

ODPORÚČANIA PRE RODIČOV

OCHRANA MALOLETÝCH NA INTERNETE

Internet významne ovplyvňuje každodenný život nás všetkých. Hoci pôvodne nebol navrhnutý na používanie deťmi, dnes internet v Európe používa väčšina z nich. Na to, aby sa aj táto kategória používateľov cítila v online priestore bezpečne, treba vytvoriť vhodné podmienky.

Rodičia by mali dôkladne zvážiť, od akého veku je pre ich deti vhodné tráviť čas na počítači. Žijeme v uponáhľanej dobe a podať dieťaťu tablet, aby sa na nejaký čas samo zabavilo, je pre veľa rodičov lákavé.

Psychológovia však dôrazne neodporúčajú začať deti oboznamovať s novými médiami príliš skoro. Príveľa času na počítači negatívne ovplyvňuje zdravý psychický vývoj dieťaťa a bráni mu v rozvíjaní skutočných medziludských vzťahov v reálnom svete. Aj v neskoršom veku je dobré čas strávený hľadením do obrazovky regulovať, o.i. z množstva zdravotných dôvodov.

NASTAVTE SI PRAVIDLÁ

Prevenencia rizík spojených s internetom a novými médiami sa začína už v rodine. Určte si domáce pravidlá, ktoré zamedzia negatívnemu vplyvu internetu na deti a naopak naučia deti používať médiá bezpečne a s rozumom.

Pre deti by mal internet predstavovať predovšetkým pomôcku pri učení a zdroj poznatkov. Zoznámte ich so stránkami, ktoré sú pre ne vhodné. Naučte ich používať vyhľadávacie nástroje. Vedieť rýchlo nájsť informáciu, ktorú potrebujeme, nie je ani zďaleka takou samozrejmou, ako by sa nám mohlo zdať. Sociálnym sieťam by sa mali deti naopak úplne vyhnúť.

Odporúčania pre rodičov:

- Počítač (ale ani televíziu) neumiestňujte do detskej izby. Umožnite dieťaťu používať internet napr. v obývačke, kde máte väčšiu kontrolu.
- Vymedzte deťom čas, ktorý môžu na počítači stráviť.

- V počítači a smartfóne zablokujte prístup na nevhodné stránky, príp. povoľte prístup iba na konkrétne, vami vybrané webstránky. Pomôžu vám filtre nežiaduceho obsahu a programy na rodičovskú kontrolu.
- Používajte antivírusový program.
- Zaujímajte sa o to, čo vaše deti na internete robia. Môžete sa spoločne dohodnúť, že raz za čas spoločne skontrolujete, aké stránky dieťa navštívilo, s kým komunikovalo na čete a pod.
- Pokiaľ pri kontrole nájdete nevhodný obsah, na ktorý mohlo dieťa napr. neúmyselne kliknúť, netrestajte ho zákazom internetu. Problém riešte komunikáciou a vysvetlite mu, prečo je tá-ktorá stránka (video, fotografia...) pre deti nevhodná. Ak je to možné, pridajte ju do zoznamu zablokovaných stránok.
- Staršie deti, ktoré majú kontá na sociálnych sieťach či četoch, poučte o dôležitosti silného hesla.
- Upozornite deti na riziká, s ktorými sa môžu stretnúť: prezrádzanie adresy, telefónneho čísla, zverejňovanie fotografií, komunikácia s cudzími ľuďmi, otváranie neznámych e-mailov
- Staršie deti varujte pred posielaním intímnych fotografií inej osobe. Poučte ich o tom, že pri záberoch maloletých môže ísť dokonca o šírenie detskej pornografie, čo je trestný čin podľa § 369 Trestného zákona.
- Pri podozrení, že sa vaše dieťa stalo obeťou nelegálneho konania, sa nebojte obrátiť na políciu.

V práci s počítačom a internetom sa musia rodičia neustále zdokonaľovať, aby dokázali držať krok so svojimi deťmi, ktoré na rozdiel od staršej generácie vyrastajú s novými médiami od malička. Iba vtedy ich budú schopní aj dostatočne chrániť.

