



MICII EXPLORATORI DIGITALI

ORA DE NET



Salvați Copiii
Save the Children România

Ghid pentru părinți



Dragi părinți,

Primiți acest material pentru că atât dvs, cât și dascălii care însoțesc devenirea copilului dvs sunteți interesați de siguranța lui online. Vă felicităm că faceți pași semnificativi în direcția aceasta într-un moment esențial pentru a aborda aceasta temă cu cei mici.

Context

Perioada prin care trecem la nivel național și global, ne invită la schimbări majore în felul în care trăim în familii, în context educațional și la nivel social. Multe aspecte din viața noastră, diverse activități, obiceiuri și comportamente care păreau alegeri stabile au ajuns să fie provocate și suntem nevoiți să ne repositionăm, să găsim soluții, să ne adaptăm sau să creăm noi înșine alternative care satisfac, pe cât posibil, noile condiții. Este o profundă transformare individuală, dar și colectivă, prin care trecem cu toții și asta ne restructurează concepțiile despre lume și viață, nevoile esențiale și prioritățile, precum și modul de a simți, gândi și acționa în raport cu ceilalți. Mai mult decât oricând este esențial ca fiecare dintre noi să ne găsim propriile resurse pentru a rămâne stabili, încrezători și coerenți pentru a acționa în beneficiul copiilor. Impactul acestei turbulențe este profund resimțit de către copii, mai ales în plan emoțional și al modului în care relaționează așa că deschiderea, flexibilitatea, creativitatea, empatia și înțelegerea sunt abilități cheie care pot face diferența în starea de bine a fiecăruia și sprijină armonizarea lumii interioare a celor mici, chiar și în condiții aparent neprietenoase. În tot acest proces cooperarea dintre dvs și cadrele didactice constituie o bază stabilă care oferă siguranță, protecție și un cadru propice ca cei mici să își dezvolte reziliența.

În cadrul acestui material vom aborda interacțiunea copiilor cu mediul online ca punct de intersecție între modul de operare stabilit în familie, cerințele școlare și preferințele lor.

Observăm că pentru mulți dintre ei s-a făcut extrem de brusc trecerea de la a folosi tabletele, telefoanele și laptopurile ca instrumente pentru divertisment și socializare, în condițiile agreeate de fiecare familie în parte, la a fi singurul mod de comunicare cu profesorii și colegii și principalul canal prin care pot continua activitatea școlară. Dacă luăm în considerare și contextul mai larg în care această tranziție s-a făcut, nu ne surprinde nivelul ridicat de stres pe care mulți dintre copii l-au resimțit și care e pe cale să se accentueze în noul an școlar caracterizat de un grad foarte mare de incertitudine.

De ce este important ca părintele să se preocupe de siguranța online a copiilor?

O întrebare pertinentă la care vă invit să reflectați fiecare individual chiar înainte de a continua explorarea acestui ghid. Astfel, vă puteți stărni propria motivație pentru a investi timpul și energia pentru a vă asigura că cel mic folosește internetul nu doar util și creativ ci și sigur.

O serie de argumente ar fi:

- Copiii au nevoie de mediere parentală în primele lor interacțiuni cu dispozitivele tehnologice și este important să vă informați din surse sigure cum puteți face cât mai eficient această inițiere
- Cu cât sunteți mai conștienți de oportunitățile și riscurile online pentru fiecare etapă de dezvoltare la care se află copilul, cu atât puteți lua decizii mai înțelepte legate de cum, cât și în ce fel îi puteți sprijini să folosească tehnologia
- Copilul dvs trăiește în era digitală și cu cât descoperă mai timpuriu cu sprijinul părinților principiile de siguranță online, cu atât are șanse să se bucure mai mult de

imensele oportunități care vin la pachet cu folosirea dispozitivelor

- Dacă alegeți strategia de a îi interzice accesul la dispozitivele tehnologice până la vârste mai mari, este important să realizați că în acest fel creați un decalaj între el și colegii lui de generație care va avea unele consecințe
- Dacă alegeți strategia de a îi oferi acces nelimitat, nesupravegheat, îl expuneți la un conținut enorm de informație și stimuli care pot fi foarte nocivi pentru dezvoltarea lui
- Parteneriatul cu dascălii și cu instituția de învățământ pentru a încuraja abordarea temei siguranței online a copiilor în ore dedicate, poate fi prevenția de care e nevoie pentru a evita situațiile neplăcute
- Dezvoltarea competențelor digitale și aplicarea lor în forme cât mai creative constituie o direcție esențială pentru a asigura succesul oricărei persoane în secolul XX

