Клан Клік-Клац.
Виховання дітей у цифрову еру

ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ
У ЦИФРОВУ ЕРУ

Цю міні-книжечку про основні виклики «цифрового батьківства» розробили у Сингапурі, з ініціативи тамтешньої Ради з питань ЗМІ

Вчить безпечної поведінки в Інтернеті

Як захистити дітей в Інтернеті та допомогти їм самостійно зробити правильний вибір?

Чи знаєте ви онлайн-звички вашої дитини: які сайти відвідує, в які ігри грає, з ким дружить онлайн?

Чи маєте ви домашні правила використання Інтернету? (Скажімо, не відповідати на образливі чи незрозумілі листи і повідомлення)

Чи є ви у списку онлайн-друзів своєї дитини? (Нехай додасть вас, якщо не має чого приховувати)

Чи налаштували ви фільтри та антивірусні програми на ваших пристроях?

Що батькам потрібно знати і робити

Розмістити комп’ютер у спільній кімнаті, де ви зможете спостерігати за дитячою активністю в Інтернеті. Це також стосується використання лептопів, планшетів та мобільних пристроїв

Використовувати безпечні налаштування та функції батьківського контролю аби уникнути дитячого доступу до неадекватного контенту

Не варто давати молодшим школярам особисті мобільні пристрої з доступом до Інтернету

Почати з обмеженого доступу до Інтернету (чим молодша дитина, тим строгіші обмеження), а згодом встановлювати певні правила, які дитина виконуватиме, здобуваючи вашу довіру

Пояснити дитині об’єктивні причини і потребу в правилах та інструкціях, які ви пропонуєте

Залишатися доступними, “відкритими до питань” батьками, а “проблемні” ситуації, коли дитина вам довірилась, використовувати, як додаткові навчальні моменти

Що дитині треба знати і робити

Нікому не давати своїх паролів. Переконатися, що дитячий профіль “приватний”/ “лише для друзів”, аби персональна інформація була в безпеці

Ніколи не відкривати e-mail листи та повідомлення від незнайомців. Там можуть міститися віруси, що зашкодять комп’ютеру

Ніколи не погоджуватися на зустрічі з незнайомцями

Негайно розказати батькам чи іншим дорослим, яким дитина довіряє, якщо в Інтернеті трапиться будь-яка неприємна, незрозуміла чи некомфортна ситуація

Не додавати до списку друзів нікого, з ким не знайомий у реальному житті (розкажіть дітям про фальшиві профілі та онлайн-злочинців, що полюють за інформацією)

Ніколи не надавати персональну інформацію, відео, фото людям, яких добре не знаєш, і з ким не знайомий особисто

