

Online biztonság

TANÁCSOK SZÜLŐKNEK ÉS GONDVISELŐKNEK



Segítsünk a gyermekeknek egészséges képernyőhasználati szokásokat kialakítani – korlátozzuk a képernyőidőt: a 0 és 2 éves közötti kor legyen teljesen képernyőmentes, a 10–12 évesek csak az életkornak megfelelő időkorlátok között, felügyelet mellett használják az internetet. A 13–18 éves kamaszokkal meg kell beszélni a képernyőidő korlátait, hogy maradjon elég idejük tanulni és találkozni a barátaikkal.



Ellenőrizzük, hogy az alkalmazások és játékok megfelelnek-e a gyermek életkorának!



A fiatalabb gyermekek (12 éves kor alatt) **a konzolokat és az eszközöket csak felnőtt jelenlétében használják.**



Ne engedjük az eszközök használatát a fürdőszobában, a hálósobában és az étkezések közben!



Figyeljünk oda a gyerekek beszélgetésének hangnemére internetezés és online játékok közben! Vegyük észre a figyelmeztető jelzéseket!



Töltsünk együtt időt online – kérjük meg a gyermeket, hogy nézze a felnőttel együtt a kedvenc tartalmait!



Ne kritizáljuk a „dolgaikat” – segítsünk a gyerekek kialakítani a saját ítéletképességét (érdemes megfigyelni, az algoritmus milyen tartalmakat javasol nekik)!



Bíztassuk arra a gyerekeket, hogy mondják el, ha az interneten valami **aggasztja őket** – nyugtassuk meg őket, hogy szívesen segítünk, ne szidjuk vagy büntessük meg őket, és ne fessük meg őket az eszközüktől!



Folytassuk a beszélgetést az online biztonságról akkor is, amikor nagyobbak a gyerekek – 16, illetve 18 éves kor után is!



Kerüljük a szülői túlposztolást – alaposan gondoljuk át, mielőtt megosztjuk az interneten a gyerekek vagy kamaszok fotóit, videóit! Ismeretlenek és az MI is számos módon visszaélhetnek velük.



Mutassunk példát – ne feledkezzünk bele az online eszközökbe, amikor a gyerekek a közelben vannak! Adjuk meg nekik a figyelmet, amit megérdemelnek, és ne mulasszuk el megélni velük a fontos pillanatokat és beszélgetéseket.

