

JAK DBAĆ O BEZPIECZEŃSTWO DZIECI W INTERNECIE

Wskazówki dla rodziców

1. Ustal z dzieckiem zasady korzystania z Internetu.

- Zachowujemy umiar w spędzaniu czasu w sieci.
- Dbamy o prywatność i pozytywny wizerunek w sieci - nie udostępniamy swoich haseł, danych osobowych oraz innych informacji, które mogłyby pozwolić na ustalenie tożsamości.
- Uczymy dziecko krytycznego podejścia wobec informacji dostępnych w Internecie – nie wszystkie informacje są prawdziwe i zawierają wiarygodne treści.
- Jesteśmy ostrożni - nie klikamy w nieznane linki, nie otwieramy podejrzanych załączników, nie wgrywamy żadnych programów, jeśli nie mamy pewności, że pochodzą one z godnego zaufania źródła.
- Publikujemy rozważnie - myślimy zanim wrzucimy coś do sieci. Udostępnione informacje, zdjęcia czy komentarze zostają tam na zawsze. Zastanówmy się, czy żadna z tych treści nie będzie dla nas w przyszłości obciążeniem i nie przyniesie nam wstydu.
- Nie używamy usług geolokalizacyjnych, które automatycznie przekazują położenie fizyczne innym, chyba że jest to absolutnie konieczne.
- Pamiętamy, że w Internecie również obowiązują zasady dobrego wychowania. Nie robimy niczego, co mogłoby urazić innych użytkowników lub byłoby sprzeczne z prawem.

2. Udostępniaj dziecku jedynie pozytywne i bezpieczne treści.

- Umożliwiał dziecku korzystanie tylko ze sprawdzonych i dostosowanych do jego wieku treści. Sprawdzaj aplikacje, zanim pokażesz ją dziecku. Weryfikuj dane treści, materiały oraz towarzyszyć swojemu dziecku podczas ich instalowania. Kiedy dziecko zakłada swój pierwszy profil w sieci, pomóż mu mądrze skorzystać z udostępnionych przez serwis ustawień prywatności.
- Towarzysz dziecku w odkrywaniu bogactwa Internetu i rozmawiaj z nim o jego zainteresowaniach. Jeśli dziecko będzie widzieć, że rodzice interesują się jego aktywnością online, wówczas chętniej w trudnej sytuacji zwróci się do dorosłych po pomoc.
- Zwracaj uwagę, na jakie strony zagląda dziecko odrabiając prace domowe oraz w jaki sposób je wykorzystuje.
- Pamiętaj o ograniczeniu wiekowym związanym z uczestnictwem najmłodszych internautów w mediach społecznościowych.
- Unikaj prezentowania młodszym dzieciom treści, w których akcja toczy się bardzo szybko i chroń przed obrazami zawierającymi zbyt wiele jaskrawych i migoczących elementów. Nie są one bowiem dostosowane do etapu rozwoju dzieci i ich możliwości percepcyjnych.
- Nie udostępniaj dziecku urządzeń mobilnych minimum godzinę przed snem. Promieniowanie emitowane przez ekrany sprzętów elektronicznych źle wpływa na zasypianie i jakość snu.

3. Pamiętaj o bezpieczeństwie technologicznym.

- Zainstaluj program chroniący przed różnymi typami niechcianego oprogramowania (nie tylko wirusami) i ustaw jego regularne aktualizacje. Szukając programów zapoznaj się z informacjami producentów oprogramowania oraz opiniami użytkowników.
- Aktualizuj system i aplikacje - zwłaszcza przeglądarki internetowe.

- Nie otwieraj odruchowo łączy przesłanych pocztą lub komunikatorami – najpierw sprawdź, kto i po co je wysyła, czy ich adres prowadzi do godnej zaufania strony oraz czy plik nie zawiera niebezpiecznych niespodzianek.
- Nie instaluj żadnych aplikacji do których nie masz pełnego zaufania.
- Pamiętaj, że żadne narzędzie nie zapewni gwarancji ochrony dziecka przed zetknięciem się z ryzykownymi i szkodliwymi teściami. Ważna jest tutaj mądra reakcja ze strony osoby dorosłej oraz udzielenie wsparcia.

4. Aktywuj narzędzia kontroli rodzicielskiej.

Najskuteczniej będziemy chronić dzieci i młodzież przed niebezpiecznymi treściami, towarzysząc im przy eksploracji Internetu i rozmawiając o tym, co napotykają w sieci. Jednocześnie możemy korzystać z rozwiązań technicznych, które mają na celu ochronę dzieci podczas odwiedzania przez nie stron internetowych i uruchamiania aplikacji. 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 online.

- System Android – należy w ustawieniach wybrać opcję „Kontrola rodzicielska” i ustalić ustawienia dotyczące ograniczenia treści.
- System iOS (iPad, iPhone) – należy skorzystać z funkcji „Ograniczenia”, która znajduje się w ustawieniach ogólnych urządzenia.
- System Windows – należy skorzystać z funkcji „Moja rodzina” w usłudze bezpieczeństwo rodzinne firmy Microsoft.

5. Zgłaszaj nielegalne i szkodliwe treści.

Nielegalne treści możemy zgłaszać na policję lub do współpracującego z nią punktu kontaktowego ds. zwalczania nielegalnych treści w Internecie – Hotline’u (www.dyzurnet.pl). Punkt ten kooperuje również z operatorami telekomunikacyjnymi i serwisami internetowymi w celu doprowadzenia do usunięcia nielegalnych materiałów z sieci.