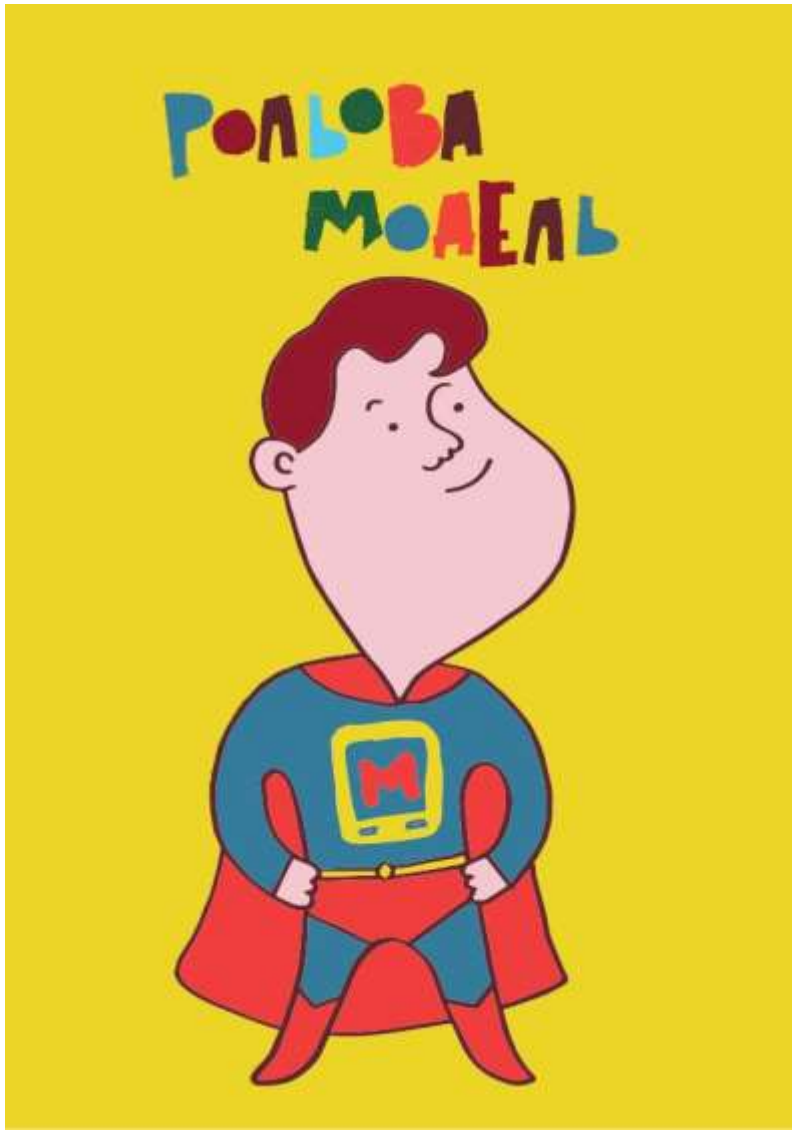
Інструменти та поради
МЕДІА-КОНТЕНТ ПРИЙНЯТНИЙ ДЛЯ ДІТЕЙ

ПЕРЕВІРЯЙТЕ РЕЙТИНГИ
Переконайтеся, що фільм чи гра не містить неприйнятного наповнення чи лексики. Існують офіційні бази даних, що маркують рекомендований вік для різного медіа-контенту

НАЛАШТУЙТЕ БАТЬКІВСЬКИЙ КОНТРОЛЬ
Використовуйте інструменти для обмеження доступу онлайн та безпечні налаштування на усіх пристроях

ЧИТАЙТЕ ОГЛЯДИ ФІЛЬМІВ ТА МЕДІА
Різноманітні вебсайти пропонують підбірки хороших фільмів, книг, ігор

ДІЛІТЬСЯ РЕКОМЕНДАЦІЯМИ
Спілкуйтеся з іншими батьками, обмінюйтеся порадами щодо хороших медіа-ресурсів для дітей та сімейного перегляду



Навчає на власному прикладі

Що батькам треба знати і робити

Коли є можливість (наприклад, під час їжі), відкладіть пристрої та запитайте одне в одного про враження цього дня. Навчайте дитину налагоджувати контакти, спілкуючися з нею самою

