



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



MeLi
FOR PARENTS

Media cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa A.1.1: Omawianie spraw delikatnych lub trudnych; wspólne tworzenie zasad



Spis treści

Omawianie spraw delikatnych lub trudnych oraz wspólne tworzenie zasad

01

Czym są sprawy delikatne lub trudne i dlaczego uważamy je za takie?

Wyjaśnienia ogólne i przykłady

02

Rozmowy o sprawach delikatnych lub trudnych

Znajdujemy rzetelne i pomocne źródło wiedzy

03

Zasady i przepisy prawne

Treści nielegalne a niepożądane

04

Współpraca z partnerami

Networking/ budowanie bazy kontaktów strategicznych

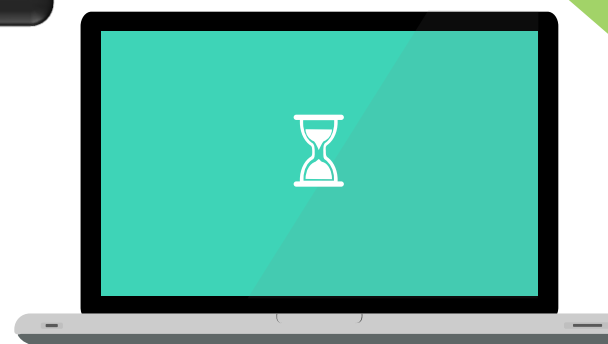




Informacje wprowadzające

Według danych brytyjskich, 60% rodziców w ogóle nie rozmawia z dziećmi o sprawach delikatnych lub trudnych (Levy 2017:7), przy czym jedynie 2% porusza kwestię pornografii w internecie. Dzieci oczekują informacji i byłyby wdzięczne za rady rodzicielskie, o ile zostałyby one przedstawione w odpowiedni sposób. W ramach niniejszej jednostki szkoleniowej omówimy temat rozmów o sprawach delikatnych lub trudnych, obowiązujących przepisów prawnych i wprowadzania określonych zasad we współpracy z dzieckiem.

MeLi 
FOR PARENTS



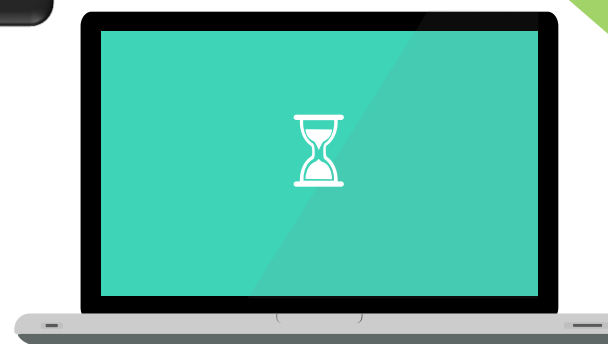
1.1.1.
Sprawy
delikatne
lub trudne



Czym są sprawy delikatne lub trudne – i dlaczego uważamy je za takie?

Uznanie danego tematu za delikatny lub trudny zależy w znacznym stopniu od kontekstu społecznego, środowiska rodzinnego, poziomu i rodzaju wykształcenia i innych czynników. Niezależnie od powyższego, kwestie wymienione w dalszej części prezentacji uznaje się za delikatne w większości wypadków: oznacza to, że są rzadko omawiane otwarcie; wywołują poczucie wstydu i/lub winy; osoby doświadczające wstydu lub winy nie zawsze są w stanie się do tego przyznać; i mogą spowodować potężne szkody, jeżeli nie zostaną omówione i rozstrzygnięte.

MeLi 
FOR PARENTS



1.1.2.

Rozmowy o
sprawach
delikatnych i
trudnych

Wybrane przykłady tematów delikatnych i trudnych

przemoc

mowa
nienawiści
nękanie
(stalking)
pornografia
gry
nacechowane
przemocą
(egoshooters
itp.)

uzależnienie

uzależnienie od
internetu
uzależnienie od gier
uzależnienie od
mediów
społecznościowych
uzależnienie od
pornografii
zakupoholizm
uzależnienie od
substancji
odurzających
(narkotyków, alkoholu
itd.)

(cyber) dręczenie

dręczyciele
osoby
dręczone
osoby
postronne

seksualność

seksting
sekszantaż
uwodzenie
przez internet
pornografia w
internecie

Jak zacząć rozmowę

Rozpoczynanie rozmowy na dowolny z wymienionych tematów może być dla rodziców trudne; dotychczas powstały zasadniczo dwa scenariusze:

Scenariusze różnią się pod względem celów i sposobu realizacji.

Scenariusz 1: zapobiegamy

Zaczynamy możliwie wcześnie.

Wprowadzamy tematy stopniowo.

Zaczynamy od świata realnego, przechodzimy do internetu.

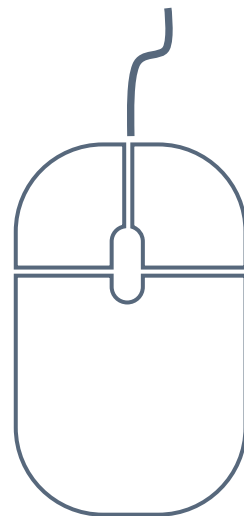
Nawiązujemy do czegoś, co dziecko zauważyło, lub do czegoś dostrzeżonego wspólnie. Wyjaśniamy wszystkie problemy, przedstawiając konsekwencje.

Unikamy gróźb i elementu strachu.



Przed zdarzeniem

Według tego scenariusza prowadzimy rozmowy o ewentualnych zagrożeniach – omawiając je łącznie lub po kolei – zapobiegamy ewentualności, by dziecko padło ich ofiarą.



Scenariusz 2: reagujemy

Po zdarzeniu lub w jego trakcie

Dowiadujemy się możliwie jak najwięcej o problemie; dowiadujemy się, co się stało i opracowujemy potencjalne rozwiązania.



Pozwalamy dziecku mówić. Zadajemy wyłącznie pytania uszczegóławiające i istotne. Unikamy oskarżeń i zastraszania. Pracujemy nad rozwiązaniem wspólnie z dzieckiem. W razie konieczności szukamy pomocy z zewnątrz.

Seksting

Termin „seksting” oznacza wysyłanie, otrzymywanie lub przekazywanie informacji zawierających treści o charakterze otwarcie seksualnym (teksty, filmiki lub zdjęcia) przedstawiające nadawcę lub innych

Seksszantaż

Jest to forma wymuszenia lub szantażu, służąca uzyskaniu od osoby szantażowanej pieniędzy, przy czym szantażujący posługuje się obrazami o charakterze seksualnym.

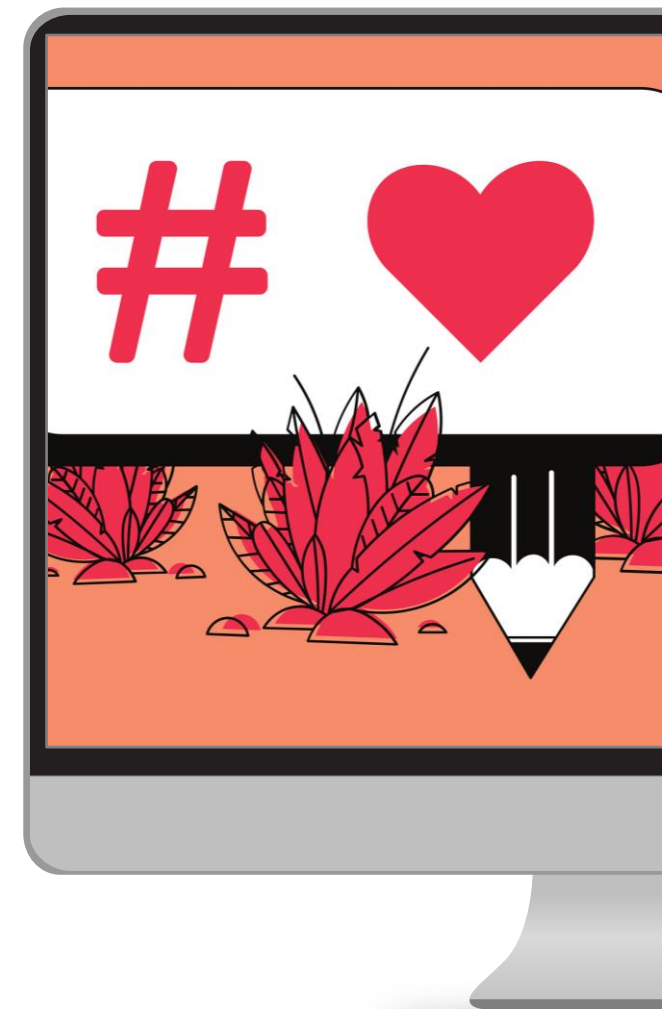
Uwodzenie przez internet

Uwodzenie przez internet polega na zaprzyjaźnieniu się z dzieckiem i nawiązaniu z nim relacji emocjonalnej w celu osłabienia jego zahamowań; uwodzenie ma na celu wykorzystanie seksualne.

Pornografia w internecie

Zwana również pornografią online lub cyberpornografią – jest to dowolna forma pornografii rozpowszechnianej z wykorzystaniem plików zawierających zdjęcia, obrazy lub filmiki; pliki są udostępniane między użytkownikami lub w grupach dyskusyjnych.

**Dlaczego
należy
rozmawiać o
seksualności**





Jak rozmawiać o seksualności

Ciało jest ważnym tematem od wczesnych lat życia, ponieważ sposób, w jaki dziecko postrzega siebie, będzie miał wpływ na jego przyszłą tożsamość – dziecięcą i człowieka dorosłego. Seksualność stanowi część tożsamości; ochrona i szacunek dla intymnych części ciała jest elementem dziecięcej samoświadomości.

Zagrożenia związane z powyższym w świecie internetu powinny być dziecku przedstawiane i stopniowo wyjaśniane w sposób dopasowany do jego wieku. Umiejętność prawidłowego nazywania części ciała, w tym części intymnych, jest ogromnie istotna przy ewentualnym poruszaniu tematów trudnych, gdy wydarzy się coś niewłaściwego.

Dlaczego należy rozmawiać o dręczeniu

Cyberdręczenie

polega na korzystaniu ze środków komunikacji elektronicznej, by dręczyć wybraną osobę – zazwyczaj przez wysyłanie wiadomości o charakterze zastraszającym lub gróźb.

Cyberdręczyciel

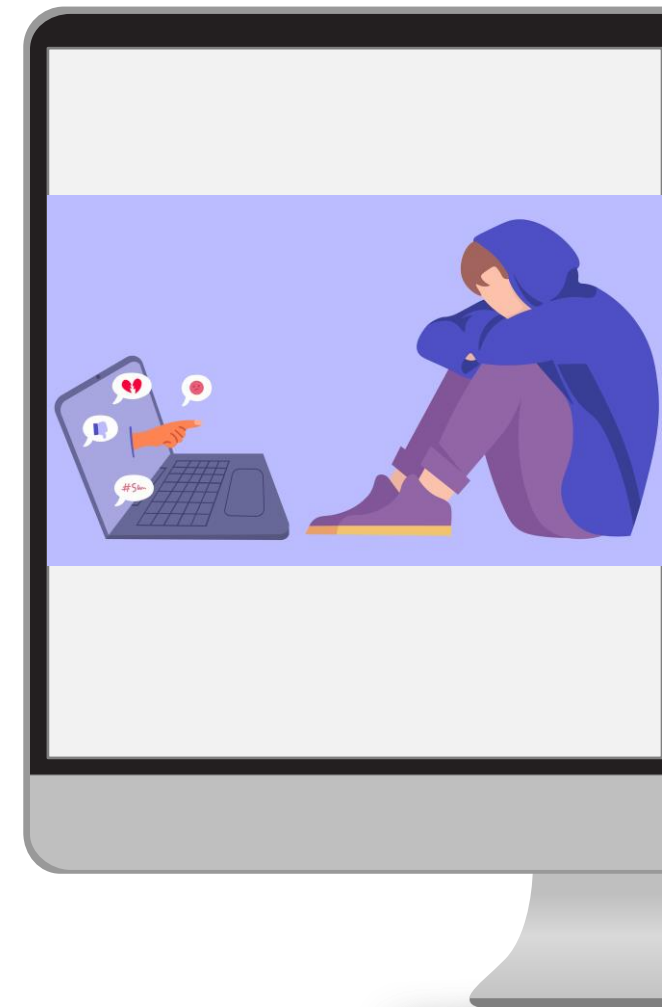
wysyła wiadomości grożące adresatowi lub go zastraszające; dyskredytuje swoją ofiarę przez rozpowszechnianie fałszywych plotek na jej temat i umieszcza w sieci przedstawiające ją niekorzystne zdjęcia.


Osoba dręczona

będąca ofiarą dowolnych form nękania może ponieść z ich tytułu poważne konsekwencje; nękanie obniża u ofiary poczucie własnej wartości; może również prowadzić do pogorszenia wyników w nauce i stanu zdrowia psychicznego.

Osoby postronne

Podobnie jak w świecie rzeczywistym, osoby postronne będące świadkami nękania funkcjonują również w internecie. Pogarszają sytuację ofiary, udostępniając innym jej niekorzystnymi zdjęciami lub umieszczając w sieci własne komentarze.