Recomandarea noastră este să căutați să găsiți echilibrul între protecție și împuternicire a explorării și să priviți copilul ca fiind partenerul dvs în propriul lui proces de învățare.

Care sunt riscurile la care sunt expuși copiii în mediul online?

Gradul de risc crește odată cu spațiul online explorat și nu ține neapărat cont de vârsta copilului ci mai degrabă de informațiile pe care le are, abilitățile și suportul de care acesta beneficiază din partea adulților.

Desigur, accesarea rețelelor sociale înainte de a vârsta recomandată de dezvoltatorii acestor platforme, a jocurilor online sau aplicațiilor care nu au criterii de vârstă recomandată sau vizionarea unor transmisiuni în direct care pot avea scene impredictibile cresc considerabil riscul ca cei mici să vizualizeze conținut dăunător sau să fie agresați.

Tema siguranței copiilor pe Internet este una extrem de vastă și nuanțată și alegem să abordăm în această secțiune două aspecte:

- Riscuri care țin de conținutul online dăunător
- Riscuri care țin de relaționarea în mediul online

Riscuri care țin de conținutul online dăunător

Materiale online care:

- implică acte de violență fizică, verbală sau emoțională
- implică conținut erotic sau sexual
- utilizează un limbaj vulgar (profanări, înjurături, vulgarități, obscenități)
- încurajează un comportament vicios (descrierea și utilizarea țigărilor, alcoolului, drogurilor, armelor, jocurilor de noroc);

La o simplă privire putem sesiza că toate exemplele oferite mai sus sunt înfățișate frecvent și în programele TV, zilnic și de multe ori la ore la care copiii pot fi de față. Prea puțini adulți declară că respectă recomandările de vârstă și le permit celor mici să vizioneze emisiunile și filmele pe care le văd și ei. Această decizie aparent nevinovată și incluzivă poate avea consecințe neplăcute sau chiar grave pe termen lung. Atunci când e mic, copilul este precum un „burete”, el absoarbe informația și învață prin imitație de la cei din jur, în special de la membrii familiei. Poate pentru dvs nu mai este o noutate ceea ce vedeți și este posibil să nu mai sesizați sau să tolerați cu ușurință scenele care prezintă un limbaj vulgar sau un comportament nepotrivit. Observând atitudinea dvs, copilul învață dacă o anumită conduită este acceptabilă sau nu și învață asta inclusiv din programele TV, din mediul online dar și din interacțiunile la care asistă. Desigur, asemenea conținuturi au devenit atât de frecvente că par să fie normalitatea însă nu este cazul să desconsiderăm efectele pe care le au asupra copiilor. Mulți dintre ei atunci când văd pentru prima dată scene violente, comportamente despre care li s-a spus ca nu sunt potrivite sau aud

cuvinte vulgare, simt frică, rușine, dezgust sau indignare însă dacă acestea nu sunt cu adevărat observate, ascultate și luate în serios de către adulți, se obișnuiesc cu ele. Pe termen scurt, ei ajung să manifeste disconfortul pe care îl simt prin agitație, agresivitate, comportament violent sau sexualizat, dorința de a vedea și mai mult conținut de acel fel sau dimpotrivă să aibă tendința de a se ascunde, să se retragă și să se închidă în el. Oricare ar fi strategia lui de a face față la această expunere, tot ce accesează construiește imaginea lui despre sine, despre ceilalți și despre lume și viață.