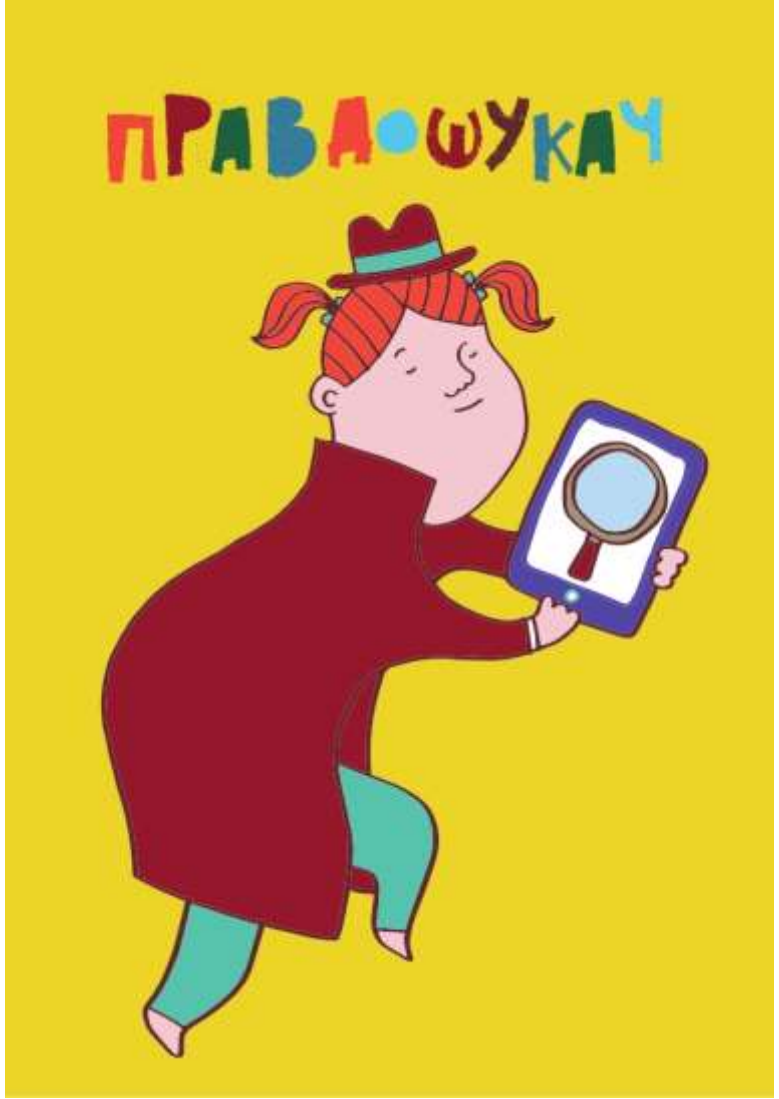
Продемонструйте дитині, що це цілком можливо — не зловживати пристроями і не бути від них залежними

Не публікуйте того, що дитина сказала вам “по секрету”

Коли публікуєте дописи про своїх дітей, переконайтеся, що вони не осоромлять їх у майбутньому

Аби захистити конфіденційність ваших дітей, переконайтеся, що обрали правильні налаштування у соцмережах, щоб тільки люди, яким ви довіряєте, могли бачити поширену інформацію

Думайте, перш ніж публікувати що-небудь. Якщо ви напишете щось недостойне або безвідповідальне, то якої думки буде про вас ваша дитина?



Тренує критичне мислення

Що дитині треба знати і робити

Завжди скептично оцінювати онлайн-інформацію. Ставити питання про те, що читаєш (Наприклад: Чи достовірний цей сайт? Чи можу я довіряти йому? Чи є інші версії трактування цієї інформації, про які я не знаю?)