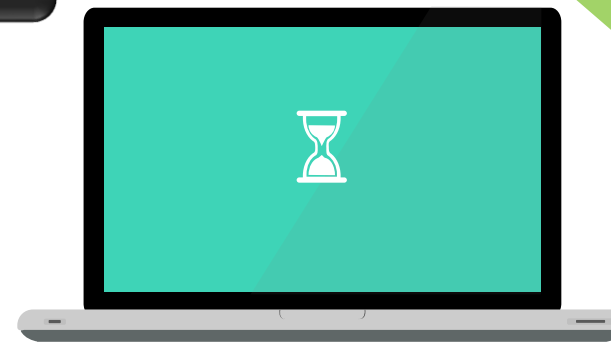




Co zrobić w wypadku podejrzeń, że dochodzi do cyberdręczenia?

Według scenariusza idealnego dziecko samo do nas przyjdzie z informacją, że spotkało je coś złego; natomiast cyberdręczone dziecko często boi się, że nie zostanie potraktowane poważnie, lub że po zgłoszeniu problemu rodzice zabiorą mu telefon. Dziecko może mieć również poczucie pozostawania pod natężonym wpływem cyberdręczyciela, ponieważ nie jest w stanie schronić się przed atakami – cyberprzestrzeń jest wszechobecna: wdziera się do domu niezależnie od pory. Jeżeli zauważymy, że dziecko rzadziej spotyka się z kolegami, nie jest w stanie się skupić, nie chce chodzić do szkoły lub przestało ją lubić, lub wykazuje objawy zaburzeń żywienia, można podejrzewać, że padło ofiarą cyberdręczenia.

MeLi 
FOR PARENTS

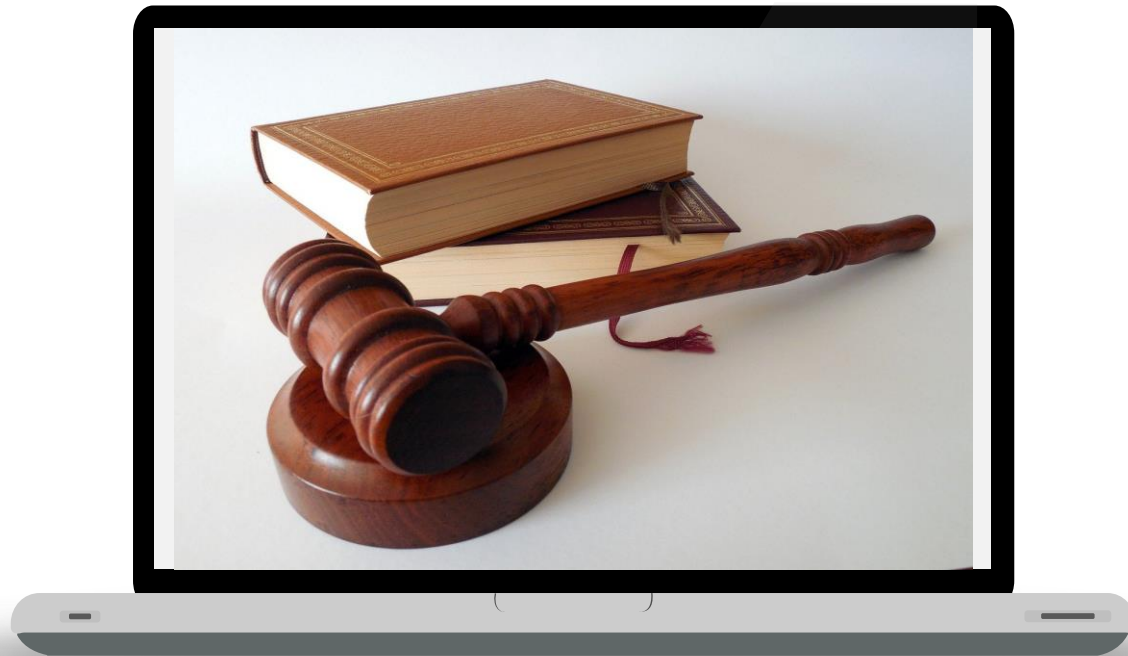


1.1.3.

Zasady i
przepisy
prawne

Zasady i przepisy prawne

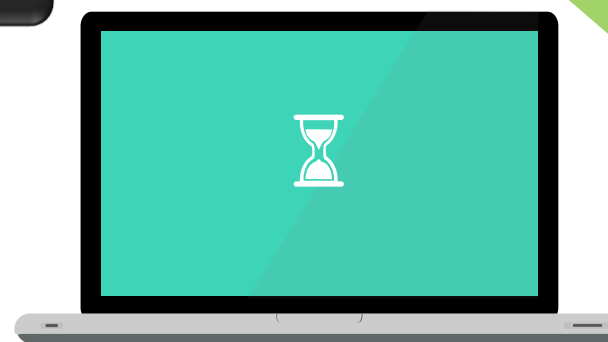
Wbrew powszechnym przekonaniom, dla potrzeb radzenia sobie z niewłaściwymi zachowaniami, o których mowa wyżej, wdrożono szereg zasad i przepisów prawnych. Część treści jest nielegalna; umieszczanie ich w internecie uznaje się za czyn zabroniony, w związku z czym każdy przypadek należy zgłaszać. Ustalenie wspólnie z dzieckiem obowiązujących warunków ramowych zadziała znacznie lepiej, niż stosowanie zakazów.



Przepisy prawne:
UNCRC – Konwencja
ONZ o prawach dziecka
Chroniące dzieci
przepisy prawa
krajowego
Możliwość zgłaszania
problemów w mediach
społecznościowych

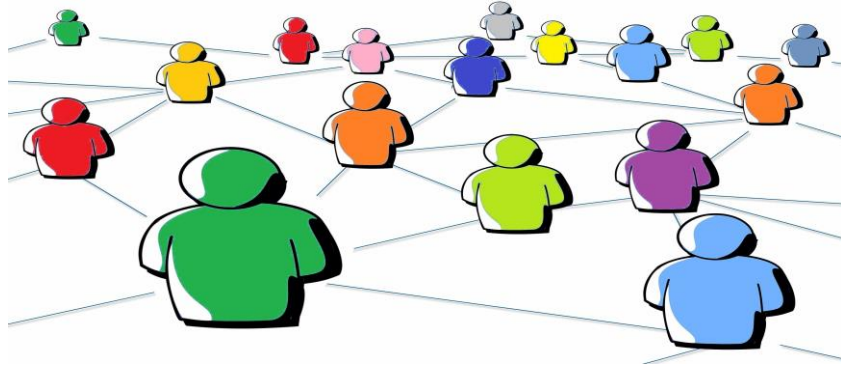
Umowa zawarta z dzieckiem:
Polityka dzielenia się
zdjęciami (jake zdjęcia i komu
udostępniamy)
Zasada nieujawniania danych
osobowych nieznanym
Uzgodnienie dopuszczalnych
kanałów komunikacji
Wskazanie odpowiednich dla
dziecka stron internetowych/
aplikacji

MeLi 
FOR PARENTS



1.1.4.

Współpraca z
innymi



Tworzenie sieci

MeLi
FOR PARENTS

Dzielenie się informacją z członkami rodziny lub innymi rodzicami może wspomóc proces zapewnienia dzieciom siatki bezpieczeństwa. **Współpraca** z nauczycielami i innymi pracownikami szkoły, trenerami i edukatorami pomoże w rozpoznawaniu przypadków (cyber)dręczenia lub innych problemów, w obliczu których może stanąć dziecko.

Uczestnictwo w zebraniach dla rodziców lub w spotkaniach grup rodziców pomoże w nawiązaniu cennych kontaktów, które będzie można rozwinąć i z których będzie można skorzystać w razie konieczności. Rady rodziców/ komitety rodzicielskie często organizują spotkania z ekspertami, kursy szkoleniowe (w internecie i na żywo) i **grupy dyskusyjne** służące wymianie informacji i wsparciu.



Materiał do przemysleń

Tematy delikatne i trudne

Co jest tematem delikatnym lub trudnym dla Ciebie i dla Twojej rodziny? Dlaczego?
Czy kiedykolwiek rozmawiałeś(-aś) z dzieckiem na którykolwiek z wymienionych tematów?



Rozmawiamy o sprawach delikatnych i trudnych

Czy rozmawiałeś(-aś) lub próbowałeś(-aś) rozmawiać z dzieckiem na którykolwiek z wymienionych tematów?
Co sprawiało Ci trudność?
Co mogłoby być trudne dla Twojego dziecka?

Punkty do
rozważenia –
własne
zachowania

Zasady i przepisy prawne

Czy znasz treść przepisów prawa obowiązującego w Twoim kraju?
Czy wiesz, gdzie szukać informacji na temat przepisów prawnych?
Czy wiesz, do kogo możesz się zwrócić, by uzyskać rzetelne informacje na temat obowiązujących przepisów prawnych?



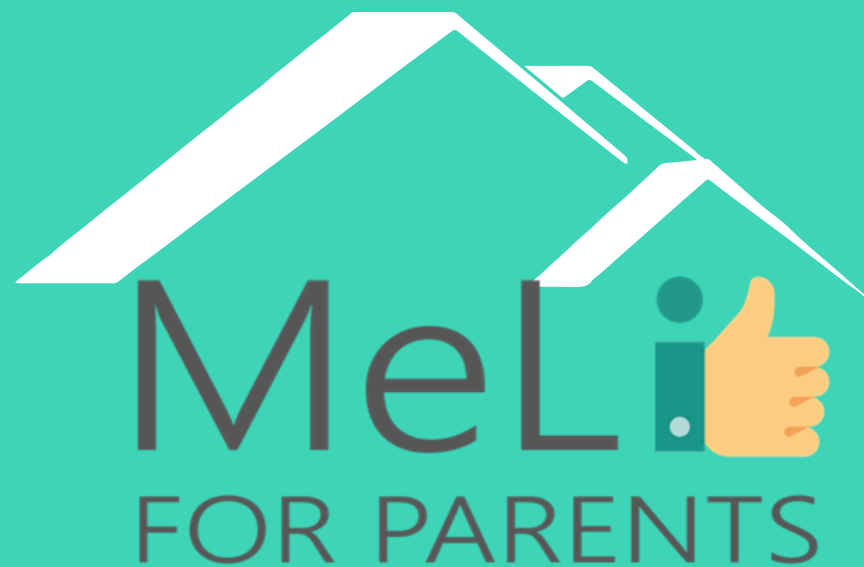
Tworzenie sieci kontaktów

Do kogo zwracasz się z prośbą o pomoc, gdy pojawią się pytanie lub problem związane z reakcją rodzicielską w kontekście mediów cyfrowych?
Czy w szkole Twojego dziecka lub w Waszej społeczności lokalnej działa rada rodziców lub rada rodziców i nauczycieli?
Czy dysponujesz namiarami na grupę wsparcia/ dyskusyjną, do której możesz zwrócić się z prośbą o pomoc?

MeLi
FOR PARENTS

Źródła:

- ❖ <http://www.lse.ac.uk/media-and-communications/research/research-projects/eu-kids-online/eu-kids-online-2020>
- ❖ <https://www.theguardian.com/society/2015/nov/10/sexting-becoming-the-norm-for-teens-warn-child-protection-experts>
- ❖ <http://handbook.parentnets.com/en/index.html>
- ❖ <http://www.parentnets.com/media/>
- ❖ <http://www.webwewant.eu/>
- ❖ <https://en.unesco.org/themes/media-and-information-literacy>
- ❖ <https://nesetweb.eu/en/resources/library/teaching-media-literacy-in-europe-evidence-of-effective-school-practices-in-primary-and-secondary-education/>
- ❖ https://ec.europa.eu/education/news/public-consultation-new-digital-education-action-plan_en



<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ





MeLi
FOR PARENTS

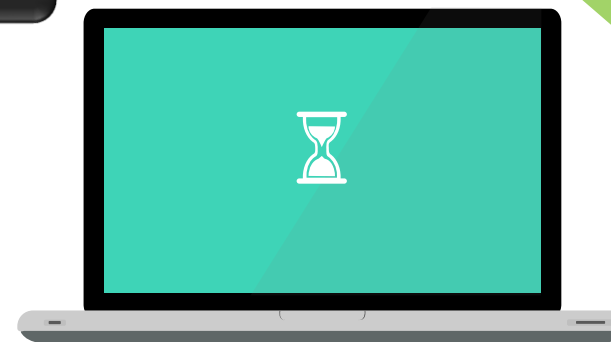
Edukacja medialna dla rodziców

B.1.4: Narzędzia kontroli rodzicielskiej



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

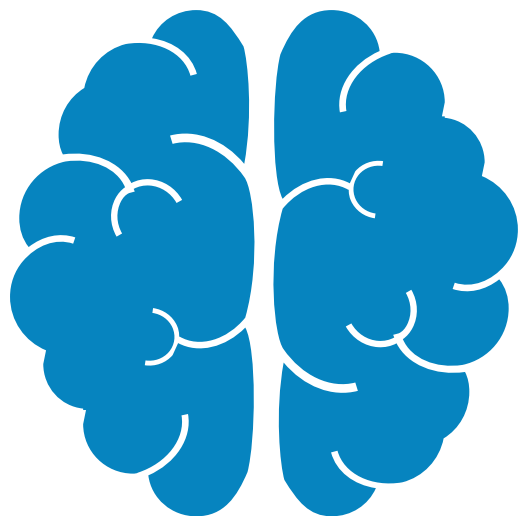
MeLi 
FOR PARENTS



1.4.1. Rodzinne zasady ekranowe

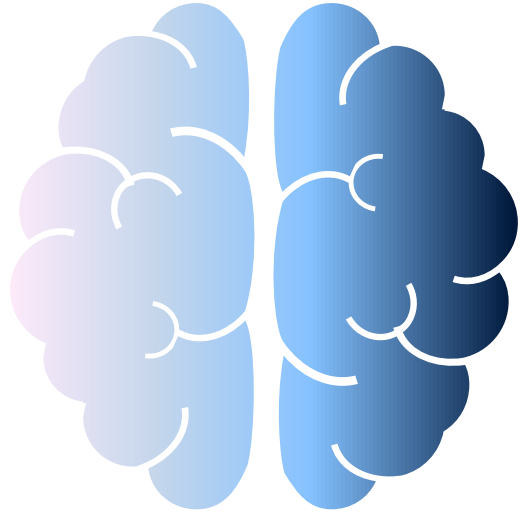
Mózg dziecka

Dlaczego dzieci poniżej 2 roku życia nie powinny mieć dostępu do urządzeń ekranowych:



- Mózg jest **najbardziej elastyczny** od 3 roku życia
- Przystwojenie **motoryki i myślenia przestrzennego** wymaga ruchu
- Światło emitowane przez ekrany może skracać **sen dziecka**
- Nawet filmy i programy dla dzieci zawierają sceny przemocy
- Czas ekranowy wpływa na **zdrowie dziecka, poziom otyłości**
- Media grożą **uzależnieniem** i trudnymi do usunięcia nawykami
- **Promieniowanie** emitowane przez smartfony może spowodować raka

Elastyczność mózgu



Prawa półkula – odbiór dźwięków i obrazów.