Merită să priviți din această perspectivă: *dacă ar fi să analizați la ce este expus copilul, modelul primit tinde să fie unul care îl face să se simtă că trăiește într-o lume sigură, este împuternicit și susținut, ceilalți sunt de încredere sau, la polul opus, lumea este un loc periculos de care trebuie să se ferească sau în care trebuie să lupte, el este neputincios iar ceilalți sunt mai degrabă persoane pe care nu te poți baza?*

Riscuri care țin de relaționarea în mediul online

Aici putem include oricare dintre pericolele care implică interacțiunea cu alte persoane, cunoscute sau nu în afara spațiului online.

O parte dintre cele mai răspândite sunt:

- Grooming sau ademenire prin intermediul internetului
- Cyberbullying sau hărțuirea online
- Sextortion sau șantajul sexual

Ținând cont de vârsta copiilor cărora ne adresăm prin această inițiativă specifică, vom aborda acum doar tema legată de grooming sau ademenirea prin intermediul internetului pentru că acesta este un risc la care și copiii mai mici pot fi expuși, mai ales prin intermediul jocurilor online multi-player sau prin rețelele sociale.

Noi dorim să abordăm situațiile cele mai complexe pentru ca dvs să aveți o imagine de ansamblu asupra fenomenului și tendințelor riscante, însă vă încurajăm să selectați din informațiile de mai jos ceea ce vi se pare util pentru familia dvs.

Mai mult, este important să reținem că deși grooming-ul este un fenomen grav ce poate fi întâlnit în mediul online, nu toți copiii ce vor accesa tehnologia de la vârste mici îl vor întâlni cu siguranță.

Pe scurt, grooming este un termen folosit pentru a descrie situația în care un adult construiește o relație emoțională cu un copil în vederea câștigării încrederii acestuia pentru ca mai târziu să îl abuzeze sexual. Se poate întâmpla atât în viața de zi cu zi, dar și în mediul online.

În legislația națională fapta este prevăzută în Codul Penal sub denumirea de „racolarea minorilor în scopuri sexuale” la articolul 222. Mai precis „fapta persoanei majore de a îi propune unui minor care nu a împlinit vârsta de 13 ani să se întâlnească, în scopul comiterii unui act dintre cele prevăzute în articolul 220 sau articolul 221, inclusiv atunci când propunerea a fost făcută prin mijloacele de transmitere la distanță, se pedepsește cu închisoare de la o lună la un an sau cu amendă”. Deoarece este prevăzută de Codul Penal, investigarea acestui fel de acte este de competența Poliției și a Parchetelor de pe lângă judecătorii și tribunale.

Adolescenții și copiii pot lua contact cu persoane străine foarte ușor atunci când folosesc internetul. Adulții cu astfel de înclinații vor folosi, de cel mai multe ori, conturi și identități false în jocuri și pe rețele sociale.

De multe ori, este destul de dificil de identificat dacă un copil se confruntă cu o astfel de problemă. Într-o asemenea situație abuzatorul va face tot posibilul ca să se asigure că victima sa

nu va vorbi despre ce i se întâmplă. Copilul poate continua să păstreze secretul din frică față de abuzator sau chiar din teama că nu va beneficia de înțelegere din partea părinților și va fi certat sau pedepsit. Oricare ar fi situația pentru care se complăce și se izolează ducând singur această povară, stresul pentru el va fi din ce în ce mai mare. De asemenea este posibil ca din cauza vârstei, pur și simplu să nu realizeze că este victima unui abuz. Copilul trebuie să înțeleagă că nu va fi învinovățit sub nicio formă pentru ce i s-a întâmplat și sunteți acolo pentru a îi oferi suportul emoțional de care are nevoie.

Lată câteva indicii pe care le puteți observa dacă ceva este în neregulă cu copilul dvs.