Порівнювати інформацію принаймні з 3 різних джерел

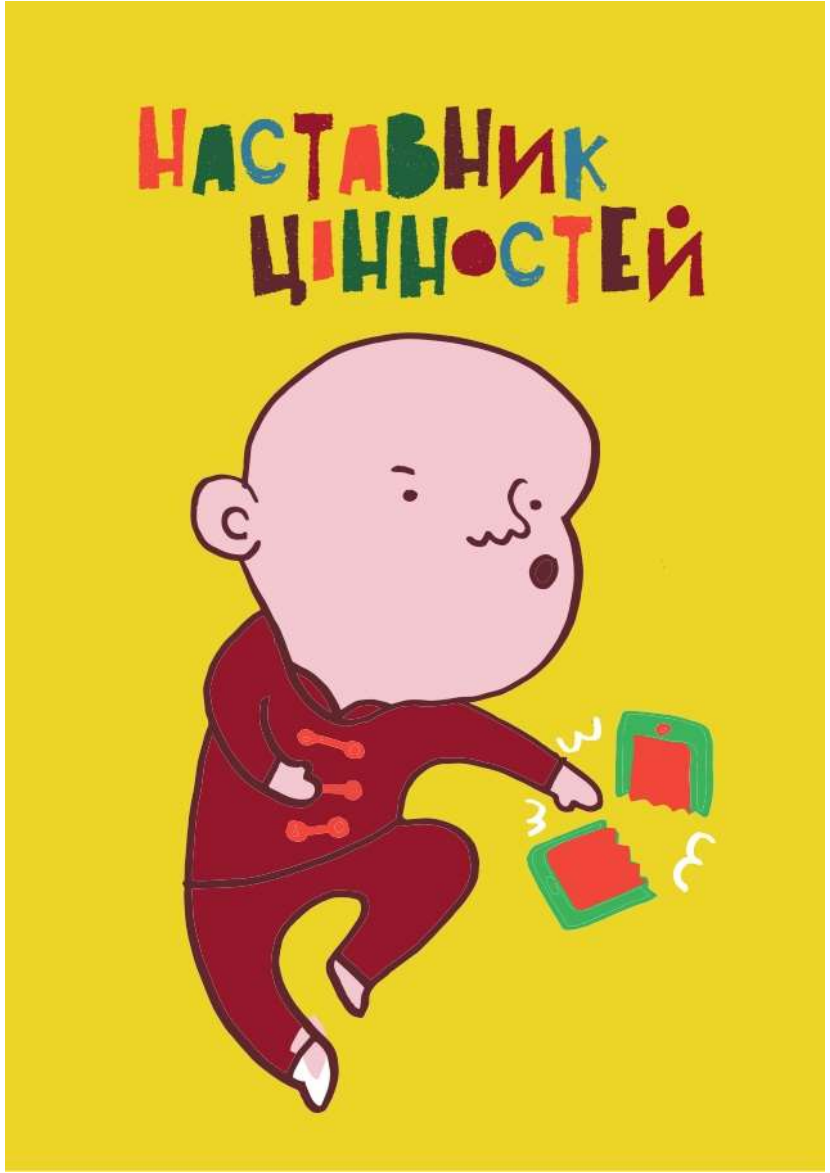
Остерігатися призів, халяви, подарунків, пропозицій “як швидко розбагатіти”, що пропонуються онлайн. Зазвичай все, що виглядає занадто добре, щоб бути правдою, виявляється брехнею

Малюнки та відео можна поредагувати, тож слід пам’ятати, що не все, що ми бачимо онлайн є обов’язково правдивим

Що батькам треба знати і робити

Використовувати вдалі приклади (новини, фотографії та відео), щоб вказати дитині на сумнівну інформацію та різні тактики онлайн-шахраїв

Бути прикладом у тому, як шукаєте та опрацьовуєте інформацію



Закладає правильні моральні цінності

Що дитині треба знати і робити

Якщо ваша дитина — жертва:

• Повідомити своїм батькам або вчителеві про будь-яке зловживання у соціальних медіа.

• Зберігати знімки екрану, текстові повідомлення, електронну пошту та інші докази кібербулінгу.

• Не втягуватися у жодні онлайн-перепалки.

• Припинити відповідати чи спілкуватися зі зловмисником. Заблокувати, забанити його

Якщо ваша дитина — зловмисник:

• Час з’ясувати, чому він так діє? Може, прагне вашої уваги?

• Вчіть дитину емпатії та поваги до інших людей.

• Будьте жорсткими у тому, що ця поведінка — неприйнятна, і дитина буде покарана, якщо не припинить її

Що батькам треба знати і робити

- Не панікуйте, не лайте дитину і не дорікайте: “Я ж тобі казав...”.
- Не треба тут же забороняти дитині онлайн-доступ. Спочатку розберіться у ситуації.
- Подаруйте дитині свій час та підтримку. Слухайте і визнавайте її почуття.
- Додайтеся до друзів своєї дитини у соцмережах. Стежте за оновленнями, які публікує дитина.
- Пам’ятайте, що іноді батьки своїм втручанням можуть ще більше зашкодити ситуації. Разом з дитиною пограйтеся в рольову гру, аби проговорити, як вона сама може протидіяти зловмистикам у різних ситуаціях.

Правильні цінності у цифрову еру

ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ

Готовність відповідати за свої слова та дії.

Навчіть дитину, що кожна дія має свої наслідки, навіть у онлайн-світі.

Дайте їй зрозуміти, що завжди є вибір, можливість вчинити добре і правильно онлайн

ЕМПАТІЯ

Не робити іншим того, чого не хочеш для себе.

