

Saugumas internete

PATARIMAI TĖVAMS IR GLOBĖJAMS



Padėkite savo vaikui išsiugdyti sveikus ekranų naudojimo įpročius: ribokite prie ekranų leidžiamą laiką – nuo visiško ekranų vengimo jaunesniems nei 2 metų vaikams iki pagal amžių tinkamo riboto laiko prie ekranų, jums prižiūrint, vaikams iki 10–12 metų. 13–18 metų paaugliams, kad jie turėtų pakankamai laiko mokytis ir asmeniškai susitikti su draugais, vis dar reikėtų aptarti prie ekranų leidžiamo laiko apribojimus.



Patikrinkite, ar programėlės ir žaidimai tinkami jūsų vaikui pagal amžių.



Jaunesni vaikai (iki 12 metų) naudotis žaidimų konsolėmis ir įrenginiais turėtų tik šalia esant suaugusiajam.



Neleiskite įrenginiais naudotis vonios kambaryje, miegamajame ar valgant.



Atkreipkite dėmesį į jų toną, kai jie kalbasi internete ir žaidžia. Stebėkite, ar nėra požymių, įspėjančių apie galimą pavojų.



Internetu leiskite laiką kartu: paprašykite, kad jūsų vaikas savo mėgstamą turinį žiūrėtų su jumis.



Nekritikuokite vaiko mėgstamo turinio: padėkite savo vaikui išsiugdyti savo nuomonę (taip pat sužinosite, ką siūlo jų algoritmas).



Paraginkite savo vaiką pasikalbėti su jumis, jei kas nors internete jam kelia nerimą: patikinkite jį, kad padėsite, o ne kaltinsite, bausite ar atimsite įrenginį.



Nenustokite kalbėtis apie saugumą internete jūsų vaikui augant, be kita ko, nuo 16 iki 18 metų ir vėliau.



Venkite viešinti informaciją apie savo vaikus: gerai pagalvokite prieš dalydamiesi savo vaikų ar paauglių nuotraukomis ar vaizdo įrašais internete. Šią informaciją nepažįstami asmenys ir DI gali panaudoti įvairiais būdais.



IŠJUNGTĄ

Rodykite pavyzdį: neįnikite į ekraną, kai jūsų vaikai šalia. Skirkite jiems deramą dėmesį ir nepraleiskite svarbių momentų ir pokalbių su savo vaikais.