- Observați o schimbare bruscă în comportamentul său – pare mai distras ca și când trăiește ceva care îl apasă, nu are putere de concentrare, este mai dezorganizat și pare mult mai abătut, apatic, suspicios, retras, obosit. Aceste schimbări se observă și în postura corpului.
- Este foarte secretos în legătură cu activitățile sale de pe internet - nu vrea să vorbească cu voi despre persoanele pe care le cunoaște online sau site-urile pe care le accesează frecvent. De asemenea ar trebui să fiți atent și să discutați cu copilul dacă acesta schimbă aplicația pe care o folosește imediat ce vă faceți apariția.
- Are o atitudine sexualizată și exagerată - un alt semn pe care nu ar trebui să-l ignorați ar fi folosirea de către copil ai unor termeni sau expresii sexuale pe care nu v-ați așteptat să le cunoască

Fie că ne referim la conținut sexual explicit, rasist, discriminator, care înfățișează violență, promovează imagini corporale ideale sau practici de auto-agresiune care duc la tulburări alimentare sau chiar sinucideri, implicațiile conținutului media dăunător accesat de către copii are ecou și creează dezechilibre în lumea lor interioară și în comportamentul actual. Mai mult decât atât, dacă sunt ignorate primele semnale și nu sunt susținuți să depășească situația, să dea sens experienței și să învețe cum poate să se protejeze pe viitor, implicațiile pe termen lung sunt mari întrucât influențează în maniere semnificative percepția de sine și a relațiilor, stările emoționale, stima și imaginea de sine, valorile, atitudinile și aspirațiile.

Nu este o situație ușor de gestionat și specialiștii noștri au multă experiență în consilierea adulților așa că vă suntem alături la adresa ajutor@oradenet.ro

Cum vă puteți însoți copilul în călătoria lui de descoperire a lumii online?

- **Abordați tema folosirii Internetului și importanța siguranței online**

Încă de la începutul explorării în lumea online creați contextul prin care copilul să fie încântat de a naviga împreună cu dvs în spații sigure, dedicate copiilor. Arătați-i o diversitate cât mai mare de posibilități pe care le are online pentru divertisment și învățare. Îi puteți explica că este un spațiu public la care are acces oameni din toată lumea și care au tot felul de intenții. Unii ne pot inspira să creăm lucruri extraordinare și învățăm de la ei iar alții pot avea scopuri mai puțin bune. Încurajați-l să vă ceară sprijinul când observă ceva care îi creează o stare neplăcută sau cineva îi cere informații despre el, familia sau școala lui. Treptat, reduceți implicarea dvs însă rămâneți alături pentru suport. Cu cât aveți mai timpuriu discuții cu copilul despre datele personale, conținutul dăunător sau neplăceri legate de conversații cu alte persoane, cu atât vă va putea percepe ca sprijin și aliat pentru a trece împreună prin orice situație pe care o experimentează online și astfel va putea să se bucure din plin de oportunitățile mediului digital.

- **Discutați cu copilul despre subiecte sensibile adaptat la nivelul lui de dezvoltare și înțelegere**

Există posibilitatea ca și copilul mai mic să fie expus accidental la conținut pornografic pe internet, iar dacă acest lucru se întâmplă, puteți face câteva lucruri ca el să înțeleagă cu ce a venit în contact și care sunt riscurile. Îl puteți îndruma să închidă fereastra, arătându-vă deschiderea de a discuta despre ce a simțit și ce efect au aceste imagini asupra lui. Cu acordul său, puteți folosi capacitățile de control parental ale programului antivirus pentru a bloca conținutul nepotrivit. Unele motoare de căutare au în propriul magazin de aplicații, extensii dedicate gratuite, pentru blocarea conținutului pornografic.

Folosiți astfel de ocazii ca oportunități de învățare și de deschidere a discuțiilor despre relații sănătoase, respectul pentru corp, despre protecție și așteptarea momentului și persoanei potrivite. Dacă nu vă simțiți confortabil cu abordarea acestor subiecte cu copilul dvs puteți să invitați un alt membru al familiei sau un specialist. Dacă nu veți putea dvs sau altă persoană de încredere să răspundeți oportun curiozității și interesului său pentru intimitate și sexualitate, riscul este ca acesta să se informeze exclusiv online sau de la prieteni și astfel să deprindă o imagine denaturată asupra acestor aspecte.