Дитина здатна до емпатії зможе легко знаходити друзів.

Навчіть дитину думати перш, ніж публікувати щось онлайн, ставити собі запитання: “Чи це нікого не образить?” “Чи це правда?” “Чи те, що я пишу, принесе якусь користь?”

ЧЕСНІСТЬ

Здатність робити правильні речі у правильний спосіб.

Виявляти моральність.

Покажіть приклад чесності: кажіть правду, будьте відвертими, дотримуйтеся обіцянок.

Навіть якщо всі роблять по-своєму, особливо коли це щось погане, дитина не зобов’язана їх підтримувати

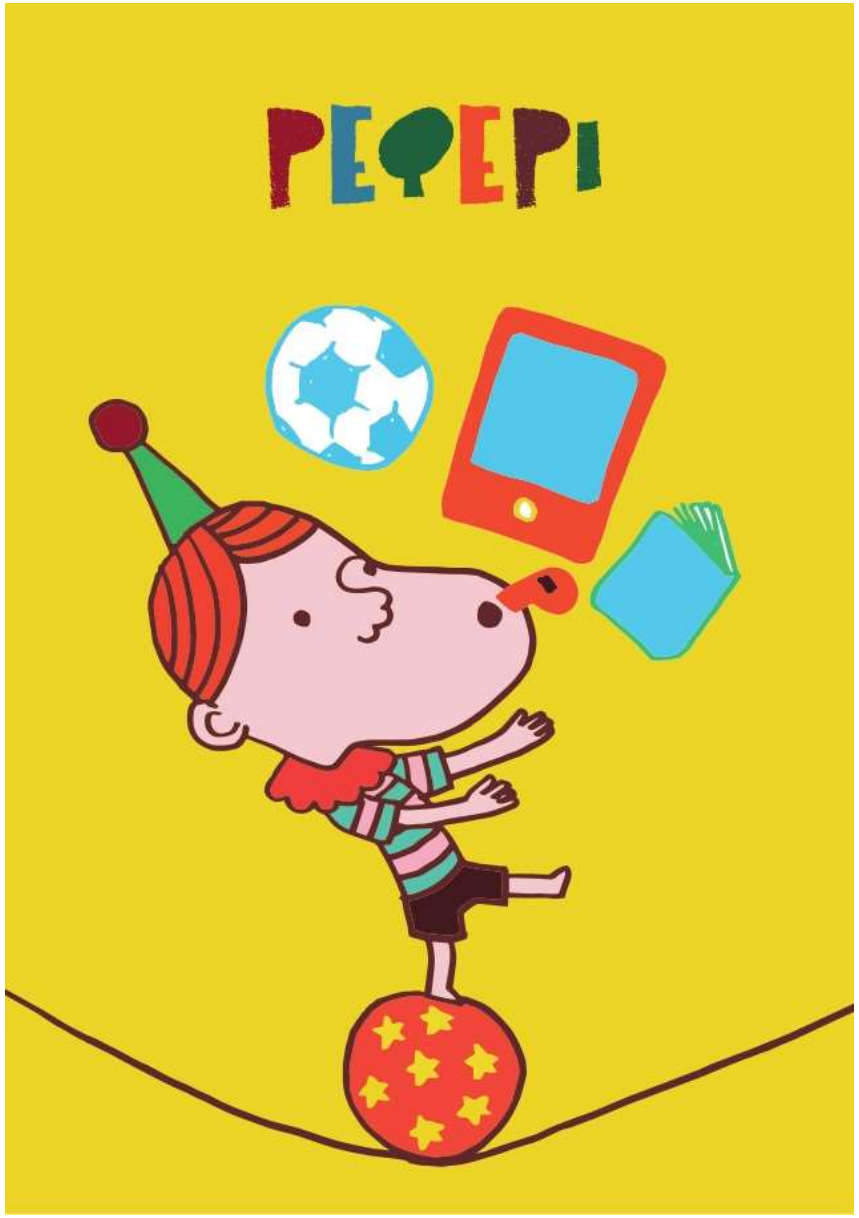
ПОВАГА

Здатність ставитися до інших з повагою.

