

ZASADY BEZPIECZNEGO KORZYSTANIA Z INTERNETU DLA RODZICÓW

1. USTAL Z DZIECKIEM ZASADY KORZYSTANIA Z INTERNETU

Skoro zgadzamy się na to, by dziecko miało dostęp do Internetu, musimy ustalić z nim zasady, które zapewnią mu bezpieczeństwo. To konieczne, by chronić je przed kontaktem z nieodpowiednimi treściami. Zasady muszą być dostosowane do wieku dziecka. Ważne, żeby nie poprzestać na jednorazowej rozmowie. Do tematu zasad użytkowania Internetu i bezpieczeństwa w nim należy wracać, jeśli tylko pojawi się ku temu okazja w codziennej rozmowie. Warto zachęcać dziecko do zadawania pytań, rozwiewać jego wątpliwości, tłumaczyć, dlaczego decydujemy się na pewne ograniczenia. Ważne, żeby dziecko miało świadomość, że dbamy o jego bezpieczeństwo. Dążmy do tego, by było przekonane o tym, że zawsze może zwrócić się do nas w sytuacjach dla siebie trudnych lub gdy będzie miało poczucie zagrożenia. Warto zadbać o to, by dziecko korzystające z Internetu przestrzegało następujących 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 nieznajomymi.
- 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.

2. UDOSTĘPNIJ DZIECKU JEDYNIEMU POZYTYWNE I BEZPIECZNE TREŚCI

Kontakt z nieodpowiednimi treściami, jak pornografia, przemoc czy wulgarne materiały, może mieć szkodliwy wpływ na dziecko, podczas gdy odpowiednio dobrane treści i aktywności online mogą pozytywnie wpłynąć na jego rozwój społeczny, emocjonalny, moralny i poznawczy. Dlatego dobór stron internetowych, aplikacji czy gier staje się niezwykle ważnym zadaniem dla rodziców.

Warto przy tym 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

3. ROZMAWIAJ Z DZIECKIEM O JEGO DOŚWIADCZENIACH W SIECI

Dobry kontakt z dzieckiem, czas na rozmowę i zainteresowanie jego doświadczeniami są niezwykle ważne do rozwoju dziecka. Zapewniają mu poczucie bezpieczeństwa. Jeżeli w świecie dziecka pojawiają się urządzenia elektroniczne i Internet, to ważne, żeby również one były tematem rozmów z nim. Dzięki temu będziemy na bieżąco z doświadczeniami dziecka, poznamy jego preferencje, zobaczymy efekty jego aktywności online, damy mu szansę na pochwalenie się osiągnięciami (ważne, żeby je zauważać i doceniać). Rozmowa o doświadczeniach online będzie pomocna w zauważeniu niepokojących zdarzeń – również tych związanych z kontaktem z niebezpiecznymi 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 przstraszyły 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 800100100.

4. SKONFIGURUJ USTAWIENIA BEZPIECZEŃSTWA W URZĄDZENIU

Udostępniając dziecku urządzenie z dostępem do Internetu, należy odpowiednio skonfigurować ich system operacyjny. Jest to dosyć proste i powoduje znaczne ograniczenie dostępu do szkodliwych treści.

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. Właściciele urządzeń mobilnych z systemem iOS (iPad, iPhone) mogą ograniczyć dziecku dostęp do wybranych treści, korzystając z funkcji „Ograniczenia”, która znajduje się w ustawieniach ogólnych. Określimy tam m.in. ograniczenie wiekowe dotyczące wyświetlanych filmów oraz używanych programów. Jeżeli dziecko korzysta z Internetu na komputerze wyposażonym w system Windows 7, możemy aktywować moduł Ochrony Rodzicielskiej, który umożliwi kontrolowanie czasu korzystania z komputera oraz ograniczenie dostępu do wskazanych gier i aplikacji. Moduł znajdziemy w panelu sterownia.

5. ZAINSTALUJ PROGRAM DO KONTROLI RODZICIELSKIEJ

W celu poprawy bezpieczeństwa dzieci korzystających z Internetu warto zainstalować na urządzeniach, z których korzystają, oprogramowanie do kontroli rodzicielskiej. 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.

Więcej informacji na temat tego rozwiązania można znaleźć na stronie:

www.dzieckowsieci.pl