Lewa półkula – tworzenie i rozpoznawanie języka.

U dziecka przestymulowanego bodźcami z prawej półkuli (włączony telewizor, radio, grające zabawki, wydające dźwięki gry) **może dojść do zaburzeń mowy.**

Potrzebne jest słyszenie artykułowanych dźwięków i widzenie, jak są wypowiedane. **TV czy filmy nie zastąpią realnego rozmówcy.**



Kształcenie motoryki



Do przyswojenia motoryki małej i myślenia przestrzennego potrzebne jest działanie. **Patrzeć nie wystarczy.** W szkole dzieci uczą się liczyć na palcach – to nie to samo co przesuwanie palcem po ekranie tabletu.

W codziennych czynnościach używa się różnych chwytów ręki, inaczej bierze się do ręki igłę, piłkę szklaną. **Mózg uczy się faktury przedmiotów, ich kształtu, wielkości.**

Mastering motor skills



Im więcej zabaw paluszkowych dziecko doświadczy w przedszkolu, tym lepszy będzie z matematyki jako dorosły, ponieważ liczby są jednoznacznie opanowywane za pośrednictwem palców i dlatego są w mózgu fizycznie reprezentowane.

Manfred Spitzer

Światło



Mózg ludzki odbiera **niebieskie światło ekranu** jako sygnał, że jest dzień - **hamuje wytwarzanie melatoniny.**

U starszych maluchów myśli o postaciach z kreskówek, bajek mogą zakłócać zaśnięcie.

Kora mózgowa

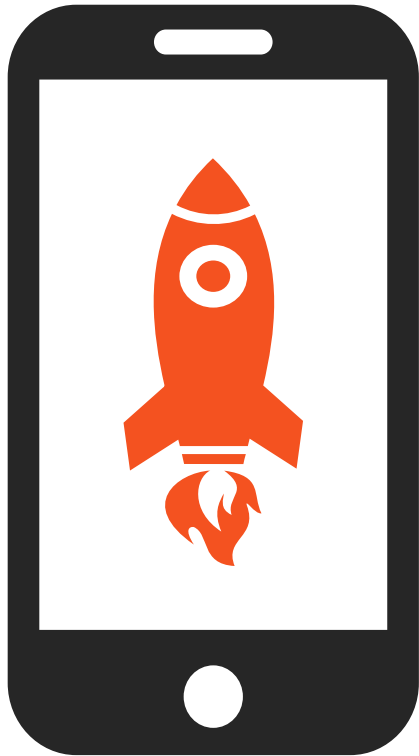


Amerykańscy uczeni zbadali mózgi dzieci w wieku **9-10 lat** używające mediów. Rezultaty?

- **znaczące różnice w mózgach dzieci**, które korzystały z urządzeń cyfrowych dłużej niż 7 godzin dziennie
- dzieci, które spędzały więcej niż 2 godziny dziennie z mediami mają **gorsze wyniki w testach myślenia i językowych**.

Zmiany zachodzą w obrębie kory mózgowej – najbardziej zewnętrznej warstwy mózgu, która przetwarza informacje z różnych zmysłów.

Gry komputerowe – zagrożenia



Gry z elementami przemocy wyzwalają reakcję "**walki lub ucieczki**" – naturalną odpowiedź na sytuację zagrożenia.

Mózg znajduje się w **stałej gotowości do walki**, czuje ciągłe zagrożenie, co **może powodować agresję**.

Gry komputerowe – zagrożenia



W czasie gry ciało dziecka wytwarza więcej **kortyzolu – hormonu stresu**. Obniża się poziom serotoniny, co może spowodować **problemy z zasypianiem i poziomem cukru we krwi**.

Gry uczą też szybkiej gratyfikacji. Sukces powoduje **wzrost poziomu dopaminy**. Dziecko chce zagrać jeszcze raz i jeszcze raz, aby poczuć jej dopływ, co **może prowadzić do uzależnienia**.

Gry komputerowe – zagrożenia



Wiele gier imituje rzeczywistość – może to utrudnić dziecku **odróżnienie prawdy od fikcji.**

Gra multi-player nie pozwala na **śledzenie mimiki** grających. Dziecko **nie widzi reakcji pozostałych graczy.** Obelgi w kierunku jednego bywają lajkowane przez innych.

Gry komputerowe – korzyści

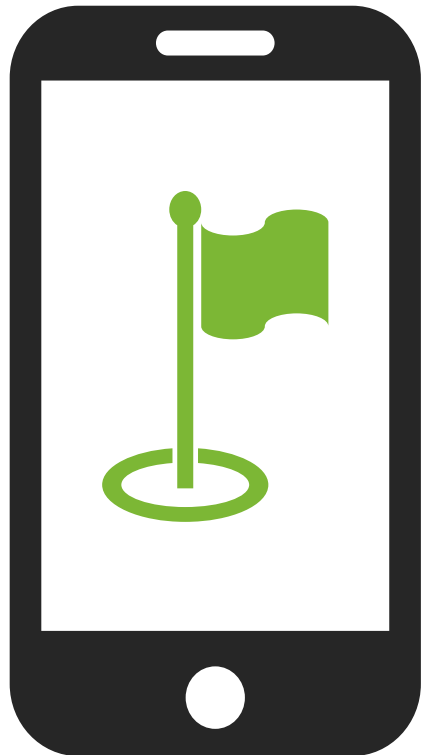


Gry powinny być dobierane **w oparciu o wiek dziecka**. Granie nie może trwać dłużej od innych czynności.

Korzyści z grania:

- **wkroczenie w świat wirtualny**
- **poszerzenie kompetencji cyfrowych**
- **nauka rozwiązywania problemów**
- **pobudzanie wyobraźni**
- **nauka planowania i przewidywania**
- **nauka wytrwałości i znoszenia porażek**
- **kreatywne myślenie**

Gry komputerowe – korzyści



Badania na Uniwersytecie w Michigan pokazały, że **dzieci grające regularnie** mają większą swobodę **w rysowaniu, wymyślaniu i opowiadaniu historii.**

Czas na przerwę





Wyzwanie offline



Wyzwanie jest okazją do **spróbowania nowych hobby/zajęć** bez rozpraszania się ekranami.

Może być podjęte **przez każdego członka rodziny lub całą rodzinę.**

Ma na celu **redukcję stresu i czerpanie radości z bycia offline.**



Wyzwanie offline

Dwie strategie wyzwania offline:



- 1. Zaplanuj cały czas, co do godziny.** Aktywności można podzielić na kategorie, np. zabawy w dni słoneczne, w dni deszczowe, w zimie, w lecie, na łonie natury, zajęcia ruchowe, wycieczki jednodniowe, relaksowanie się, zabawy grupowe/rodzinne, zadania kreatywne, szalone zabawy, sport, muzyka, wolontariat. Kategorie można uzupełnić o kolejne pomysły.
- 2. Nic nie planuj** – rób to, na co masz ochotę.



Podczas wyzwania offline

Obserwuj i dziel się refleksjami z rodziną.

- **Kiedy** kusi Cię/Was Internet?
- **Dlaczego** chcesz/chcecie włączyć Internet?
- Czy możesz/możecie osiągnąć satysfakcję **inaczej**?
- Jak sobie radzisz? Czujesz **ulgę czy gniew**?



Po wyzwaniu

Zrób podsumowanie:

- **Co udało się osiągnąć?**
- **Co było najtrudniejsze?**
- Czy wyzwanie zakończyło się **sukcesem**?
- Czy myślisz/myślicie nad jego **powtórzeniem**?

Sharenting

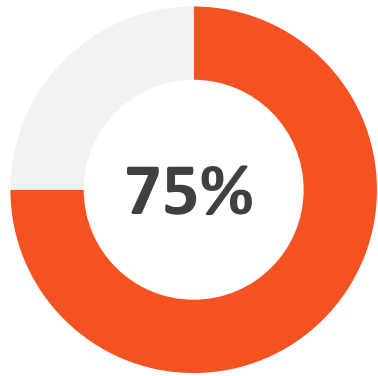


***Sharenting* (sharing + parenting) – publikowanie zdjęć i filmów z życia dziecka w Internecie.**

Tematyka: najczęściej życie codzienne, wakacje, podróże, ale czasem fotografie mające rozbawić, co **może ośmieszyć i upokorzyć dziecko.**

Internet pozwolił zdobyć szersze grono odbiorców dla zdjęć rodzinnych, **ale czy o to chodzi?**

Cyfrowy kidnapping



96% rodziców korzysta z Internetu przynajmniej raz na miesiąc. **75% z nich publikuje zdjęcia swoich dzieci, 25% z tychże robi to minimum raz na tydzień.**

Rodzice
ryzykujący
cyfrowy
kidnapping
Ich dzieci

Cyfrowy kidnapping (Baby Role Play) – wykorzystanie pozornie neutralnego zdjęcia dziecka **do realizacji różnych fantazji, w tym seksualnych.** Sprawcy tworzą "fejkowe" profile, z alternatywną historią dziecka. **Najczęściej są to historie tworzone przez pedofilów.** Osoba tworząca profil może wcielać się w różne role, np. rodzica.



Decyzja dziecka

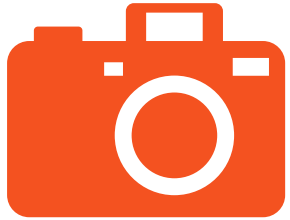


Zdjęcia dzieci **zostaną w Sieci na zawsze** i składają się na **jego reputację online**.

Gdy dziecko podrośnie, **warto zapytać je**, czy życzy sobie sharentingu. **I uszanować jego wolę**.



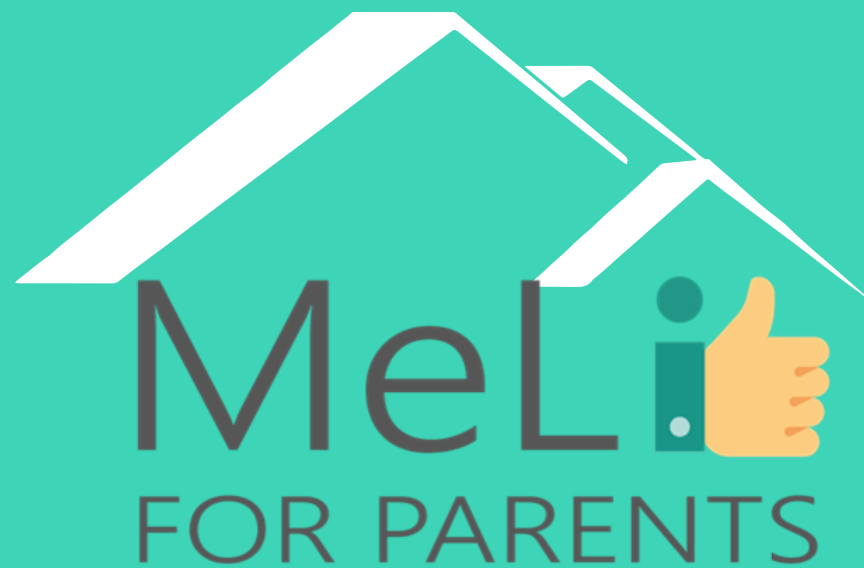
Ponadto



- pomyśl, jak dzisiejszy wpis zostanie zinterpretowany przez dziecko, **gdy będzie starsze**
- nie publikuj **danych osobowych** i wskazówek, gdzie dziecko mieszka lub chodzi do szkoły
- zdjęcia w Internecie **mogą być modyfikowane** i przekazywane dalej
- rozważ wysyłanie zdjęć za pomocą **maili lub mmsów**
- twórz **wirtualne albumy rodzinne**, które udostępnisz wybranym znajomym i rodzinie
- zdjęcia powinny mieć pozytywny wydźwięk i **nie prowokować hejtu**

Czas na pytania





<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY



Źródła:

- ❖ *101 ideas for screen free fun,*
<https://herviewfromhome.com/101-ideas-for-screen-free-fun/>
- ❖ *How gaming changes your child's brain,*
<https://screenstrong.com/how-gaming-changes-your-childs-brain/>
- ❖ **National Cancer Institute,**
<https://www.cancer.gov/about-cancer/causes-prevention/risk/radiation/cell-phones-fact-sheet>
- ❖ <https://www.childinthecity.org/2019/04/02/the-impact-of-media-use-and-screen-time-on-children/?gdpr=accept>
- ❖ <https://www.apa.org/pi/families/resources/newsletter/2019/05/media-use-childhood#:~:text=Although%20estimates%20of%20media%20usage,per%20day%20on%20screen%20media>