Покажіть приклад поваги: не кричіть, не залякуйте і не лайте своєї дитини. Давайте їй можливість поділитися своїми думками та почуттями. Очікуйте від неї такого ж ставлення до інших членів сім’ї.

Навчайте дитину, як давати раду конфліктам та власним емоціям. Обговорюйте ситуації: “Що б ти зробив, якби хотів взяти у іншої дитини певну річ, а вона тобі не дозволила?” “Що ти можеш зробити, якщо думаєш, що правий, а інші — помиляються?”

Учіть поважати відмінності. Не треба ображати когось за те, що він не погоджується з твоєю думкою



Пильнує баланс між обмеженнями та свободою

Що дитині треба знати і робити

Ігроманія та азартні ігри можуть викликати таку ж залежність, як алкоголь або наркотики

Багато F2P ігор створені з метою отримання від гравця грошей за можливість покращувати свої ігрові показники та прогресувати далі

Домашнє завдання повинне бути зроблене до того, як сідати за гру

Балансуйте час у приміщенні та надворі. На кожну годину часу з пристроями, виділіть дві години прогулянки або фізичного навантаження

У багатьох азартних іграх чим більше ти граєш, тим меншими є шанси на виграш. Спрогнозувати результати “гри випадку” — неможливо

Деяких дітей надихають професійні гравці комп’ютерних ігор. Поясніть їм, що ці люди, як і професійні спортсмени, також балансують їхній ігровий час з іншими активностями, аби бути у хорошій формі

Що батькам треба знати і робити

Встановіть чіткі правила та обмеження часу на користування цифровими медіа. Коли дитина дотримується правил, похваліть за самодисципліну. Всіляко заохочуйте вміння самоконтролю

Заохочуйте та підтримуйте інші дитячі активності, такі як: спорт, музика, творчість, тощо

Для старших дітей влаштуйте сімейну нараду і разом узгодьте правила використання комп'ютера. Відразу домовтеся про наслідки невиконання правил, щоб дитина відчула себе учасником угоди та відповідальніше до неї поставилася

Запишіть ці правила на папері та повісьте на видному місці

Якщо дитина змалку навчиться дисципліни, то у старшому віці вам буде легше контролювати час за іграми та буде менше шансів виникнення залежності від пристроїв

