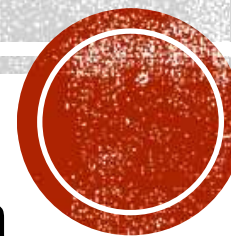




ВІТАЮ!

Ковальчук
Олена Олександрівна,

практичний психолог
КУ ССШ №25 I-III ступенів



Безпека дітей в інтернеті під час пандемії COVID-19



Як допомогти дітям залишатися в безпеці онлайн

- Навіть якщо ви разом вдома, неможливо щосекунди моніторити онлайн-активність дитини.
- Важливо говорити з нею про безпеку в Інтернеті та допомагати розвивати критичне мислення, навчити робити правильний вибір.



10 основних порад для захисту дітей онлайн

1. Будуйте відкриті та довірливі стосунки зі своєю дитиною щодо використання технологій. Дитина має знати: якщо щось піде не так, ви поруч.
2. Разом з дитиною дивіться матеріали та грайте в Інтернеті. Також це чудова можливість для початку розмови про безпеку в Інтернеті.
3. Створюйте корисні звички та допоможіть своїй дитині розвивати соціальні й емоційні навички.
4. Підвищуйте самооцінку дитини. Дайте можливість дитині самій приймати рішення.
5. Зробіть так, щоб вдома дитина користувалась пристроями в зонах видимості— це допоможе вам бути в курсі того, з ким ваша дитина контактує в Інтернеті.



6. Установіть часові межі, щоб балансувати час, проведений перед екраном та в режимі офлайн.
7. Знайте, якими додатками, іграми, веб-сайтами та соціальними мережами користується ваша дитина, і переконайтеся, що вони відповідають її віку.
8. Перевірте налаштування приватності в іграх та програмах, якими користується ваша дитина, переконайтеся, що в її профілі ввімкнені найсуворіші налаштування приватності.
9. Використовуйте доступні технології для налаштування батьківського контролю на пристроях, які можуть обмежувати шкідливий контент.
10. Будьте уважні до ознак страху чи тривоги і знайте, куди звернутися за додатковою порадою та підтримкою.



ЗМІ, дезінформація та шахрайство

Що я можу зробити, якщо моя дитина відчуває тривогу?

- Вимкніть сповіщення та використовуйте програми-додатки або вбудовані функції, щоб відстежувати чи обмежувати кількість часу, проведеного вами та вашою дитиною в Інтернеті.
- Спробуйте проводити більше часу за іншими видами діяльності, наприклад, читанням або настільними іграми.
- Придивіться до позитивних історій людей, які працюють над тим, щоб мінімізувати COVID-19, піклуються про літніх або хворих людей, та проявляють доброзичливість.
- Регулярно перевіряйте, чи все добре з вашою дитиною. Дайте їй знати, що вона в будь-який час може звернутися до вас.



- Станьте частиною цифрового світу вашої дитини
- Будуйте відносини на довірі
- Допомогайте дитині захистити свою приватність
- Навчіть дитину розрізняти підозрілі контакти
- Встановіть правила безпеки для зустрічі з онлайн-друзями
- Якщо щось пішло не так — поговоріть з дитиною без осуду чи злості
- Зателефонуйте у поліцію, якщо дитині загрожує фізична небезпека.



КОРИСНІ ПОСИЛАННЯ

- Онлайн консультації для підлітків від [Teenergizer](#)
- Тематична інформація для батьків від освітнього проєкту [#stop_sexтинг](#)
- Серіал для батьків “Безпека в Інтернеті” на порталі “Дія.Цифрова Освіта”
- Моя електронна адреса: lena.kow0306@gmail.com