Pytania samosprawdzające

1. Dzieci poniżej 2 roku życia nie powinny mieć dostępu do urządzeń ekranowych, ponieważ:

- a) prawidłowy rozwój mowy wymaga słyszenia artykułowanych dźwięków i widzenia, jak wypowiada się słowa
- b) zbyt wczesna ekspozycja może wywołać lub utrwalić niekorzystne nawyki
- c) kształtowanie motoryki i myślenia przestrzennego wymaga działania, obserwacja nie wystarczy
- d) światło emitowane przez urządzenia cyfrowe może wpłynąć na sen dziecka i pogorszyć jego jakość. Ludzki mózg interpretuje niebieskie światło generowane przez ekrany jako informację, że wciąż jest dzień, hamując produkcję melatoniny, hormonu regulującego sen
- e) wszystkie powyższe

2. Przed kupnem komputera trzeba pamiętać, że:

- a) nawet małe dzieci rozumieją, gdy wkraczają do rzeczywistości wirtualnej, nie ma więc obaw, że przeniosą zasady gry na świat rzeczywisty
- b) pierwsza z gier komputerowych powinna być dobrana tak, by odpowiadała zainteresowaniom dziecka
- c) niektóre gry uczą szybkiej gratyfikacji. Gdy dziecko osiąga wyższy poziom, jest podekscytowane i zadowolone, a jego poziom dopaminy wzrasta
- d) gry z elementami przemocy wyzwalają reakcję "walki lub ucieczki" - naturalną reakcją na zagrożenie
- e) c i d są poprawne

Pytania samosprawdzające

3. Gry dla dzieci:

- a) nie powinny być wybierane przez rodziców
- b) mogą poszerzyć kompetencje cyfrowe, uczyć rozwiązywania problemów i szukania kreatywnych rozwiązań, stymulować rozwój dziecka poprzez pobudzanie wyobraźni i kreatywnego myślenia
- c) powinny być zakazane, bo treść gier jest przeznaczona głównie dla dorosłych
- d) są źródłem agresji, kiczu i wulgarności
- e) żadne z powyższych

4. Wyzwanie offline:

- a) powinno być podjęte przez całą rodzinę
- b) powstało, by doświadczyć FOBO
- c) jest wymyślone z myślą tylko o dzieciach
- d) jest okazją do spróbowania nowych hobby/zajęć bez rozprasających ekranów
- e) nie może zostać powtórzone

Pytania samosprawdzające

5. Gdy już zdecydowałeś/-łaś się podjąć wyzwanie offline:

- a) są dwie główne strategie: zaplanowanie wszystkiego lub nieplanowanie niczego
- b) obserwuj siebie/swoją rodzinę
- c) dziel się refleksjami
- d) pamiętaj o konkluzjach
- e) wszystkie powyższe są prawidłowe

6. “Sharenting” to:

- a) publikowanie zdjęć i filmów ze swoimi zwierzętami w mediach społecznościowych, na blogach i innych stronach
- b) publikowanie zdjęć i filmów ze swoimi sąsiadami w mediach społecznościowych, na blogach i innych stronach, aby się z nich pośmiać
- c) publikowanie zdjęć i filmów ze swoimi dziećmi w mediach społecznościowych, na blogach i innych stronach
- d) publikowanie zdjęć i filmów ze swoimi rodzicami w mediach społecznościowych, na blogach i innych stronach
- e) publikowanie zdjęć i filmów z obcymi ludźmi w mediach społecznościowych, na blogach i innych stronach, aby się z nich pośmiać

Pytania samosprawdzające

7. “Sharenting” obejmuje:

- a) publikowanie zdjęć z życia codziennego dziecka
- b) publikowanie zdjęć dziecka z wakacji
- c) publikowanie zdjęć dziecka z podróży
- d) publikowanie zdjęć zaaranżowanych sytuacji z dzieckiem w celu rozbawienia ludzi
- e) wszystkie powyższe

8. Jak zapobiegać “sharentingowi”?

- a) nie ma sposobu, by mu zapobiec, to część życia rodziców
- b) można rozważyć alternatywę w postaci dzielenia się zdjęćmi przez e-maile lub wiadomości MMS
- c) można stworzyć wirtualny album rodzinny, dostępny tylko dla wybranych członków rodziny i przyjaciół
- d) trzeba skasować wszystkie konta w social mediach
- e) b i c są poprawne



MeLi
FOR PARENTS

Kompetencje cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa A.1.2: Cyberbezpieczeństwo –
poziom zaawansowany



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Spis treści

Cyberbezpieczeństwo – poziom zaawansowany

W ramach niniejszej jednostki szkoleniowej uczestnikom zostaną przedstawione zasady związane z bezpieczeństwem plików i bezpiecznymi transakcjami (płatnościami) przez internet.



A

Bezpieczeństwo plików

1. Znaczenie regularnych backupów (tworzenia kopii zapasowych)
2. Metody backupów (tworzenia kopii zapasowych)

B

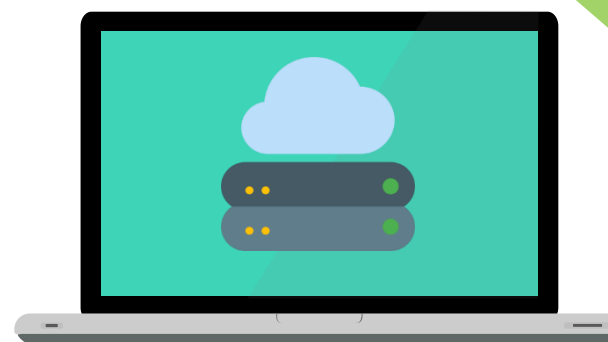
Bezpieczeństwo finansowe

1. Bezpieczne transakcje (płatności) w internecie
2. Bankowość internetowa



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi 
FOR PARENTS



A.1.2.A

Bezpieczeństwo plików

1. Znaczenie regularnych backupów (tworzenia kopii zapasowych)

Dlaczego należy tworzyć kopie zapasowe danych?

Co mamy na myśli, mówiąc „dane”?

- Nasze urządzenia zawierają informacje o umówionych spotkaniach, dane do kontaktów służbowych i prywatnych, zdjęcia przywołujące cenne wspomnienia, dokumenty osobiste, a także pliki z istotną treścią służbową.
- Naszym danym zagrażają liczne niebezpieczeństwa – cyberataki to tylko jedno z nich. Zwyczajne zużycie urządzeń to kolejny czynnik powodujący potencjalną utratę danych. Możemy stracić całe urządzenie w wyniku uszkodzenia lub kradzieży.
- Backup to czynność zapobiegawcza, polegająca na utworzeniu kopii danych w innym urządzeniu lub w chmurze, by zapewnić minimalną utratę danych na wypadek ich utraty, jeżeli coś nieprzyjemnego spotka nasze urządzenie.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Pamięć zewnętrzna

- **Pamięć USB stick/ pendrive/ „gwizdek”**: niewielkie, przenośne urządzenie służące przechowywaniu danych.

Plusy:

- Niedrogie i powszechnie dostępne.
- Bardzo proste w transporcie.
- Proste w obsłudze podczas przesyłu danych do innych źródeł.

Minusy:

- Łatwo je zgubić ze względu na niewielki rozmiar.
- Potencjalnie ograniczona pojemność i trwałość.



Pamięć zewnętrzna

- **Zewnętrzny dysk twardy:** dysk twardy przechowywany niezależnie od komputera.

Plusy:

- Stosunkowo niedrogi i prosty w transporcie.
- Większy od pamięć USB pod względem pojemności i wielkości.
- Trudniej go zgubić; zapewnia większą pojemność, idealną dla większych plików.

Minusy:

- Ponieważ jest to dysk twardy, może zostać zainfekowany złośliwym oprogramowaniem.
- Może zostać uszkodzony przez skok napięcia, jeżeli przepięcie zbiegnie się z momentem podłączenia urządzenia do źródła zasilania.



Pamięć zewnętrzna

- **Network Attached Storage (NAS – sieciowa pamięć masowa):** urządzenie pamięci masowej podłączone do sieci

Plusy:

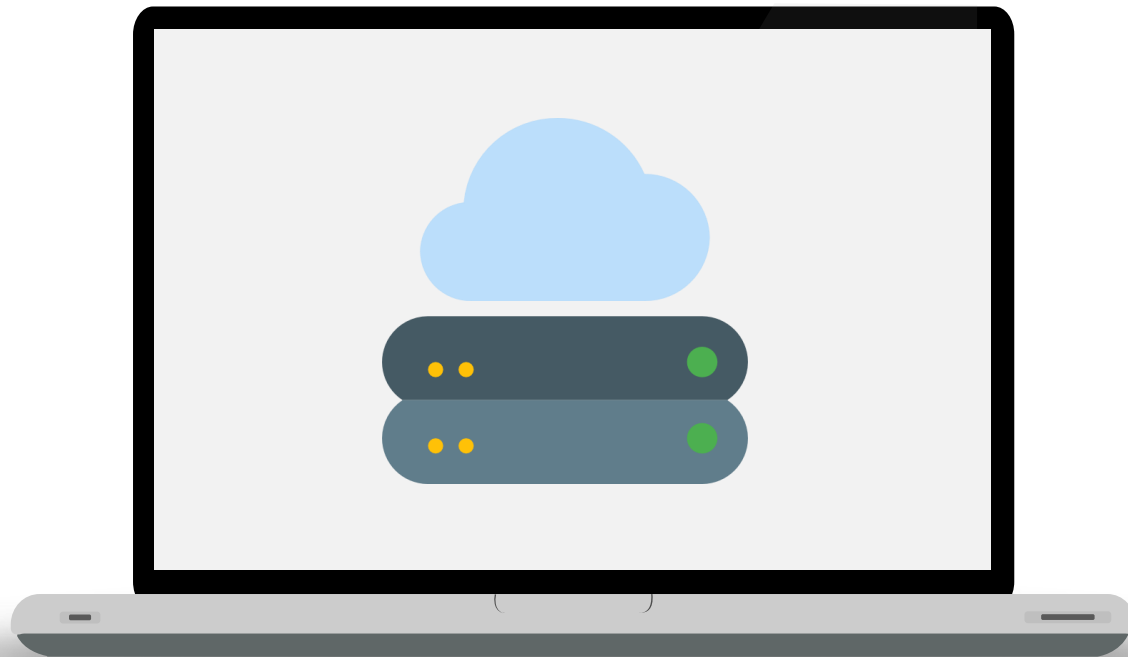
- Rozwiązanie oparte na podłączeniu do sieci, umożliwiające jego wykorzystanie przez wiele urządzeń.
- Dostęp do danych dla wielu urządzeń.
- Opcja wdrożenia rozwiązania bezprzewodowego dla telefonów i tabletów.
- Idealne przy konieczności zapisu plików z licznych źródeł.

Minusy:

- Droższe od pozostałych rozwiązań (lecz ceny spadają).
- Może być trudny w utrzymaniu lub konfiguracji.



Pamięć w chmurze



“Pamięć w chmurze to idealne rozwiązanie dla firm i osób prywatnych, służące bezpiecznemu zapisowi danych w internecie, z dostępem z dowolnej lokalizacji i opcją prostego udostępniania wszystkim autoryzowanym użytkownikom. Pamięć w chmurze ma również opcję tworzenia kopii zapasowych, co ułatwia odzysk danych poza domem/ siedzibą firmy.”