Grooming

Grooming je činnosť, pri ktorej sa niekto spriatelí a vybuduje citový vzťah s dieťaťom a mladým človekom, aby získal jeho dôveru za zámerom sexuálneho obťažovania alebo vydierania. Grooming sa vykonáva offline, ale aj online, hlavne v súčasnosti, keď technológie a internet umožňujú pomerne bezproblémový kontakt s dieťaťom a mladým človekom. Získanie dôvery obete je hlavným faktorom ich zapojenia sa do sexuálneho správania. Groomer môže byť cudzí človek, ale aj niekto, koho dieťa a mladý človek pozná, používa stratégie, akými sú nevinné konverzácie alebo výmena informácií a údajov s dieťaťom ohľadom jeho koníčkov a vzťahov, používajúc komplimenty, pochvaly a dary na vybudovanie vzťahu, alebo naopak vyhrážanie a zastrašovanie na získanie kontroly. Tieto stratégie môžu byť implementované v rôznych časoch: v priebehu zopár dní alebo v priebehu niekoľkých rokov.

DETI A MLADÍ ĽUDIA SÚ ZRANITEĽNÝ CIEĽ

Páchatelia, predátori využívajú psychologické triky a metódy, aby sa pokúsili dieťa, mladého človeka izolovať od jeho rodiny a priateľov a často sa zamerajú práve na zraniteľnejšie deti a tínedžerov, s ktorými sa ľahšie manipuluje. Pre ľahšie vytipovanie obete predátori využívajú práve aplikácie, ktoré sú obľúbené u mladých ľudí. Využívajú aj metódu hromadného rozposielania správ, kontaktujú stovky obetí, aby zvýšili svoje šance na úspech.

GROOMING SA MÔŽE OBJAVIŤ NÁHLE

Grooming je vo všeobecnosti pomalý, metodický a úmyselný proces manipulácie s osobou až do bodu, kedy sa môže stať obeťou, ale online grooming môže byť veľmi náhly. Niekedy stačí len pár minút, aby si predátori dohodli stretnutie so svojou obeťou. Najrýchlejší predátori používajú sofistikované, presvedčivé stratégie, aby si rýchlo vybudovali vzťah. Sú tu zahrnuté najmä krátke rozhovory a požiadavky, ktoré môžu rýchlo vyústiť do sexuálnych správ.

PREDÁTOR MÔŽE BYŤ HOCIKTO

Veľa ľudí verí, že groomermi môžu byť dospelé osoby vydávajúce sa za dieťa, ale nie vždy to je pravda. Groomeri kontaktujú veľké množstvo detí a mladých ľudí, čo im výrazne limituje možnosti zavádzania. Problémom môže byť, že úprimnosť môže pôsobiť na obeť omnoho negatívnejšie, pretože uverí, že je v reálnom vzťahu.

Tipy pre rodičov

JE DOBRÉ SA POROZPRÁVAŤ

Je veľmi nepravdepodobné, že zabránite svojmu dieťaťu používať internet, tiež nemôžete neustále kontrolovať jeho online aktivity, ale môžete sa s ním rozprávať na pravidelnej báze o tom, ako trávi čas online. Úprimným rozhovorom o online vzťahoch viete dieťa informovať o rozoznávaní vhodného a nevhodného správania. Spýtajte sa, či má online kamarátov, alebo či hráva online hry s ľuďmi, ktorých nepozná. Práve to môže viesť k rozhovorom o groomingu.

SKONTROLUJTE NASTAVENIA OCHRANY ÚDAJOV

Abyste svojmu dieťaťu poskytli bezpečné prostredie pre online hranie, je dôležité skontrolovať nastavenia ochrany údajov, ako aj rodičovskú ochranu na sieti, zariadeniach, aplikáciách alebo stránkach, ktoré používa. Ak používate aplikáciu na zdieľanie polohy, pamätajte, to isté môžu použiť aj cudzí ľudia na sledovanie Vášho dieťaťa bez jeho vedomia. Uistite sa, že informácie o lokalite nie sú zdieľané s nikým okrem tých, ktorí majú povolenie.

HOVORTE O BEZPEČNOM SPRÁVANÍ ONLINE

Skúste si s deťmi vysvetliť, že by nemali akceptovať žiadosti o priateľstvo od ľudí, ktorých nepoznajú a overiť si žiadosti o priateľstvo od ľudí, ktorých poznajú. Ideálne je, ak nikdy nebudú chatovať s ľuďmi, ktorých v skutočnosti nepoznajú. Pripomnite im, že by nemali nikdy prezrádzať osobné informácie – telefónne číslo, adresa, heslá, alebo názov ich školy.