- **Discutați despre comunicarea cu persoane de care s-au apropiat prin intermediul internetului**

Este important să discutați sincer cu copilul dvs. pentru a îl informa și a îl sprijini să fie conștient că pe lângă beneficiile pe care le are jucându-se și comunicând online, există și o serie de riscuri la care se poate expune. Comunicarea cu persoane necunoscute sau chiar din rețeaua de cunoscuți ai cunoscuților poate să îi ajute să fie o capcană în care pot cădea dacă nu sesizează semnalele că ceva depășește limitele lui de confidențialitate, de disponibilitate sau ajung să degereze în solicitări nepotrivite.

Ca de obicei, cheia este o comunicare cât mai timpurie și o relație solidă de încredere cu copilul dvs pentru ca el să se simtă liber să împărtășească atât experiențele plăcute, cât și cele neplăcute. Desigur, nu merită neglijat nici aspectul că este firesc ca atunci când va fi adolescent nu va mai dori să discute cu dvs despre relațiile lor de pe internet. Așadar, ceea ce “plantați” acum va fi baza și pentru atunci când vor avea nevoie din ce în ce mai mare de aprobarea celor de vârsta lor, și va crește dorința firească de explorare, de noutate și de manifestare creativă specifică adolescenței.

- **Securizați dispozitivele pe care le folosește copilul și folosiți programe antivirus**

Indiferent de dispozitivul folosit pentru accesarea internetului, aveți mai multe opțiuni de programe antivirus. Acestea vă oferă o protecție sporită și combat eficient mai multe tipuri de amenințări informatice. Majoritatea programelor antivirus au versiuni gratuite. Un antivirus poate fi instalat foarte ușor. În cazul telefoanelor mobile, indiferent de sistemul de operare, le puteți găsi în magazinul de aplicații.

- **Pentru cei mici folosiți aplicațiilor de control parental**

Anumite aplicații antivirus au disponibilă și o componentă de control parental. În funcție de programul utilizat, această funcție vă oferă posibilitatea de a vedea care sunt site-urile accesate de către copilul dvs. și istoricul de căutare. Prin funcția de control parental puteți să limitați accesul la internet al copilului, să impuneți un anumit interval orar și să fiți informat care sunt aplicațiile pe care acesta le instalează pe telefonul inteligent, precum și activitatea din rețelele sociale. În cazul în care contul prin care se utilizează smartphone-ul are asociat și un card bancar, puteți să țineți sub control sumele de bani cheltuite pentru achizițiile din jocurile instalate. Deși aceste instrumente sunt eficiente pentru cei mai mici dintre utilizatori, recomandarea noastră este ca acestea să fie mereu însoțite de o comunicare cât mai deschisă pe această temă și să construiți o relație de încredere cu copilul și nu una bazată pe control.

În loc de concluzii

Deși misiunea Ora de Net este de a aduce în discuție și aspectele mai puțin plăcute ale mediului online, ținem să precizăm că este doar o fațetă a ceea ce este posibil pentru copii în era digitală. Avantajele și oportunitățile sunt mult mai variate și mai pline de semnificație decât “umbrele” acestuia dacă cei mici beneficiază de sprijin din partea unor adulți informați, conștienți, deschiși și care devin inspirație prin propriul fel de a fi. Copiii au nevoie să deprindă cât mai timpuriu, prin joc, abilități și competențe digitale care să îi sprijine să exploreze lumea online și să știe cum să acționeze atunci când găsesc conținut nepotrivit și cum să ceară sprijin adulților din jur.

Copilul va pune în practică mai puțin din sfaturile pe care le primește însă va copia comportamente. Pentru a îl ajuta să dezvolte obiceiuri sănătoase singura modalitate durabilă este să fiți un exemplu bun pentru el și să aveți discuții periodice despre activitatea lui online.