- Jake Frankenfield – Investopedia

Pamięć w chmurze

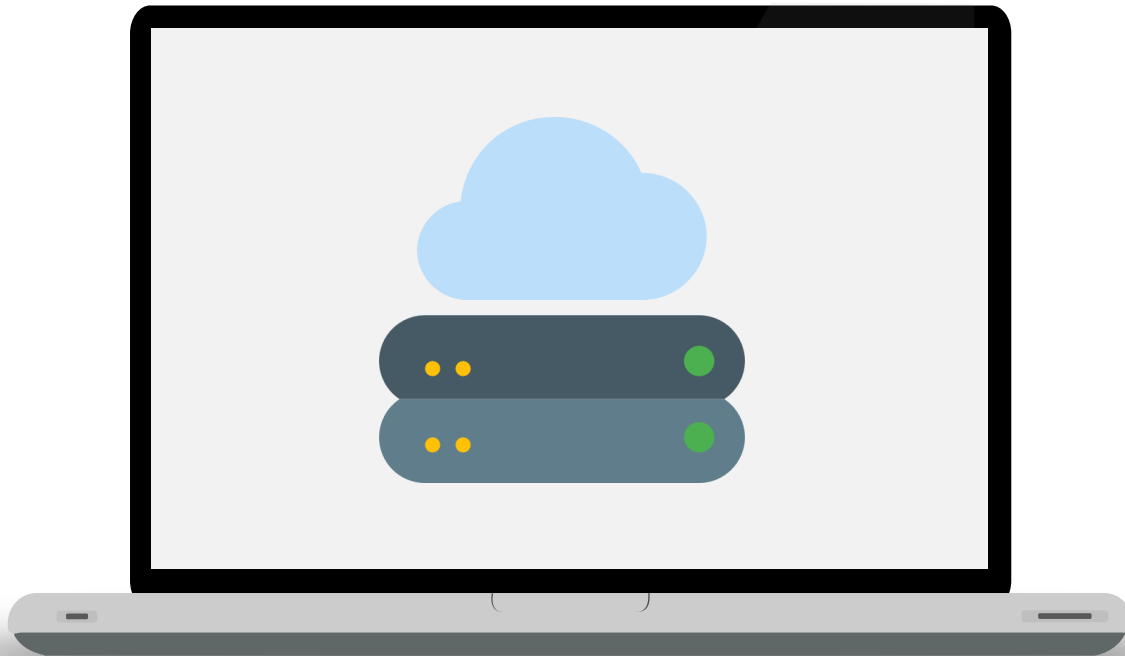
Użytkownicy mają obecnie dostęp do różnego rodzaju darmowych serwisów pamięci w chmurze, takich jak *Dropbox, Google Drive i OneDrive*. Oto wybrane plusy i minusy pamięci w chmurze:

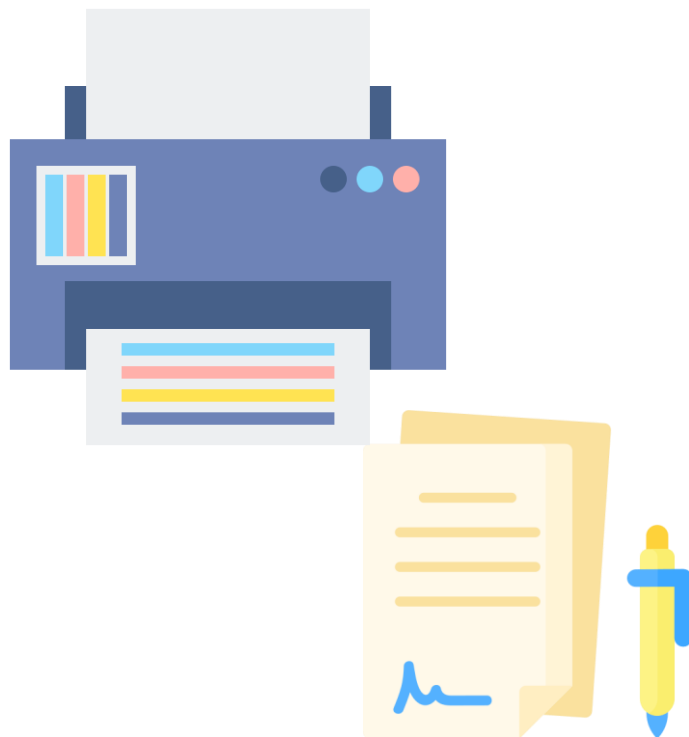
Plusy:

- Opcja automatycznej aktualizacji. Zazwyczaj wersja darmowa jest wystarczająca, by przechować żadaną ilość danych.
- Kompatybilność z wszystkimi urządzeniami.

Minusy:

- Wymaga połączenia internetowego.
- Brak gwarancji ciągłości utrzymania darmowej usługi przez dostawców w przyszłości.





Mimo że w erze nowoczesnych rozwiązań technologicznych rozwiązanie to może wydawać się dziwne, drukowanie też jest pożyteczną metodą tworzenia kopii zapasowych wybranych dokumentów.

Plusy:

- Wersja niedostępna dla hakerów.
- Dobry pomysł na przechowywanie ważnych dokumentów osobistych.
- Gwarancja dostępu, nawet przy braku zasilania lub łącza internetowego.
- Doskonałe rozwiązanie po napisaniu powieści – żadne inne nie daje takiej gwarancji zabezpieczenia przed utratą pokłosa weny!

Minusy:

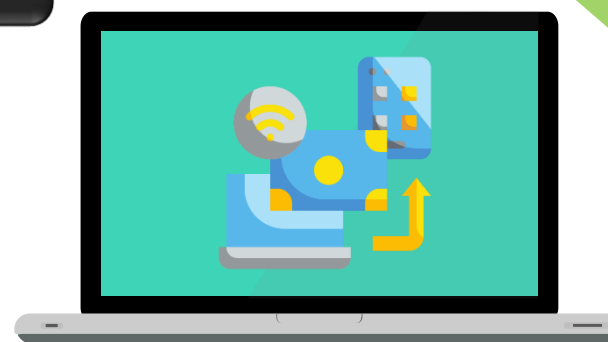
- Wydrukowany materiał z czasem niszczeje.
- Nie jest odpowiedni dla wszystkich rodzajów plików.
- Zajmuje miejsce (fizycznie).
- Nie jest przyjazne dla środowiska.





Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi 
FOR PARENTS



A.1.2.B

Bezpieczeństwo
finansowe



1. Bezpieczne transakcje (płatności) przez internet

W miarę ekspansji globalnego rynku rosną możliwości zakupów przez internet.

Opcje zakupów internetowych są szeroko reklamowane w mediach społecznościowych (szczególnie na Instagramie). Znajomość mechanizmów transakcji (płatności) przez internet jest konieczna, by umieć odróżnić **uczciwe małe firmy szukające możliwości rozwoju rynku od oszustów.**

MeLi 
FOR PARENTS



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Wskazówki – jak zapewnić sobie bezpieczeństwo transakcji - 1

Korzystaj z zaawansowanego oprogramowania antywirusowego i zabezpieczającego przed złośliwym oprogramowaniem



Oprogramowanie antywirusowe jest bardzo ważne. Chroni nie tylko przed utratą danych, lecz także przed stratami finansowymi.

Dbaj o aktualne wersje systemu operacyjnego i oprogramowania antywirusowego



Aktualizacje mają kluczowe znaczenie dla ciągłości ochrony przed nowymi i starszymi zagrożeniami.

Korzystaj wyłącznie z zaufanych serwisów



Należy unikać płatności na rzecz stron o nieznanym nazwach i robić zakupy wyłącznie za pośrednictwem znanych serwisów internetowych.

Unikaj sieci publicznych



Nigdy nie wprowadzaj danych finansowych, korzystając z publicznych sieci WiFi – są one szczególnie podatne na ataki i mogą być „szpiegowane”.

Wskazówki – jak zapewnić sobie bezpieczeństwo transakcji – 2

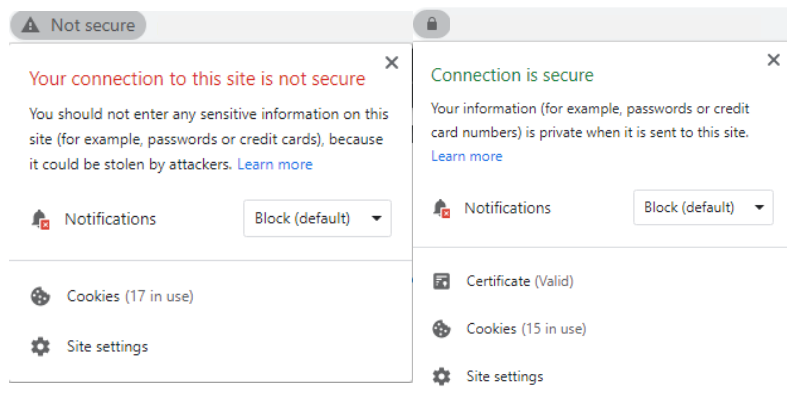
Zwróć uwagę, czy witryna posiada certyfikat cyfrowy

„Certyfikat cyfrowy służy łączeniu par kluczy szyfrujących z określonymi podmiotami, takimi jak strony internetowe, osoby fizyczne lub firmy. Witryny zaufane podlegają ocenie i identyfikacji krajowych Urzędów ds. Certyfikacji, które następnie łączą je w pary kluczy szyfrujących na podstawie certyfikatów cyfrowych.”

Każda para kluczy szyfrujących obejmuje klucz **publiczny** i **prywatny**. Z klucza publicznego korzystają osoby przeglądające stronę w **automatycznym** procesie przesyłu danych. Zasyfrowane dane mogą zostać odszyfrowane wyłącznie przez **właściciela klucza prywatnego**.

Opisany proces gwarantuje bezpieczeństwo danych przesyłanych między użytkownikiem końcowym a stroną internetową.

Zawsze upewnij się, że korzystasz ze strony **https**, nie ze strony **http**. Dodatkowa litera **“s”** – od angielskiego słowa *secure* – oznacza zastosowanie certyfikatu cyfrowego. Dane przesyłane z wykorzystaniem opisanych połączeń są szyfrowane przynajmniej jednym protokołem szyfrującym i mogą być odkodowane wyłącznie przez ich odbiorcę.



Połączenie bezpieczne (kolor
zielony) a niezabezpieczone (kolor
czerwony)



Wskazówki – jak zapewnić sobie bezpieczeństwo transakcji – 3

Korzystaj z serwisów obsługi płatności internetowych

Dostawcy usług płatniczych (PSP – *Payment Service Providers*), na przykład **PayPal**, obsługują płatności wychodzące i przychodzące oraz sam proces przelewu. Aby korzystać z takich usług, należy zazwyczaj założyć konto u dostawcy usług płatniczych i podpiąć je pod rachunek bankowy lub kartę płatniczą (kredytową lub debetową).

Opisaną metodę uważa się za bezpieczny system realizacji płatności, ponieważ dane są szyfrowane, a w większości wypadków dane karty są niewidoczne dla sprzedawcy.





2. Bankowość internetowa

MeLi
FOR PARENTS

Korzyści związane z bankowością internetową

Popularność bankowości internetowej rośnie. Banki decydują się coraz częściej na inwestowanie w odporną infrastrukturę internetową, zamiast zatrudniać nowy personel. Z czysto biznesowego punktu widzenia takie rozwiązania mają sens: bankom bardziej opłaca się pokrywać koszty utrzymania i aktualizacji systemów, niż koszty wynagrodzeń.

Samo rozwiązanie opłaca się natomiast nie tylko bankom, lecz i użytkownikom końcowym. Oto wybrane korzyści:

- Nie trzeba stać w kolejce.
- Dostęp do rachunku 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu, niezależne od lokalizacji – jedynym warunkiem jest dostęp do internetu.
- Automatyczna obsługa płatności stałych (np. rachunków za gaz lub prąd).
- Przelewanie środków między rachunkami bez konieczności chodzenia do banku.
- Pobranie lub druk wyciągu z konta dla innych potrzeb.
- Możliwość sprawdzania stanu konta o dowolnej porze.
- Szybka i sprawna obsługa wszystkich czynności związanych z rachunkiem.



Minusy bankowości internetowej

Niezależnie od niewątpliwych korzyści związanych z korzystaniem z bankowości internetowej musimy pamiętać o związanych z nią minusach i czynnikach ryzyka, by unikać ewentualnych problemów.

- Konto może zostać zhakowane. Narażamy się tym samym na kradzież tożsamości.
- Klienci nie mają dostępu do kont w porze serwisowania serwerów.
- Wolne łącze internetowe może powodować trudności operacyjne.

Niezależnie od powyższych niedogodności, coraz więcej osób decyduje się na korzystanie z bankowości internetowej, która gwarantuje oszczędność czasu wszystkim – zazwyczaj zabieganym – użytkownikom rachunków bankowych.



Zapewnij sobie prywatność

Postaraj się o lokalizację wolną od ciekawskich. „**Szpiegowanie przez ramię**” (*Shoulder surfing*) to praktyka polegająca na tym, że haker zyskuje dostęp do haseł i innych wrażliwych danych, patrząc przez ramię osobie korzystającej z internetu. Będąc w miejscu publicznym upewnij się, że w pobliżu nie ma innych ludzi.

Weryfikuj źródła podejrzanych wiadomości

Gdy dostaniesz z banku wiadomość mailową lub tekstową, zawsze upewnij się, że nadawcą jest bank. Wielu phisherów może podszywać się pod Twój bank, prosząc o zalogowanie się przez kliknięcie w przysłany link, by zmusić Cię do udostępnienia informacji zapewniających dostęp do Twojego rachunku.

Korzystaj z przeglądarki, nie z aplikacji

Aplikacje bankowe są zazwyczaj bardzo bezpieczne – natomiast wielu użytkowników pomija zabezpieczenia w swoich urządzeniach cyfrowych, co ułatwia hakerom zainfekowanie aplikacji złośliwym oprogramowaniem, zazwyczaj w celu przejęcia danych do logowania.

Włącz opcję uwierzytelnienia dwuetapowego

Ten wymóg stosuje obecnie wiele banków, w których dostęp do rachunku wymaga dwuetapowej weryfikacji. Etap pierwszy polega na wprowadzeniu nazwy i hasła użytkownika. W ramach etapu drugiego bank wysyła zazwyczaj wiadomość tekstową (SMS) z kodem, który należy wprowadzić, by zyskać dostęp do rachunku lub zrealizować transakcję.

