

## Кілька порад щодо цифрового батьківства.



### Кілька порад щодо цифрового батьківства – діти віком від 13 до 17 років

- ▶ Спонукайте підлітка розмовляти з вами про всі проблеми в Інтернеті та реальному житті.
- ▶ Укладіть угоду з підлітком про використання медіа в родині, щоб забезпечити належний баланс і використання технологій. В угоді перелічіть свої очікування щодо використання технологій.
- ▶ Знайте, як ваш підліток взаємодіє з технологіями: він збуджений, насуплений, злий чи замкнутий? Будьте готові втрутитися й надати підтримку. Якщо ви помітили зміни в поведінці, поговоріть із підлітком і зрештою зверніться по допомогу до інших батьків, школи чи медичних працівників.



### Кілька порад щодо цифрового батьківства – як поводитися з дитиною, щоб обмежити ризики?

- ▶ Переконайтеся, що ваші діти не додають незнайомих у «друзі» в соціальних мережах і не діляться особистою ідентифікаційною інформацією.
- ▶ Зверніть увагу на те, як дитина взаємодіє з технологіями: чи змінюється її поведінка, коли ви заходите в кімнату? Вона швидко перемикає екран або вимикає комп'ютер?
- ▶ Встановіть найсуворіші налаштування конфіденційності на всіх пристроях і платформах. Регулярно перевіряйте ці налаштування, оскільки вони іноді скидаються під час оновлення платформ чи зміни умов користування.
- ▶ Навчіть дітей добре думати, перш ніж публікувати чи поширювати інформацію. Під час роботи з новими технологіями, Інтернетом і соціальними мережами дуже важливе критичне мислення. Діти та молоді люди повинні зупинитися та подумати, а не просто автоматично поширювати й клікати.
- ▶ Переконайтеся, що діти знають, що завжди можуть прийти до вас і поговорити про все, що з ними відбувається.



### **Кілька порад щодо цифрового батьківства – як поводитися з дитиною, щоб обмежити ризики?**

- ▶ S – SAFE (безпека). Захисти себе, не повідомляючи нікому свою особисту інформацію.
- ▶ M – MEETING (зустрічатися) з особою, з якою в тебе був контакт лише в Інтернеті, небезпечно.
- ▶ A – ACCEPTING (відкривати) електронних листів чи миттєвих повідомлень або інших файлів від людей, яких ти не знаєш чи яким не довіряєш, може бути небезпечно.
- ▶ R – RELIABLE (надійність) – людина з Інтернету може обманювати про те, ким вона є.
- ▶ T – TELL (скажи) батькам, піклувальнику чи дорослому, якому довіряєш, якщо хтось чи щось змушує тебе почуватися некомфортно або стурбовано.



### **Кілька порад щодо цифрового батьківства – що робити, якщо дитина отримує відверто сексуальне зображення іншої дитини?**

- ▶ Скажіть дитині не поширювати зображення. Не поширюйте його в Інтернеті чи поза ним.
- ▶ Зверніться до Google або Microsoft, щоб видалити посилання на порно-помсту.



### **Кілька порад щодо цифрового батьківства – що робити, якщо дитина зробила відверто сексуальні зображення або відео себе й дізналася, що їх поширюють в Інтернеті?**

- ▶ Не звинувачуйте дитину за те, що вона зробила такі зображення. Підтримайте її в цій стресовій та делікатній ситуації. Пам'ятайте, що дитина може почуватися зрадженою.
- ▶ Збережіть докази, зробивши знімки екрана онлайн-вмісту, і спробуйте включити адресу вебсайту.
- ▶ Поскаржтеся на вміст у соціальній мережі та правоохоронним органам.