Cele mai valoroase și stabile forme de prevenție a pericolelor și creșterea rezilienței în raport cu lumea digitală sunt informarea corectă și relaționarea autentică și deschisă cu copilul. Informați-vă cu privire la oportunitățile și pericolele mediului online și apoi deschideți discuții adaptate nivelului de dezvoltare, înțelegere și de interes ale copilului dvs în raport cu folosirea tehnologiei, cu conținutul online și asigurați-vă că sunteți și îi transmiteți și lui faptul că sunteți alături de el orice s-ar întâmpla. Unele situații sunt dificil de parcurs chiar și pentru părinți care au o relație foarte bună cu proprii copii așa că pentru orice ține de siguranța lui online, consilierii noștri pot fi alături de dvs!

Pe cât posibil, copilul ar trebui încurajat încă de la primele interacțiuni să folosească telefonul inteligent sau tableta pentru activități care să presupună socializarea cu membrii familiei și activități educative și care să dezvolte creativitatea. Folosirea dispozitivelor electronice ca recompensă nu face altceva decât să crească apetitul copilului pentru utilizarea jocurilor instalate pe respectiva tabletă sau telefon inteligent. În ceea ce privește dependența de dispozitive, tendința este una accelerată și aici ne întoarcem la sugestia de a deveni dvs un model demn de urmat. Dacă veți stabili intervale de timp mai mici de folosire a smartphone-ului pentru distracție, cu siguranță și copilul dvs. va face la fel. Acest deziderat poate fi atins mai ușor dacă veți stabili împreună cu copilul dvs. anumite intervale orare care să fie dedicate altor activități decât cele online.

Oricare ar fi provocarea, dificultatea sau curiozitatea cu care vă confrunțați cu privire la experiența online a copilului dvs, echipa noastră este aici să vă susțină prin Linia de informare și consiliere [ctrl_AJUTOR](mailto:ajutor@oradenet.ro).

Scrive-ne la adresa de e-mail ajutor@oradenet.ro sau direct în mesageria de Facebook [Ora de Net](#).

Resurse recomandate:

Ghiduri pentru părinți:

- Copiii au nevoie de noi și atunci când nu sunt în pericol - <https://bit.ly/3isilxq>
- Ora de Net începe acasă - <https://bit.ly/33mcuZw>
- Lumea online - <https://bit.ly/33umAYr>
- Soluții de filtrare și control parental - <https://bit.ly/33odCfm>

Videoclipuri pentru părinți

- <https://www.youtube.com/watch?v=9XFrKaRNzuU>
- <https://www.youtube.com/watch?v=p1byst48NJM>

Blog Ora de Net : <https://bit.ly/2GOOQNB>



Salvați Copiii România este o organizație de utilitate publică, a cărei misiune este aceea de a garanta egalitatea de șanse pentru toți copiii, indiferent de mediul din care aceștia provin, prin utilizarea propriei expertize, precum și prin activități de lobby și advocacy asupra factorilor de decizie și mobilizarea liderilor din societatea civilă.

Salvați Copiii promovează de 30 ani drepturile copilului, în acord cu prevederile Convenției Națiunilor Unite cu privire la Drepturile Copilului. Peste 2.220.000 de copii au fost incluși în programe educative, de protecție și asistență medico-socială, de stimulare a participării lor în acțiuni de promovare și recunoaștere a drepturilor lor.

Salvați Copiii este membru al Save the Children International, cea mai mare organizație independentă din lume de promovare a drepturilor copiilor, care cuprinde 28 de membri și desfășoară programe în peste 120 de țări.



Secretariatul General

Intr. Ștefan Furtună nr. 3, sector 1,
010899, București, România

telefon: +40 21 316 61 76

e-mail: secretariat@salvaticopiii.ro

web: www.salvaticopiii.ro



Cofinanțat de Mecanismul pentru
Interconectarea Europei al Uniunii Europene

Conținutul acestei publicații este responsabilitatea exclusivă a Organizației Salvați Copiii și nu reflectă neapărat opinia Uniunii Europene.