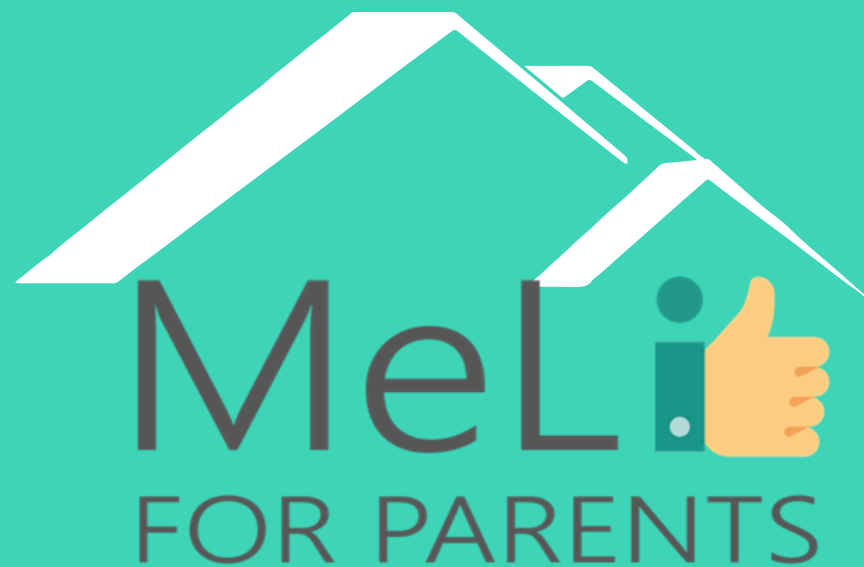
Wskazówki –
bezpieczeństwo w
bankowości
internetowej





Źródła

- ❖ Ikony flaticon, <https://www.flaticon.com/home>
- ❖ Platformy e-handlu. *Kim są dostawcy usług płatniczych?* Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://ecommerce-platforms.com/glossary/payment-service-provider>
- ❖ Edwards, R. (1 lipca 2019). *Jak się upewnić, że transakcja internetowa jest bezpieczna?* Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://www.safewise.com/online-security-faq/online-transaction-secure/>
- ❖ Frankenfield, J. (26 sierpnia 2020). *Pamięć w chmurze.* <https://www.investopedia.com/terms/c/cloud-storage.asp>
- ❖ Martin, A. (31 marca 2015). *Sześć sposobów na backup danych.* Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://www.welivesecurity.com/2015/03/31/6-ways-to-back-up-your-data/>
- ❖ Natter, E. (13 lutego 2019). *Minusy bankowości internetowej.* Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://smallbusiness.chron.com/online-banking-disadvantages-2248.html>
- ❖ Paytabs. (3 lipca 2018). *7 wskazówek do bezpieczeństwa transakcji internetowych.* Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://site.paytabs.com/en/7-tips-for-safe-online-transactions/>
- ❖ Wilson, C. (14 maja 2020). *Czym jest certyfikat cyfrowy?* Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://www.ssl.com/faqs/what-is-a-digital-certificate/>



<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ





MeLi
FOR PARENTS

Kompetencje cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa A.1.2: Prywatność i ślad cyfrowy



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Spis treści

Prywatność i ślad cyfrowy

W ramach niniejszego modułu zostaną omówione następujące tematy: ślad cyfrowy wraz z założeniami i zawartością; jego znaczenie i potencjalny wpływ na życie nasze i dzieci; oraz rozwiązania na rzecz zostawiania korzystnego śladu cyfrowego.

Ślad cyfrowy



A

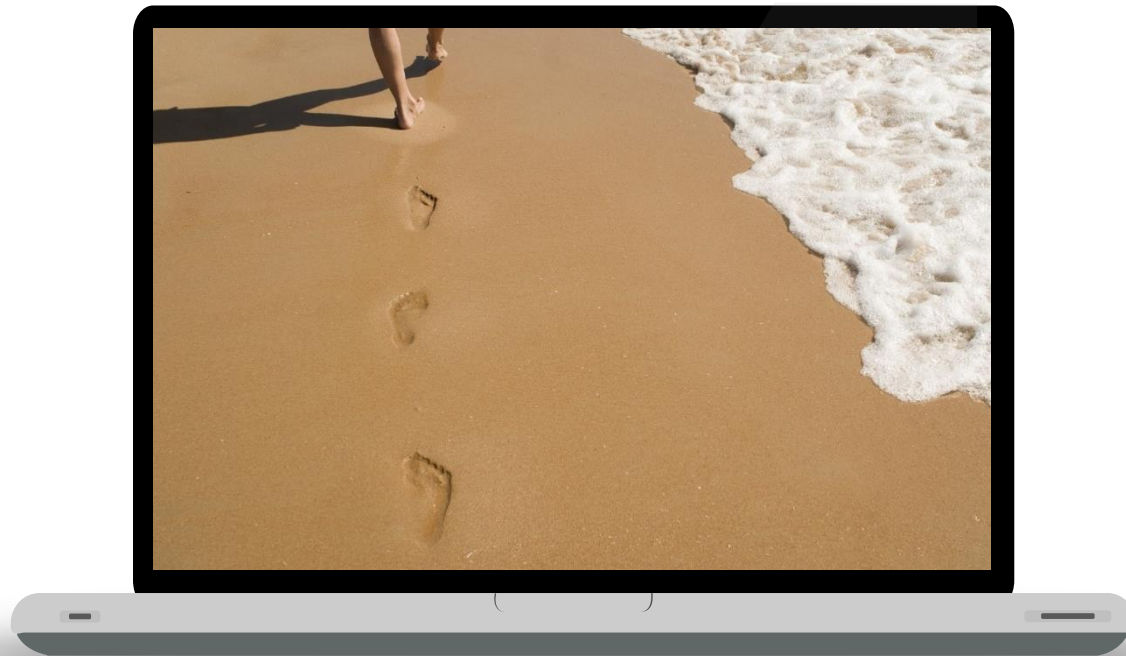
1. Definicja
2. Ślad cyfrowy czynny i bierny
3. Potencjalny wpływ śladu cyfrowego na nasze życie
4. Zarządzanie własnym śladem cyfrowym
5. Ustawienia prywatności

MeLi 
FOR PARENTS



A.1.2.A
Ślad
cyfrowy

Ślad cyfrowy



Ślad cyfrowy to skrawki danych, które zostawiamy za sobą, przeglądając internet.

Wszystko, co robimy w internecie, jest w swoisty sposób zapisywane: odwiedzane strony; kupowane przedmioty; oglądane filmy; strony, na których płacimy rachunki; strony, na których pracujemy; osoby, z którymi rozmawiamy za pośrednictwem komunikatorów; kontakty z rodziną i przyjaciółmi; wyszukiwane tematy i przedmioty; nasze „*polubienia*” i komentarze – **wszystkie** wymienione dane są zapisywane na serwerach, a łącznie noszą nazwę naszego **śladu cyfrowego**.

Nasz ślad cyfrowy obejmuje całość naszej historii w sieci (nie tylko historię wyszukiwania).

Bierny ślad cyfrowy



Nasz **bierny ślad cyfrowy** zawiera dane pozostawione przez nas w internecie **nieumyślnie**, czasem bez naszej wiedzy.

MeLi
FOR PARENTS

Nasz **bierny ślad cyfrowy** może obejmować:

- posty w mediach społecznościowych, jeżeli zostaniemy oznaczeni przez innych użytkowników;
- nasz adres IP;
- naszą lokalizację;
- nasze „polubienia”, komentarze i treści udostępnione w mediach społecznościowych, służące profilowaniu dla potrzeb reklamy ukierunkowanej.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Czynny ślad cyfrowy



Czynny ślad cyfrowy to ślad danych zostawianych przez nas w internecie **celowo i w pełni świadomie**.

Nasz **czynny ślad cyfrowy** może obejmować:

- posty w mediach społecznościowych, komentarze, zdjęcia i „polubienia”;
- posty w blogach
- wiadomości wysyłane i otrzymywane pocztą elektroniczną;
- wymiany zdań i dyskusje w komunikatorach;
- subskrybowane biuletyny informacyjne;
- dane uwierzytelniające do logowania (nazwy i hasła użytkownika).



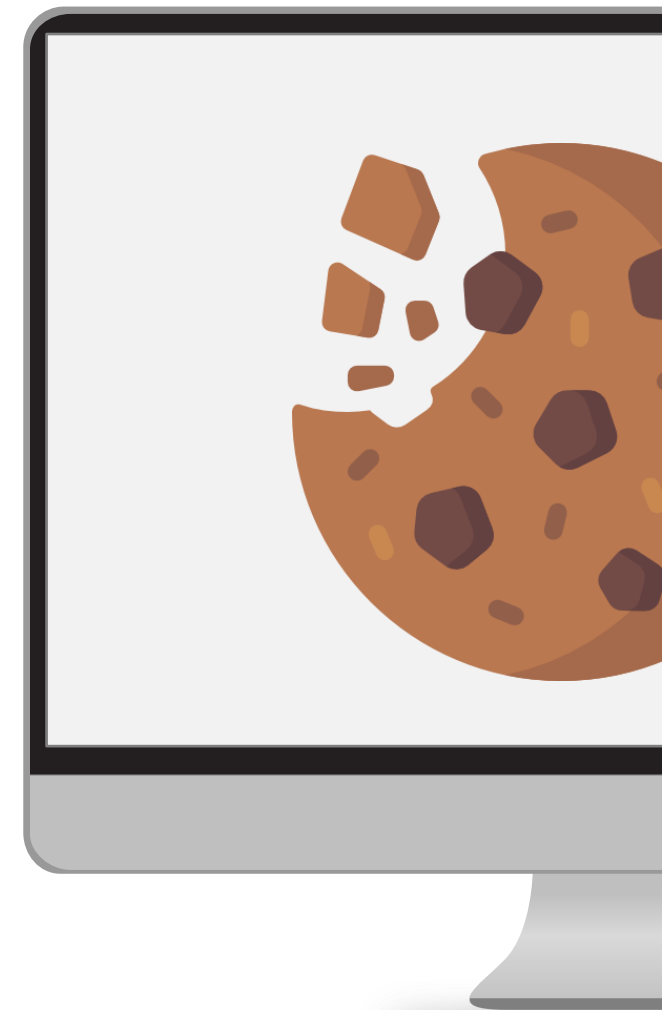
Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Ciasteczka w internecie (Cookies)

Wszyscy słyszeliśmy o tzw. ciasteczkach, ale czy znamy mechanizmy i cel ich działania?

Zasadniczym celem ciasteczek internetowych jest **personalizacja naszego doświadczenia podczas przeglądania internetu**, by usprawnić i przyspieszyć proces wyszukiwania informacji.

Oznacza to, że ciasteczka służą **przechowywaniu informacji** na nasz temat: podczas kolejnej wizyty na danej stronie internetowej ciasteczka dodają określone ustawienia – na przykład przedmioty dodane przez nas do koszyka itp.

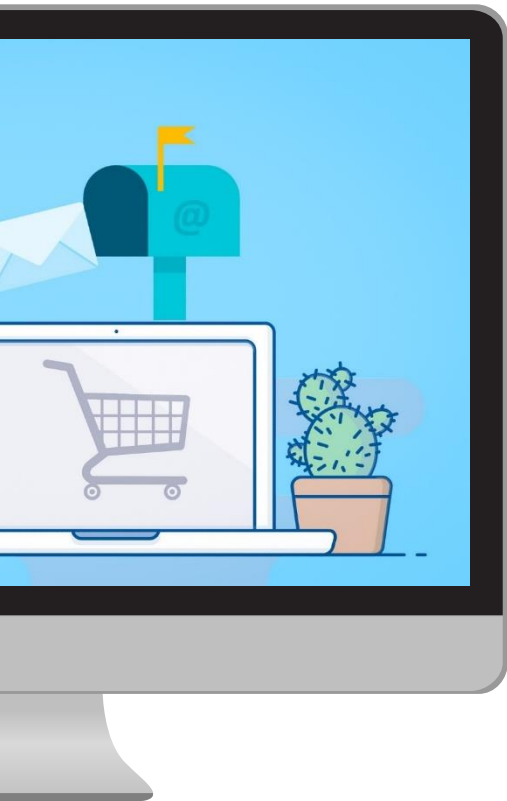


Profilowanie na podstawie ciasteczek

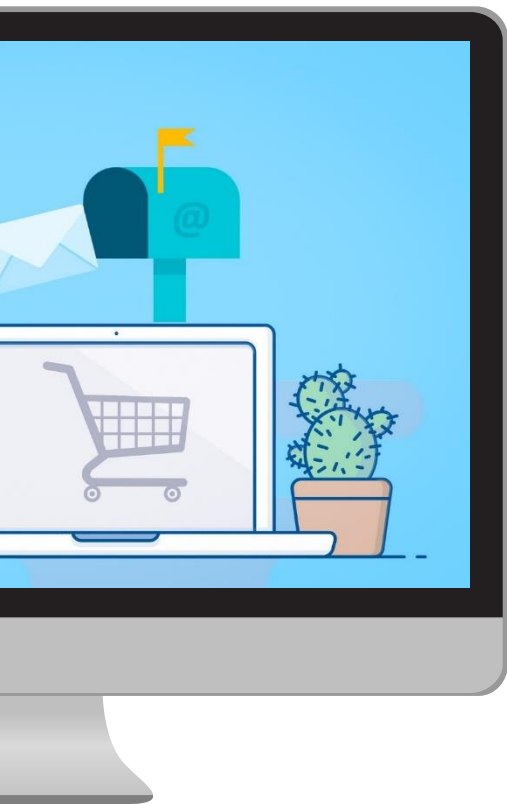


Profilowanie ciasteczek to proces umożliwiający stronom internetowym śledzenie naszej aktywności w sieci.

Najprościej rzecz ujmując, profilowanie ciasteczek polega na kompilacji danych z wielu ciasteczek w przeglądarce, z której korzystamy, w celu sporządzenia naszego profilu jako użytkownika w oparciu o całość aktywności w sieci. Profil ten jest następnie wykorzystywany w reklamie ukierunkowanej i promowaniu określonych produktów w oparciu o rozpoznane przyzwyczajenia podczas przeglądania internetu.



Profilowanie na podstawie ciasteczek



Informacje zbierane podczas profilowania na podstawie ciasteczek

- Mogą obejmować nasz adres IP.
- Pasje i zainteresowania (w oparciu o aktywność w internecie).
- Posty w mediach społecznościowych.
- Historia rozmów w komunikatorach.
- Nasze poglądy i przekonania polityczne.
- Nasze relacje z innymi (z rodziną, przyjaciółmi, znajomymi, partnerami, kolegami/ koleżankami z pracy itd.).

