

Онлайн безопасност

СЪВЕТИ ЗА РОДИТЕЛИ И ПОЛАГАЩИ ГРИЖИ ЛИЦА



Помогнете на детето си да изгради здравословни навици пред екран — ограничете времето, прекарано пред екран — от забрана за ползване на екран за децата на възраст между 0 и 2 години до съобразени с възрастта времеви ограничения за децата на възраст до 10—12 години, под вашия надзор. За подрастващите на възраст от 13 до 18 години ограничаването на времето, прекарано пред екран, все пак трябва да бъде обсъждано, за да имат те достатъчно време да учат и да се срещат лично с приятели.



Проверявайте дали приложенията и игрите са подходящи за възрастта на децата ви.



За по-малки деца (до 12 години) конзолите и устройствата следва да се използват само в присъствието на възрастен.



Не допускайте да се ползват устройства в банята, в спалнята или по време на хранене.



Обръщайте внимание на тона на разговорите им онлайн и по време на игри. Внимавайте за предупредителни знаци.



Прекарвайте време заедно онлайн — помолете детето си да гледа любимото си съдържание с вас.



Не критикувайте „неговите неща“ — помогнете на детето си да развие собствена преценка (ще получите представа и за това какво предлага неговият алгоритъм).



Насърчете детето си да разговаря с вас, ако го притеснява нещо онлайн — уверете го, че ще му помогнете, няма да го вините, няма да го накажете и няма да му отнемате устройството.



Продължете разговорите за безопасността онлайн с напредването на възрастта на детето ви, включително когато то стане на 16—18 години и след това.



Избягвайте споделяне — **родителското** — помислете внимателно, преди да споделите снимки или видеоклипове на своите деца или юноши онлайн. Непознати и ИИ могат да използват тази информация по най-различни начини.



Служете за пример — не бъдете залепени за устройството си, когато децата ви са наоколо. Обръщайте им вниманието, което заслужават, и не пропускайте важни моменти и разговори със своето дете.

