Rady pre rodičov – ako ochrániť svoje deti v online priestore

Rodičia zohrávajú kľúčovú úlohu v tom, ako bezpečne sa ich deti pohybujú na internete. V digitálnom svete, ktorý sa neustále mení, je dôležité byť informovaný, otvorený a dôsledný.

1. Budujte dôveru a komunikáciu

- Vytvorte doma atmosféru, kde sa deti neboja hovoriť o tom, čo zažívajú online.
- Pýtajte sa ich, aké aplikácie používajú, s kým si píšu a čo sa im páči alebo nepáči na internete.
- Nesúďte ich okamžite – najprv počúvajte.

2. Vzdelávajte sa spoločne

- Zaujímajte sa o aplikácie, ktoré používajú – stiahnite si ich aj vy, vyskúšajte ich.
- Spoločne si prejdite nastavenia súkromia a vysvetlite si ich význam.
- Ukážte deťom, ako rozpoznať falošné profily, podozrivé správy alebo nevhodný obsah.

3. Stanovte jasné pravidlá

- Dohodnite sa na tom, koľko času môžu deti tráviť online a na čo môžu internet používať.
- Určite "offline zóny" – napríklad pri večeri alebo pred spaním.
- Vysvetlite deťom, že zverejňovať fotky či osobné údaje môže mať následky.

4. Naučte deti, čo robiť v prípade kyberšikany

- Uistite ich, že za vami môžu prísť s akýmkoľvek problémom.
- Naučte ich neodpovedať na urážlivé správy, ale ich uložiť a nahlásiť.
- Vážne prípady nahláste škole alebo polícii.

5. Využívajte nástroje rodičovskej kontroly (s rozumom)

- Môžete používať aplikácie na monitorovanie aktivity alebo obmedzenie prístupu k nevhodnému obsahu.
- Vždy ale kombinujte technológiu s dôverou – kontrola by nemala nahradiť komunikáciu.