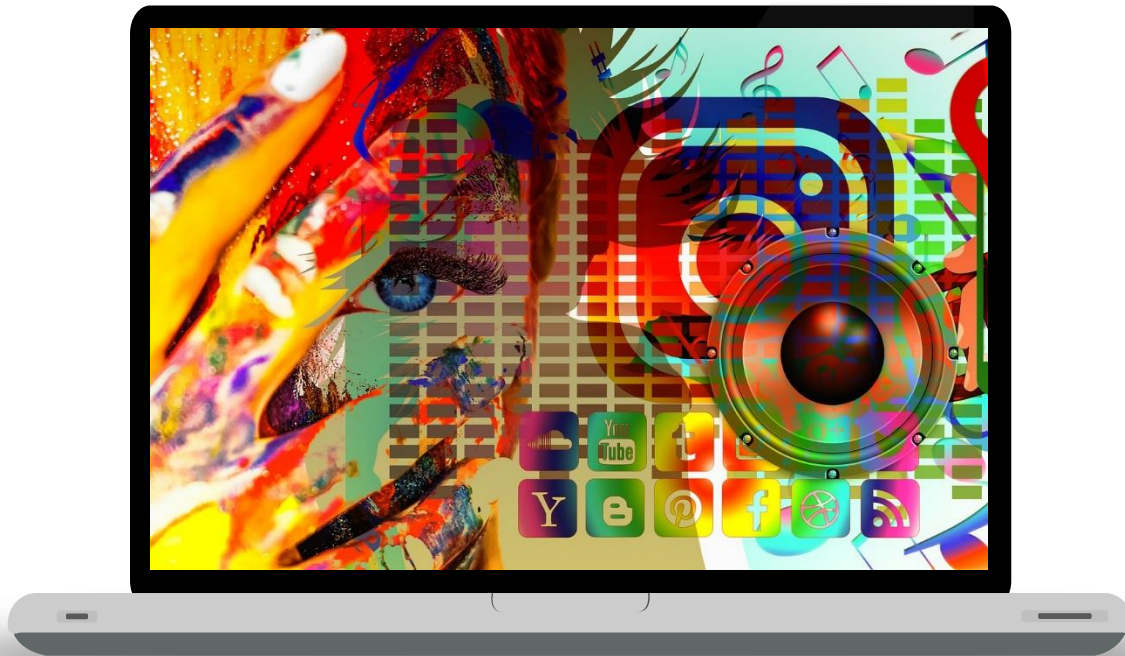
Internet nie zapomina

Wszyscy wiemy, że „wszystko, co dzieje się w internecie, zostaje w internecie”.

Gdy klikniemy **przycisk Wyślij lub Opublikuj**, treść pojawia się w sieci i najprawdopodobniej zostaje tam na zawsze. Nawet po usunięciu posta, zdjęcia, filmu dane można zawsze odtworzyć.

Nawet prywatne wymiany zdań **nie są aż tak prywatne**, jak się zwykło powszechnie sądzić – każdy może zrobić zrzut ekranu z prowadzonej rozmowy i udostępnić go dowolnej osobie.

Nasz ślad cyfrowy to nasz internetowy wizerunek.



Potencjalny wpływ śladu cyfrowego na nasze życie

1. Powszechnie wiadomo, że **pracodawcy oraz placówki naukowe i akademickie przeprowadzają szeroko zakrojony wywiad środowiskowy na temat kandydatów na proponowane stanowiska.**

Nie powinno nikogo dziwić, że jedną z pierwszych czynności jest sprawdzenie kandydata pod kątem obecności w internecie. Potencjalni pracodawcy odwiedzają serwisy społecznościowe w poszukiwaniu imienia i nazwiska kandydata na takich platformach, jak Facebook, Instagram i LinkedIn.

Znane są również przypadki utraty pracy lub stanowisk akademickich ze względu na niewłaściwe treści zamieszczone w mediach społecznościowych.

Potencjalny wpływ śladu cyfrowego na nasze życie

2. **Organy ścigania również mogą przeszukiwać media społecznościowe**, by zorientować się, jak wygląda nasze życie i ocenić – w razie podejrzeń – czy dopuszczamy się czynów niedozwolonych.

Znane są liczne przypadki zatrzymania osób przez funkcjonariuszy policji i wydawania wyroków sądowych na podstawie materiału dowodowego zamieszczonego w sieci przez samych podejrzanych/ pozwanych .

Częste obawy dotyczące śladu cyfrowego

Czy powinienem(-innam) martwić się, że zostawiam za sobą ślad cyfrowy?

- Ślad cyfrowy jest rzeczą normalną i nieuniknioną.
- Ślad cyfrowy sam w sobie nie jest niczym złym, natomiast może mieć niekorzystne konsekwencje, jeżeli nie będziemy wystarczająco ostrożni; rozważmy analogię motoryzacyjną: prowadzenie samochodu nie jest samo w sobie niczym złym, ale jeżdżąc bezmyślnie, narażamy się na wypadek!

Częste obawy dotyczące śladu cyfrowego

Czy powinienem(-innam) całkiem zrezygnować z internetu i pochodnych?

- Taki ruch oznacza **całkowitą rezygnację z internetu** i **usunięcie z sieci WSZYSTKICH danych na nasz temat** – umieszczonych tam przez nas lub przez inne podmioty (banki, urzędy państwowe itd.).
- Takie rozwiązanie jest nie tylko niemożliwe; w dzisiejszej ucyfrowionej gospodarce możliwość funkcjonowania bez dostępu do internetu jest mało prawdopodobna.
- Ze względu na cyfryzację bankowości, służby zdrowia, obsługi obywateli przez urzędy państwowe, systemów płacenia rachunków i innych obszarów korzystanie z internetu staje się koniecznością.
- Co najistotniejsze, życie w pełnym trybie *offline* jest bardzo niewygodne; podejmowanie w tym celu szeregu ogromnie uciążliwych czynności nie ma większego uzasadnienia.

Zarządzanie śladem cyfrowym

By skutecznie zarządzać własnym śladem cyfrowym, należy zastosować dwuetapową procedurę.



Etap 1: Oczyszczenie przestrzeni

- ❖ Przeszukaj treści w wyszukiwarkach i serwisach społecznościowych. Sięgnij głębiej, poza pierwszą stroną. Jeżeli znajdziesz coś niepochlebnego, usuń to samodzielnie, o ile jest to możliwe. Możesz także poprosić autora opublikowanej treści o jej usunięcie.
- ❖ Spisz wszystkie utworzone dotychczas konta w mediach społecznościowych. Czy nadal z nich korzystasz? Usuń wszystkie konta, z których nie korzystasz.



Zarządzanie śladem cyfrowym



Etap 2: Rozpoczęcie tworzenia korzystnego śladu cyfrowego, począwszy od dziś.

- ❖ Podczas wszystkich interakcji w internecie zachowuj się w sposób cywilizowany. Unikaj nieprzyjemnych komentarzy, obrażania innych użytkowników i wywoływania zbędnych napięć.
- ❖ Szanuj prywatność innych, nie udostępniając nikomu informacji prywatnych lub osobistych, których ktoś nam udzielił w zaufaniu.
- ❖ Nabierz zwyczaju sprawdzania rzetelności informacji przed ich udostępnianiem. Często są przypadki błędnego interpretowania treści satyrycznych jako faktów. Zastanówmy się: czy dana informacja jest wiarygodna? Czy jej źródło jest rzetelne?

Przed kliknięciem przycisku *Wyślij* lub *Opublikuj*, zawsze zadaj sobie pytania: czy na pewno odpowiada mi to, że inni zobaczą zamieszczaną przeze mnie treść? Jakie wrażenie zrobi na nich ta treść – i jej autor? Jaki wizerunek tworzę dla siebie w świecie internetu?

Ustawienia prywatności

Konfiguruj ustawienia prywatności swojego profilu w taki sposób, by mieć lepszą kontrolę nad widocznością Twoich postów dla określonych odbiorców.

Opcja „Bliscy znajomi”

Media społecznościowe oferują opcję wygenerowania listy bliskich znajomych. Wówczas zyskujesz możliwość zamieszczania postów przeznaczonych wyłącznie dla tej grupy odbiorców.

Zatwierdzanie treści przed publikacją

Ustawienia niektórych platform umożliwiają konfigurację ustawień w sposób wymagający zatwierdzania przez Ciebie każdej treści publikowanej na Twoim profilu przez innych.

Łączenie kont

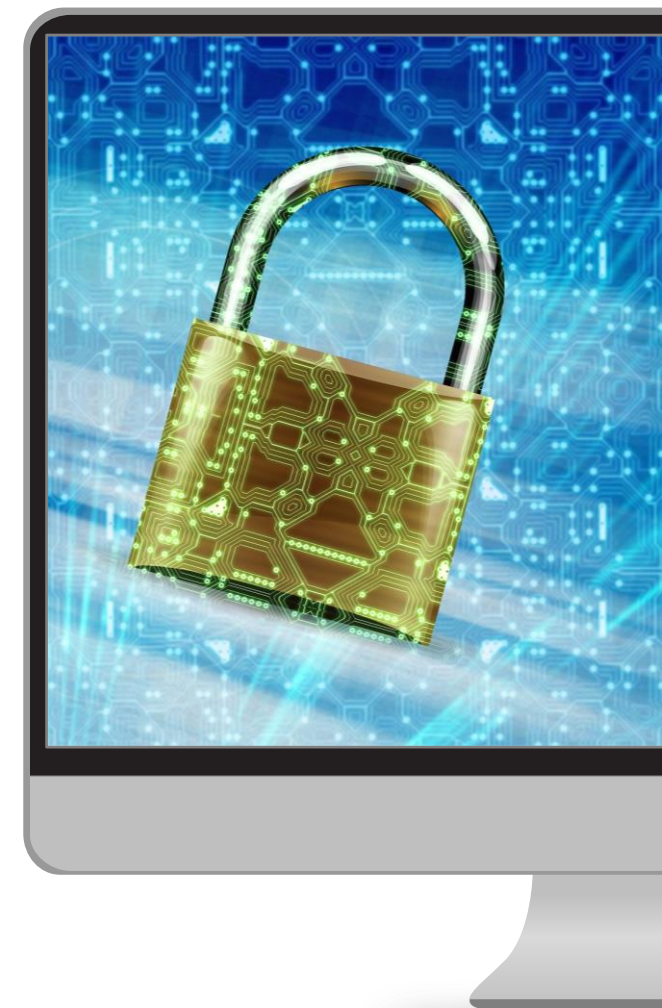
Ostrożnie podchodź do logowania się do innych serwisów lub abonowania biuletynów informacyjnych za pośrednictwem konta Google lub na Facebooku – powoduje to podpięcie nowych kont do istniejących, rozszerzając nasz ślad cyfrowy.

Zawsze czytaj warunki korzystania z serwisów

Często pomijamy ten krok, ponieważ warunki korzystania z serwisów internetowych są często rozbudowane, a proces zapoznawania się z ich treścią ze zrozumieniem – czasochłonny. Jednakże musimy rozumieć, jakie dane i w jakim celu są zbierane na danej stronie lub platformie.

Usuwać aplikacje, z których nie korzystasz

Każdemu zdarzyło się pobrać aplikację, pobawić się nią przez kilka dni i zapomnieć o jej istnieniu. Natomiast jednocześnie zapomnieliśmy, że aplikacje zbierają dane o nas w tle, nawet jeżeli z nich nie korzystamy. Takie aplikacje warto usuwać ze względu na własną prywatność.

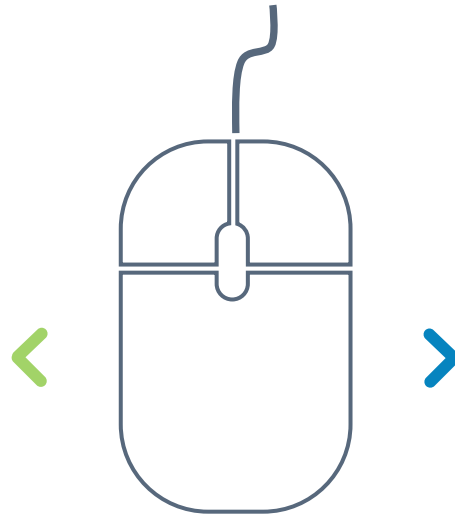


Jak wykorzystać ślad cyfrowy z pożytkiem dla siebie

Jak aktywnie tworzyć pozytywny ślad cyfrowy

- Aktywnie tworząc pozytywny ślad cyfrowy, pracujemy nad własną reputacją, która może nam pomóc na rynku pracy, w świecie biznesu i w kręgach akademickich i naukowych, a nawet w życiu prywatnym.

- **Tak:** zamieszczaj treści na temat swoich zainteresowań lub pasji, działalności twórczej i osiągnięć. Możesz stworzyć stronę lub bloga, by pisać o swoich pasjach!
- **Tak:** wyrażaj się w sposób przejrzysty i świadczący o szacunku dla innych, wystrzegając się obraźliwego języka. Staraj się zamieszczać treści autentyczne, a jednocześnie stanowiące wynik uważnej obserwacji.



