

W internecie dzieci mogą być narażone na kontakt z nieodpowiednimi treściami, cyberprzemoc, oszustwa, uzależnienie od ekranów oraz kontakt z nieznanymi o złych intencjach.

Porady dla rodziców

Bezpieczne korzystanie z Internetu przez dzieci

1. Pokaż dziecku podstawowe zasady bezpieczeństwa w Internecie

Porozmawiaj z dzieckiem o zagrożeniach w Internecie i sposobach ich unikania. Tłumacz czym są niebezpieczne treści, uzależnienie od gier. Pokaż, żeby nie klikać w linki i dziwne wiadomości, bo mogą być niebezpieczne.

2. Naucz dziecko krytycznego podejścia do informacji w Sieci

Dzieci często traktują treści online jak fakty. Pomóż im zrozumieć, że nie każdy mówi prawdę, a niektóre osoby udają kogoś innego.

3. Zgłaszaj nielegalne i szkodliwe treści

Naucz dziecko, że wszyscy musimy wziąć odpowiedzialność za niewłaściwe czy nielegalne treści w Internecie. Rozmawiaj z dzieckiem o tym, że jeśli coś go zaniepokoi w Sieci może to zgłosić Tobie lub innej zaufanej osobie dorosłej. Główny punkt do zgłaszania nielegalnych treści do Dyżurnet.pl.

4. Pokaż dziecku NETYKIETĘ - Kodeks Dobrego Zachowania w Internecie

Przypomnij dziecku, że w każdej dziedzinie naszego życia, podobnie w Internecie obowiązują pewne reguły i trzeba ich przestrzegać. Zasady Netykiety znajdziesz na stronie www.sieciaki.pl

5. Ustalcie wspólnie limity czasu przed ekranem

Ustalcie konkretne godziny na korzystanie z urządzeń, np. po odrobieniu lekcji, ale nie przed snem. Jeśli dziecko widzi, że Ty też odkładasz telefon, łatwiej zaakceptuje ograniczenia.

6. Bądź obecny w cyfrowym świecie dziecka

Zapytaj, w co gra, co ogląda, z kim rozmawia. Nie oceniaj — słuchaj z ciekawością. Dziecko chętniej się otworzy, jeśli poczuje, że naprawdę Cię to interesuje. Sprawdzaj jakie treści przegląda dziecko.

7. Zwracaj uwagę na zmiany w zachowaniu dziecka

Jeśli dziecko po korzystaniu z internetu staje się rozdrażnione, smutne, wycofane lub agresywne — może to być sygnał, że zetknęło się z niepokojącymi treściami lub cyberprzemocą. Jeśli nie potrafi oderwać się od telefonu czy komputera, reaguje złością na ograniczenia — to może być sygnał uzależnienia.

8. Ucz dziecko, że dane osobowe to prywatność

Wytłumacz dziecku, że imię to jedno, ale nazwiska, adresu, numeru telefonu czy nazwy szkoły nie powinno udostępniać nikomu przez internet — nawet znajomym. Te informacje mogą być użyte w złych celach.

9. Bądź przykładem - promuj zdrową równowagę

Przypominaj, że komputer to tylko część świata — równie ważne są zabawy na świeżym powietrzu, spotkania z rówieśnikami i inne wartościowe formy spędzania czasu wolnego.

Czy wiesz, że...

**W Polsce legalne korzystanie z platform społecznościowych
jest możliwe od 13 roku życia!**

