

Kamaszkor, online biztonság, szexuális zaklatás az interneten

Veszely Zsuzsanna iskolapszichológus 2022

Ki mindenkit engedünk be, amikor okoseszközt adunk a
gyermek kezébe?

<https://www.youtube.com/watch?v=1HhD9P3qBCo>

Veszélyek

(online nem csak a lehetőségek szélesebbek)

túlzott képernyőhasználat, az ajánlások szerint a képernyőidő:

- 0–6 éves korban nulla
- 7–9 éves kor között 2 óra alatt javasolt tartani az online aktivitást
- 9–12 éves kor között 2–4 óra között
- 12–14 éves életkorban 4 óra körüli időtartam a maximum
- 14 éves kor felett ennél hosszabb ideig tartó online aktivitás is megengedhető

multitasking(a figyelem megosztása),“hiperaktivitás”(látszólagos), agresszivitás a játékok következtében

online bántalmazás

kéretlen tartalmak(reklámok, üzenetek)

pedofília, zaklatás

hamis profilk, zsarolás

testképzavar, irreális jövőkép

adathalászat, bűncselekmények

Alapszabályok - határok tartása

Miért ismételtjük? Csoportnyomás(challenge), barát vagy partner befolyása, kielégítetlen érzelmi igények miatt figyelmen kívül hagyják a gyerekek.

1. **A személyes adataidat** (teljes név, cím, telefonszám, iskola, képek rólad, az otthonodról) **ne add meg** semmilyen internetes oldalon, vagy beszélgetésben! Használd a közösségi oldalak védelmi beállításait! Válassz biztonságos jelszót, a jelszavaidat ne add meg senkinek! A helyrajzi adatokat csak akkor engedélyezd, ha szükséges!
2. **Telefonon ne tárolj** érzékeny adatokat, képeket! Ellophatják, belenézhetnek!
3. A felajánlott frissítések az eszköz biztonságát is szolgálják. **Frissíts!**
4. Ha bármi **különösét, furcsát, félelmeteset látsz** az interneten, **mond el a szüleidnek!** Készíts képernyőfotót vagy egyszerűen fotózd le a telóddal!
5. **Ne nyiss meg olyan üzenetet, oldalt, amit nem ismersz!** Vírusos, vagy épp felnőtteknek való lehet! Ne tölts le meggondolatlanul fájlokat, alkalmazásokat! Ha egy oldallal kapcsolatban bizonytalan vagy, **kérd ki a szüleid véleményét!**
6. **Online is légy kedves és udvarias**, mintha személyesen beszélgetnél valaki mással! Csak **olyan emberrel beszéljess**, írogass a neten, **akit a való életben is ismersz!** **Ha bántanak a neten, beszélj róla!**
7. **Ne higgy el mindent, amit az interneten látsz!**
Az interneten soki **valótlan** dologgal találkozhatasz, **megszerkesztett képekkel** és videókkal. Ami túl szép, hogy igaz legyen, (nyeremény egy kattintásért), az átverés!
8. Amit egyszer posztoltál, vagy kommenteltél, **nem lehet végképp törölni.** Még az eltűnő üzeneteket is el lehet menteni.
9. A szabadidő ne csak a digitális eszközök körül forogjon! **Egyszerre maximum egy digitális eszközt** használj! Ha épp nézel valamit a tvben, tedd le a kezedből a mobilt vagy tabletet. Mindkettőre nem tudsz és nem is kell figyelned. Amikor az utcán közlekedsz, ne mobilozz, hanem a forgalmat figyelj! Amikor a családdal, barátaiddal beszélgetsz, rájuk figyelj, tedd le a telefont!

Óvd meg a titkaidat!

Megosztás előtt mérlegelj!

Ne dőlj be a kamunak!

Kedvesnek lenni menő!

Ha kétséged van, beszélj róla!

