . W proponowanym kursie możecie dowiedzieć się o tym, jak chronić swoje dzieci w internecie, na co zwrócić uwagę i jak unikać zagrożeń związanych z korzystaniem z nowych technologii przez najmłodszych. Kurs dostępny pod adresem <https://fundacja.orange.pl/kurs/>

Natomiast dla dzieci w wieku 9-11 lat polecam program edukacyjny sieciaki.pl, dotyczący bezpiecznego korzystania z Internetu - <https://sieciaki.pl/>.

Poniżej zamieszczam przydatne linki w celu pogłębienia tematu bezpieczeństwa dzieci w sieci.

<https://www.dzieckowsieci.pl>

<http://www.bezpieczneinterneciaki.pl/jak-zadbac-o-bezpieczenstwo-dzieci-w-internecie/>

<https://plblog.kaspersky.com/family-tips-2019/11185/>

<https://twojedzieckowsieci.pl/warto-wiedziec/>

<https://www.saferinternet.pl/pliki/publikacje/kompendium2019.pdf>

<https://sieciaki.pl/>.