HOVORTE O ZDRAVÝCH VZŤAHOCH

Hovorte so svojím dieťaťom o tom, ako vyzerá zdravý vzťah a ako spoznať niekoho, kto nie je tým, kým tvrdí, že je. Vysvetlite, že predátori im budú skladať komplimenty a vstupovať do konverzácií o osobných témach, ako sú záľuby a vzťahy. Môžu dokonca obdivovať, ako dobre hrajú online hry alebo ako dobre vyzerajú na fotke. Budú tiež skúšať izolovať Vaše dieťa od blízkych osôb, ako ste Vy – rodičia a priatelia, aby sa vo vzťahu s predátorom deti cítili výnimočne.

PODPORUJTE SVOJE DIEŤA

Ukážte Vášmu dieťaťu, že ho podporujete a uistíte ho, že za Vami môže prísť s akýmkoľvek obavami, ktoré má. Potrebuje vedieť, že môže s Vami hovoriť, ak mu niekto robí niečo, čo preň nie je komfortné, či sú to nevhodné komentáre, obrázky, požiadavky alebo sexuálne komentáre.

AKO TO NAHLÁSIŤ

Ak sa obávate, že Vaše dieťa je obeťou groomingu, alebo sexuálneho predátora, nevymazávajte nič z toho, čo Vášmu dieťaťu poslal a kontaktujte Políciu SR na čísle 158.

Toto je len niekoľko rád, ako sa môžete chrániť svoje deti pred sexuálnymi predátormi.

Všímajte si varovné signály

Experti na bezpečnosť detí identifikovali kľúčové vzorce správania predátorov a radiia rodičom na čo si dávať pozor:

- **Tajnostkárské správanie ohľadom toho, čo robia online**

- **Používanie internetu alebo smartfónu neskoro v noci**

- **Navštevovanie nezvyčajných miest na stretnutia s priateľmi, o ktorých ste nepočuli**

- **Potreba byť častejšie vo Vašej prítomnosti, problémy so spánkom a s príjmom potraviny, či nočné pomočovanie**

- **Nedostatok záujmu o voľnočasové aktivity**

- **Nové veci, ako napr. oblečenie alebo smartfón, pričom nevedia vysvetliť, odkiaľ ich majú**

- **Pôsobia utiahnuto, úzkostne, depresívne alebo agresívne**

- **Majú staršieho priateľa alebo priateľku**

Viac nájdete na
www.STALOSATO.SK
[#STOPONLINEGROOMINGU](https://www.facebook.com/STOPONLINEGROOMINGU)
[#HALEZINATEBE](https://www.facebook.com/HALEZINATEBE)
[#DEJESATO](https://www.facebook.com/DEJESATO)
[#POMOCEXISTUJE](https://www.facebook.com/POMOCEXISTUJE)
Tento poster pre Vás vytvorili
psychológovia z IPčko.sk.
Inšpirované: nationalonlinesafety.com



STALOSATO.SK



Pre deti, ktoré potrebujú radu alebo pomoc, boli zriadené stránky:

- [IPčko.sk](http://ipcko.sk)

anonymná a bezplatná internetová linka dôvery pre mladých ľudí chatovú aplikáciu môže využiť aj priamo na tejto stránke na spodu obrazovky. Po kliknutí sa zobrazí zoznam poradcov, ktorí sú momentálne online. Je len a len na Tebe komu napíšeš. Viac o fungovaní IPčka a našich poradcov sa dozvieš , každý deň od 7:00 do 24:00

- [**Dobrá linka.sk**](http://dobralinka.sk)

anonymná a bezplatná internetová linka dôvery pre mladých ľudí so zdravotným znevýhodnením, každý pracovný deň od 15:00 do 20:00

- [Pomoc.sk](http://pomoc.sk)

anonymná a bezplatná združená linka pomoci, každý deň od 18:00 do 22:00

- [**Linka deti.sk**](http://linkadeti.sk)

chat Linky detskej dôvery, každý pracovný deň od 14:00 do 19:00

- **Linka detskej istoty – 116 111**

non-stop, bezplatná a anonymná linka pomoci pre deti a mládež

- **Linka detskej dôvery – 055/234 72 72**

anonymná linka pre deti dostupná každý pracovný deň od 14:00 do 20:00

- **Linka Nezábudka – 0800 800 566**

bezplatná telefonická linka dôvery

- **ipcko@ipcko.sk**

bezplatná a anonymná e-mailová poradňa internetovej linky dôvery pre mladých IPčko.sk

- potrebujem@pomoc.sk - bezplatná a anonymná e-mailová poradňa Linky detskej istoty

- odkazy@linkadeti.sk - bezplatná a anonymná e-mailová poradňa Linky detskej dôvery

- poradna@dobralinka.sk - bezplatná a anonymná e-mailová poradňa Dobrej linky