

Co dělat, když...

je moje dítě ovládáno
počítačem a ne
naopak



I přes veškeré výhody, které nám nové technologie přinášejí, je třeba, abychom byli na pozoru.

Zejména ve vztahu k dětem, které se díky své neopatrnosti, dětské naivitě, nekritickému přebírání informací, či snadné manipulovatelnosti, mohou stát snadnou obětí závažnějších problémů.



Varovné signály



- Dítě se stává tajnůstkářem, snaží se být více o samotě.
- Vyhýbá se odpovědím, odmítá Vaši přítomnost u počítače.
- Používá neobvyklé programy, s jejichž účelem Vás odmítá seznámit.
- Maže stopy své činnosti na internetu.
- Provádí podezřelé aktivity a v pravidelném čase vyžaduje být u počítače.
- Častěji žádá finanční prostředky, a to ve vyšších částkách.
- Odmítá se bavit o tom, co na počítači a s kým komunikuje.
- Na počítači chce trávit veškerý svůj volný čas.

Cesta k nápravě

1. Zajímejte se!



- ✓ **Mluvte s dětmi**, zajímejte se o to, jak tráví čas na počítači, jaké využívají služby nebo s jakými potížemi se setkali.
- ✓ Zvláště při hraní je důležité, aby rodič při rozhovoru zjistil, zda **dítě hře rozumí, dokáže oddělit dobro od zla** (budování si morálky osvojování modelů chování).
- ✓ **Naslouchejte** dětem a včas reagujte na změny chování.
- ✓ **Zapojujte se** do aktivit svých dětí v chatu a bavte se společně.

- ✓ V případě počítačových her je důležité při komunikaci s dítětem **zjistit, zda je hraní pro dítě forma seberealizace či jen zábava a odreagování.**
- ✓ Povzbuzujte děti, aby k Vám byly otevřené, ukazovaly Vám, co umí a sdělovaly podivné nebo nepříjemné věci zjištěné na internetu.
- ✓ Vysvětlujte dětem, že **vše, co je sdělováno na internetu, nemusí být vždy pravda**, stejně jako lidé nemusí být těmi, za které se vydávají.
- ✓ **Oceňujte a chvalte** za dodržování pravidel bezpečného internetu.



Cesta k nápravě

2. Nezapomínejte na sebe!



- ✓ Vzdělávejte se v oblasti počítačové gramotnosti.
- ✓ Zajímejte se, jaké mají děti zkušenosti online (v přímém spojení), jak umějí zacházet s počítačem.
- ✓ Buďte příkladem pro své děti.
- ✓ Stůjte za svými rozhodnutími.
- ✓ Upozorňujte sami na nevhodný obsah na internetu.



- ✓ Nabízejte dětem jinou **alternativu**, jak **trávit volný čas**, umožněte jim spolurozhodovat.
- ✓ Podporujte dítě v **návratu k věcem** a činnostem, ve kterých zažívaly úspěch, **které je bavily** (sport, hra na hudební nástroj).
- ✓ Poskytněte dětem **osobní zážitek** – např. paintball, při kterém ucítí opravdovou bolest – **upozorněte na nereálnost situací** v počítačových hrách či na internetu (FB), obzvláště u těch simulující opravdový život.



Cesta k nápravě

3. Určete hranice a povinnosti



- ✓ Umístěte počítač do společné místnosti, která brání dětem v neomezeném fyzickém i časovém přístupu.
- ✓ Sestavte spolu s dětmi jasná a srozumitelná bezpečnostní pravidla pro užívání internetu, sdělte dětem, co je nezákonné, včetně stahování.
- ✓ Důsledně kontrolujte dodržování bezpečnostních pravidel a prosazujte postih, pokud je poruší. (Jako trest nepoužívejte zákaz přístupu na počítač či internet, neboť si děti najdou jinou a méně bezpečnou cestu).

- ✓ Pořizujte dětem jen takové počítačové hry, které jsou vhodné dané věkové kategorii, tuto informaci Vám poskytne tzv. *rating*. Pokud má dítě staženou hru z internetu, lze toto hodnocení vyhledat na www.pegi.info.cz (zde se dozvíte, co hra obsahuje – násilí, vulgarita a jiný nevhodný obsah).



- ✓ Pomáhejte dětem vybrat vhodná přihlašovací jména (bez osobních údajů) do svých činností a zdůrazňujte, aby neprozrazovaly žádné osobní informace!!!
- ✓ Určete společně s dětmi, kolik času smí trávit na počítači.

- ✓ Trvejte na tom, aby nikdy **neposkytovaly osobám na internetu** svou adresu, telefonní číslo, věk, fotografie ani žádné jiné **osobní informace**, včetně toho, kam chodí do školy nebo kde tráví svůj volný čas.
- ✓ Poučte děti, aby se **nikdy osobně nesetkávaly** s přáteli z internetu bez Vašeho vědomí a souhlasu.
- ✓ Nastavte v počítači programy **funkce rodičovské kontroly**.
- ✓ **Kontrolujte historii** navštívených stránek na internetu (otevřít internet/kliknout na ikonu s označením „historie“).