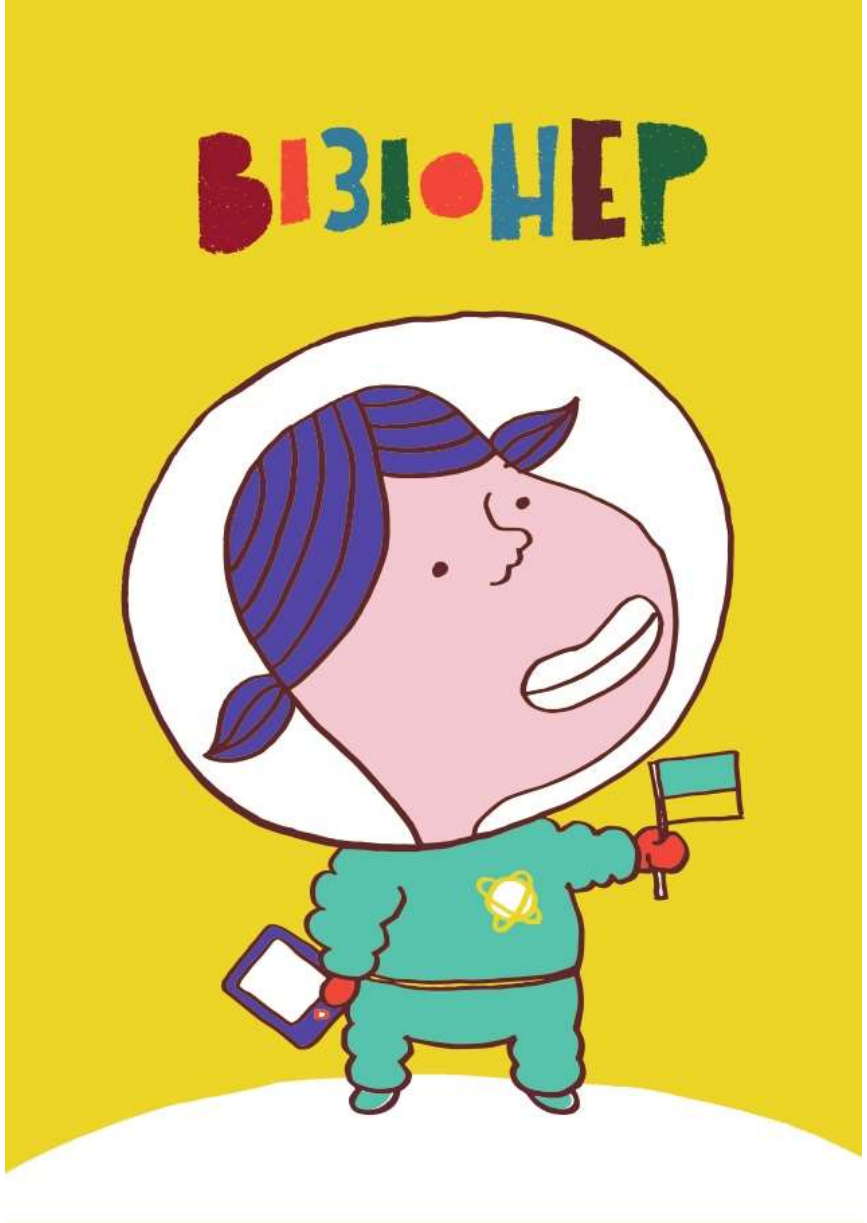
Для молодших дітей складіть графік, хто, коли і скільки часу може користуватися комп'ютером чи телефоном. Що дозволено робити, а що ні (наприклад, дивитися YouTube лише під наглядом батьків)

Обоє батьків повинні бути послідовними та діяти згідно узгоджених "штрафів" за невиконання правила

Коли дитина протестує та влаштовує істерику через те, що їй заборонено грати, нагадайте їй правило, яке ви обговорили і записали. Ніколи не піддавайтеся на істерики, інакше дитина буде продовжувати використовувати це як вашу слабкість, щоб досягати бажаного. Дайте зрозуміти, що в разі істерики, взагалі забороните використання комп'ютера/телефона

Обирайте ігри для двох та більше гравців, аби заохотити спільну гру та перетворити ігри у сімейну активність

Встановіть батьківський контроль та паролі, щоб уникнути покупок через ігри



Технології як Інструмент

Що дитині треба знати і робити

Дитина має відкладати ґаджет, коли батьки про це просять

Цікавитися різноманітними заняттями та хобі

Використовувати технології як додатковий інструмент для своїх захоплень (наприклад, шукати онлайн-інформацію про своє хобі чи улюблений вид спорту)

Що батькам треба знати і робити

Проводити час та зміцнювати стосунки з дитиною офлайн: разом гуляти, читати, грати настільні ігри. Діти зі збалансованим способом життя менше схильні до шкідливих залежностей у майбутньому

Використовувати технології як допомогу (а не просто розвагу), щоб розвивати зацікавлення дитини, надихати її до здійснення своїх задумів та мрій

Поцікавитися у школі наявними інструментами для онлайн-навчання. Заохочувати дитину користуватися усіма можливостями для розвитку, разом досліджувати їх

Влаштовувати сімейні “дні/тижні, вільні від пристроїв”. Також можна домовитися про “годину без технологій” щовечора

21 січня 2020 року Міністерство цифрової трансформації запускає перший в Україні онлайн-курс для батьків на тему безпеки дітей в Інтернеті

Долучайтесь до створення

Національної концепції «Безпечний Інтернет для дітей»

Презентація створена на основі навчального посібника для батьків «Клан Клік-Клац. Виховання дітей у цифрову еру»

Укладач Л.В.Кутішенко

© Національна бібліотека України для дітей