A célravezető szülői hozzáállás

- **KOMMUNIKÁCIÓ**, rendszeresen, szánjuk rá az időt, ne ítélgessünk!
- milyen alkalmazásokat, játékokat használ, ennek utánanézzhetünk gyerekaneten.hu oldalon, kiket követ
- túlzott kontroll helyett valódi érdeklődés, tiszteljük a kamaszok **HATÁR**ait!
- legyen otthoni internetes napirend, szabadidős programok!
- egy felmérés szerint csak a szülők harmada beszélt a gyerekekkel az online biztonságról érdemben, minden ötödik szülő semmit
- milyen **PÉLDÁ**t mutatunk? Mennyit “kütyüzünk”, hogyan kommentelünk? Mennyit posztolunk? Engedélyt kérünk a gyerektől, hogy posztolhassunk róla?
- ne zavarjon, ha a gyerek jobban ért az okoseszközökhöz! Kezeljük **PARTNER**ként! Ha intézkedni kell, az a felnőtt feladata lesz.

Linkgyűjtemény

DIGITÁLIS BEVÁNDORLÓKNAK, AZAZ SZÜLŐKNEK

digitalisgyermekvedelem.hu: ismertetőк szülőknek, szülői tájékoztatóк a közösségi platformokról, játékokról, linkgyűjtemény

gyerekaneten.hu: cikkek, ismertetőк szülők számára, szótár(kategóriák: jelenség, platform, szleng, emoji)

saferinternet.hu: előadások a témában, oktató játékok, (Mongu alkalmazás)

netrefel.hu: idősebb generáció számára készült

SZŰRŐPROGRAMOK, ALKALMAZÁSOK

<http://nmhh.hu/dokumentum/173242/szurosszoftverek.pdf>

Teen Time

HOVA FORDULHATUNK, HOL TEHETÜNK BEJELENTÉST?

a közösségi oldalon azonnal

internethotline.hu: sértő tartalmak bejelentése

biztonsagosinternet.hu: elsősorban gyermekpornográfia bejelentése

nane.hu: segítség zaklatás esetén kek-vonal.hu: Kék Vonal Gyermekkrízis Alapítvány: telefonon, chaten is elérhető

BESZÉLGETÉSINDÍTÓK, FIATALOK SZÁMÁRA KÉSZÜLT ANYAGOK

<https://www.biztonsagosinternet.hu>: kisebbeknek készült videók

okosdoboz.hu: testi, lelki egészség videók

<https://www.saferinternet.hu/>: játékok, kvízek a biztonságos internethasználatról

https://www.youtube.com/results?search_query=saferrinternet kisfilmek

<https://gyerekaneten.hu/>: szótár, kvízek az online biztonságról, internettel kapcsolatos fogalmakról

digitalsgyermekvedelem.hu : linkgyűjtemény, kisfilmek a pedagógusoknak fül alatt, inkább nagyobbaknak valók, letölthető munkafüzet

<https://www.facebook.com/safety> : konkrét problémák, konkrét megoldások, informatív

<https://nane.hu/erintetteknek/fiataloknak/>: online zaklatással kapcsolatos történetbefejező játék, információ, like-dislike játék, letölthető képregény, érettebb fiataloknak

<http://bekesiskolak.hu/eszkozta/filmklub/kisfilmek/> bullyingról, cyberbullyingról

Sajátos nevelési igényű tanulók

- befolyásolhatóság, hiszékenység jellemző, nem feltételezi a gyermek, hogy más hazudik, mert ő sem szokott hazudni(hamis profilokkal való visszaélés)
- impulzivitás, átgondolatlan döntések miatt fontos, hogy a gyermek bízzon a szülőben, elhiggye, hogy mindent helyre lehet hozni
- az élménymegosztást gyakorolni kell, beszélgetni a napi eseményekről
- határok tudatosítása(fehérneműszabály), kifejező kommunikáció tanítása (pl.elutasítás)
- mások ártó szándékának felismerése, gyanújelek: szülő bevonása
- helyes szokások kialakítása az internethasználattal kapcsolatosan is, ugyanúgy, mint hogy csukja be az ajtót a nyilvános WC-ben
- szociális körök: ki mennyire áll közel hozzám, kivel mit osztok meg, kinek mit engedek meg
- autizmus spektrumzavarral küzdő fiatal akár zaklatóvá is válhat, a szenvedélyes érdeklődése miatt, ártó szándék nélkül

Köszönöm a figyelmet!

E-mail címem:

veszelyzsuzsanna@montagh.dbtk.hu