Cesta k nápravě

4. Hledejte pomoc a další informace



- Poradna E~bezpečí – www.napisnam.cz
- Oznámení o zneužívání či „stopování“ – www.horkalinka.cz
- Ohlášení nevhodného obsahu ~ www.horkalinka.cz
- Oznámení na policii – www.policie.cz
- Přehled nebezpečných komunikačních jevů, rady, aktuality – www.e-bezpeci.cz

Dohoda s rodiči pro mladší děti

DOHODA S MAMINKOU A TATÍNKEM O BEZPEČNÉM POUŽÍVÁNÍ INTERNETU

(Jméno dítěte)

Vypíšte společně s dítětem a vyvěste na viditelné místo, aby nedocházelo k nedorozumění.



Má přístup na internet

- | | | | | | | |
|--------------------------|----------------------------|----|----------------------|----|----------------------|-------|
| ☐ | pondělí | od | <input type="text"/> | do | <input type="text"/> | hodin |
| ☐ | úterý | od | <input type="text"/> | do | <input type="text"/> | hodin |
| ☐ | středa | od | <input type="text"/> | do | <input type="text"/> | hodin |
| ☐ | čtvrtek | od | <input type="text"/> | do | <input type="text"/> | hodin |
| ☐ | pátek | od | <input type="text"/> | do | <input type="text"/> | hodin |
| ☐ | sobota | od | <input type="text"/> | do | <input type="text"/> | hodin |
| ☐ | neděle | od | <input type="text"/> | do | <input type="text"/> | hodin |
| ☐ | pouze v přítomnosti rodičů | | | | | |



Tyto adresy

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.



Za podmínek

- ☐ nikdy **nebude nikomu na internetu prozrazovat** svá hesla, jak se jmenuje, kolik je mu/jí roků, kde bydlí, své telefonní číslo, kam chodí do školy, kde si rád/a venku hraje, apod.
- ☐ pokud se na některé internetové stránce setká s žádostí, aby vyplnil/a své jméno, věk, adresu, kontaktní email, telefon, apod., **vždy to před vyplněním oznámí svým rodičům**
- ☐ nikdy se bez souhlasu rodičů **nebude scházet s kamarády**, které zná jen z internetu a **nebude na internetu odepisovat lidem, které nezná**
- ☐ **oznámí svým rodičům**, jestliže mu/ji budou přicházet sprosté, výhrušné/urážlivé zprávy
- ☐ pokud ho/ji někdo na internetu požádá, aby udělal/a něco, co se nedělá, má zakázáno nebo se nesluší, **vždy to oznámí svým rodičům**
- ☐ **bez souhlasu rodičů nebude** přes internet posílat své fotografie, fotografie své rodiny a svých kamarádů
- ☐ **klikne na tlačítko zpět nebo se z internetu odhlásí**, pokud uvidí něco, co se mu/jí nelíbí nebo co rodiče nechťejí, aby viděl/a a **nebude otevírat internetové stránky**, které upozorňují, že jsou jen pro dospělé
- ☐ **vždy oznámí rodičům**, pokud ho/ji někdo na internetu vystraší
- ☐ bude tyto pravidla dodržovat také mimo domov



.....
podpis dítěte



.....
podpis rodičů

Dohoda s rodiči pro starší děti

DOHODA S RODIČI

O BEZPEČNÉM POUŽÍVÁNÍ INTERNETU

(jméno dítěte)

Vyplňte společně s dítětem a vyvěste na viditelné místo, aby nedocházelo k nedorozumění.



Má přístup na internet

☐ pondělí	od		do		hodin	1.
☐ úterý	od		do		hodin	2.
☐ středa	od		do		hodin	3.
☐ čtvrtek	od		do		hodin	4.
☐ pátek	od		do		hodin	5.
☐ sobota	od		do		hodin	6.
☐ neděle	od		do		hodin	7.



Tyto adresy



Za podmínek

☐

vždy oznámí rodičům, pokud na internetu bude některá webová stránka nebo formulář vyžadovat uvedení osobních údajů (např. jméno, věk, adresu, kontaktní email, telefon)

☐

vždy si bude na osobních stránkách komunikačních sítí (Facebook apod.) **vytvářet jen bezpečné profily**, na kterých si nastaví a bude udržovat ochranu soukromí

☐

nikdy nebude **nikomu na internetu prozrazovat** svá hesla, jak se jmenuje, kolik je mu/jí roků, kde bydlí, své telefonní číslo, kam chodí do školy, apod.

☐

nikdy **se bez souhlasu rodičů nebude osobně setkávat s kamarády**, které zná jen z internetu

☐

nikdy nebude na vulgární nebo urážlivé zprávy nebo zprávy od osob, které nezná reagovat – **oznámí to rodičům**

☐

bez souhlasu rodičů nebude vkládat na Internet své fotografie, fotografie své rodiny, svých kamarádů a blízkých

☐

nebude otevírat stránky, které nemá dovolené a jsou určeny jen pro dospělé

☐

nikdy **nebude bez souhlasu rodičů** na internetu cokoli nakupovat nebo objednávat

☐

nikdy **nebude otevírat emaily** s podezřelými nebo neznámými adresami a přílohami



podpis dítěte



podpis rodičů