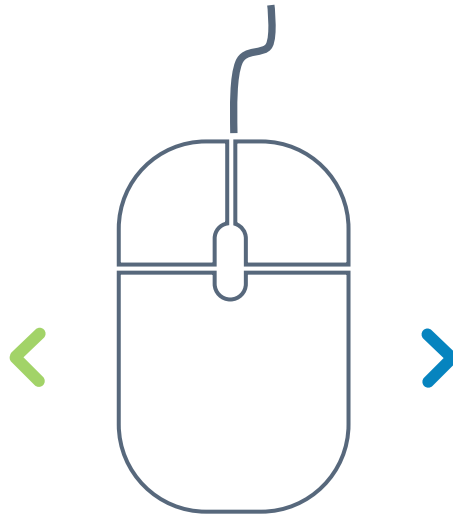
**TAK – co jest
zalecane**

- **Tak:** zanim klikniesz przycisk *Opublikuj*, sprawdź treść pod kątem błędów gramatycznych i ortograficznych – czystość języka na naszym profilu podnosi jego rzetelność i nadaje mu „porządny” wizerunek.

Jak wykorzystać ślad cyfrowy z pożytkiem dla siebie

Jak aktywnie tworzyć pozytywny ślad cyfrowy

- **NIE:** nie krytykuj innych użytkowników mediów społecznościowych ze względu na wygląd, wyrażane opinie, ani z żadnych innych powodów.
- **NIE:** nie otwieraj swojego profilu w sposób umożliwiający każdemu zamieszczanie na nim dowolnych treści.

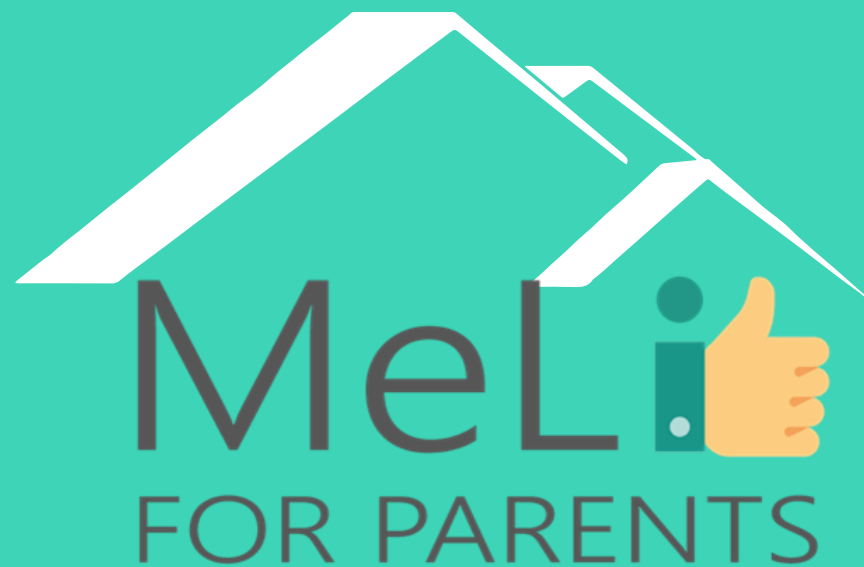


NIE – tego nie robimy

- **NIE:** nie wdawaj się w kłótnie w internecie. Niezależnie od tego, czy masz do czynienia z postem, pod którym komentarze są publiczne, czy z prywatnym czatem, unikanie konfrontacji jest zawsze najlepszym wyjściem. Pamiętaj: inni mogą zrobić i udostępnić zrzut ekranu dowolnej treści.

References

- ❖ Cookie Controller. *Czym są ciasteczka?* Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://cookiecontroller.com/what-are-cookies/>
- ❖ Internet Society. *Twój ślad cyfrowy jest ważny.* Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://www.internetsociety.org/tutorials/your-digital-footprint-matters/>
- ❖ Khanse, Anand. *Czym są ślady cyfrowe i jak dbać o bezpieczeństwo.* Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://www.thewindowsclub.com/remove-digital-footprints-traces>
- ❖ Norton LifeLock. *Czym jest ślad cyfrowy i jak go chronić przed ciekawskimi.* Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://us.norton.com/internetsecurity-privacy-clean-up-online-digital-footprint.html>
- ❖ Techopedia. *Ślad cyfrowy.* Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://www.techopedia.com/definition/2396/digital-footprint>



<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ



The logo for 'MeLi FOR PARENTS' is centered within a white house-shaped outline with a teal border. The text 'MeLi' is in a large, dark grey font, with the 'i' in 'Li' having a teal dot. To the right of the 'i' is a teal thumbs-up icon. Below 'MeLi' is the text 'FOR PARENTS' in a smaller, dark grey, all-caps font. The background features a yellow silhouette of a city skyline.

MeLi
FOR PARENTS

Media cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa A.1.3:

Ekonomiczne , społeczne i kulturowe aspekty mediów



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Spis treści

Ekonomiczne, społeczne i kulturowe aspekty mediów – POZIOM ZAAWANSOWANY

W ramach niniejszej jednostki szkoleniowej omówiono ekonomiczne, społeczne i kulturowe aspekty mediów.

KATEGORIE CZYNNIKÓW WPŁYWU WYWIERANEGO PRZEZ MEDIA

01

Czynniki wpływu bezpośredniego i pośredniego

Czynniki wpływu pozytywnego i negatywnego

Zamknięty krąg światów: rzeczywistego i cyfrowego

03

ROLA RODZICÓW W DECYDOWANIU O
ŹRÓDŁACH WPŁYWU WYWIERANEGO
NA DZIECI

02

INFLUENCERZY (ŹRÓDŁA WPŁYWU)

Reklamy komercyjne; znane osoby/celebryci; grupy społeczne i rówieśnicze (w internecie i świecie rzeczywistym) doświadczenie społeczne; środowisko kulturowe

04

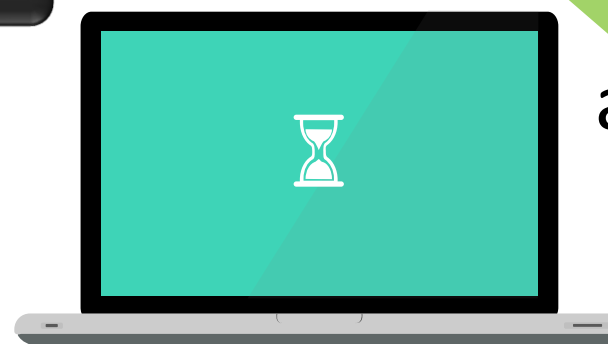
EDUKOWANIE DZIECI I
PODNOSZENIE ICH KOMPETENCJI





Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS



A.1.3.
Ekonomiczne,
społeczne i
kulturowe
aspekty mediów



WPŁYW MEDIÓW

Ekonomiczne, społeczne i kulturowe aspekty mediów.

Rodzice i osoby odpowiedzialne za edukację dzieci muszą umieć rozpoznać i dobrać odpowiednie treści, źródła i platformy w mediach – zarówno dla dzieci jak i dla własnych potrzeb.

Istotna jest również umiejętność rozpoznawania sposobu, w jaki media wpływają na nasze emocje, decyzje i działania.

Aspekty zasadnicze

RÓŻNE SPOSOBY REAGOWANIA NA TREŚCI W MEDIACH

Każdy może zareagować inaczej na tę samą informację. O naszych reakcjach decydują głównie następujące czynniki: płeć, wiek, pochodzenie etniczne, uwarunkowania kulturowe i okoliczności bieżące.

GŁÓWNE CZYNNIKI MOTYWACJI LUB LĘKU W REAKCJACH

Jako rodzice musimy zdawać sobie sprawę z motywacji i czynników decydujących o sposobie reagowania na określone informacje – u nas i u dziecka.

WPŁYW MEDIÓW NA EMOCJE

Do kwestii istotnych należą rozwój inteligencji emocjonalnej oraz umiejętność rozpoznawania własnych emocji i czynników zewnętrznego wpływu emocjonalnego.

SPOSÓB KSZTAŁTOWANIA PRZEZ MEDIA NASZYCH PRZEKONAŃ, NASTAWIENIA I ZACHOWAŃ

Rodzice muszą bezwzględnie zrozumieć sposób, w jaki treści medialne kształtują przekonania, nastawienia i zachowania – zarówno ich własne jak i dzieci.

WPŁYW MEDIÓW NA PROCES PODEJMOWANIA DECYZJI

Informacje nieustannie napływające z różnych źródeł wywierają zasadniczy wpływ na nasze decyzje. Rozwój myślenia krytycznego jest kwestią o ogromnym znaczeniu.



Aspekty zasadnicze

Różne sposoby reagowania na treści w mediach

O sposobie reagowania na tę samą informację decyduje wiele różnorodnych czynników. Do najistotniejszych należą: płeć, wiek, pochodzenie etniczne, środowisko i uwarunkowania kulturowo-społeczne i okoliczności bieżące.

Jako rodzice musimy rozumieć wymienione uwarunkowania i umieć wyjaśnić je dzieciom w sposób dopasowany do ich wieku.



Aspekty zasadnicze

Zróznicowane czynniki motywacji wywołującej określone reakcje na treści w mediach

Co sprawia, że reagujemy na post w mediach społecznościowych? Co przyciąga naszą uwagę w wiadomościach?

Musimy rozwinąć umiejętność rozpoznawania czynników sprawiających, że podejmujemy określone działania, nabieramy określonych przekonań lub ugruntowujemy określone poglądy. Na przykład fałszywe informacje (tzw. *fake newsy*) i dezinformacja są zawsze formułowane w określony sposób obliczony na wywołanie określonej reakcji, najczęściej w oparciu o wybrane formy i odcienie lęku.



Aspekty zasadnicze

Wpływ mediów na emocje

Liczne wiadomości i materiały reklamowe (obrazowe i skojarzeniowe) są tworzone z myślą o wywarciu wpływu na nasze emocje. Odpowiednio dobrane wyrażenia, obrazy i motywy muzyczne stają się zaplanowanym przez autorów przekazem pozawerbalnym, odwołującym się do naszych nadziei lub lęków, wywołującym emocje i sprawiającym, że kupimy określony produkt, wesprzemy określoną sprawę lub będziemy bronić określonego stanowiska.



Aspekty zasadnicze

Wpływ mediów na proces kształtowania naszych przekonań, nastawienia i zachowań

Nasze przekonania i poglądy są filtrem postrzegania otaczającej nas rzeczywistości. Decydują o naszych reakcjach, działaniach i wygłaszanych opiniach.

W dzisiejszym świecie nasze przekonania i poglądy są często kształtowane przez informacje medialne, płynące do nas z różnorodnych źródeł – dlatego też w znacznym stopniu decydują one o naszych reakcjach i podejmowanych działaniach.

Podobnie wartości i przekonania naszych dzieci są kształtowane nie tylko w środowisku rodzinnym, lecz także przez informacje i źródła, z którymi dzieci mają kontakt.



Aspekty zasadnicze

Wpływ mediów na proces podejmowania przez nas decyzji

Informacje nieustannie napływające do nas z różnych mediów i źródeł w znacznym stopniu wpływają na proces podejmowania przez nas decyzji. Musimy w związku z tym rozwinąć umiejętność krytycznego myślenia i przekazać ją dziecku.

Czynniki wpływu pośredniego i bezpośredniego

Rodzice i dzieci pozostają pod niemal nieustannym wpływem mediów, bezpośrednim i pośrednim.

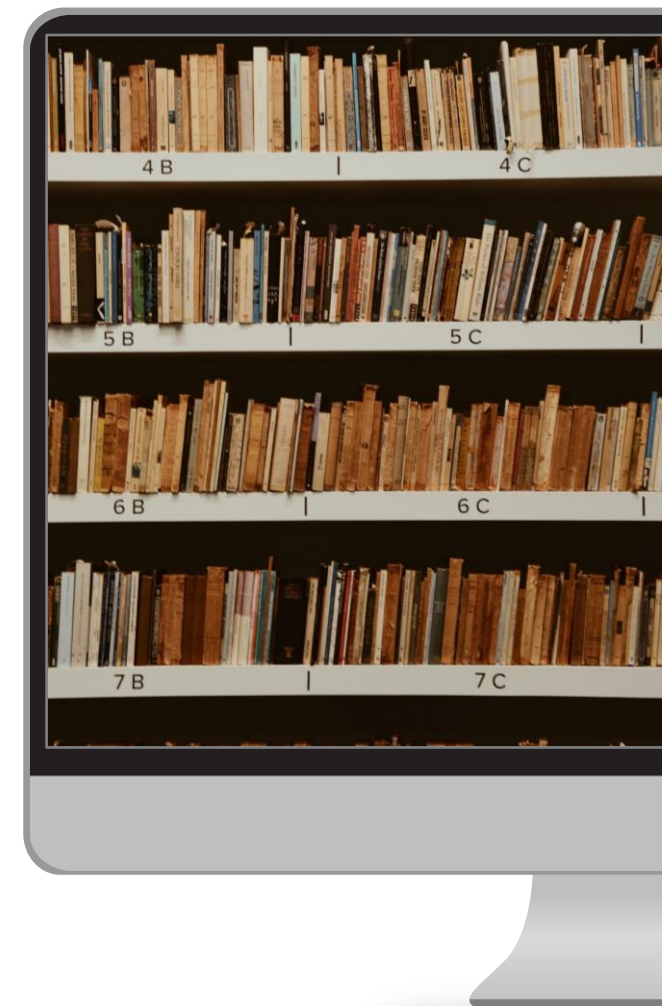
Czynniki wpływu pozytywnego i negatywnego

Mówiąc o czynnikach wpływu mediów, kojarzymy je zazwyczaj z niekorzystnymi zjawiskami – natomiast media mogą również wywierać na nas wpływ pozytywny.

Zamknięty krąg światów: rzeczywistego i cyfrowego

Treści medialne i gry w internecie często przenoszą nas ze świata rzeczywistego w cyfrowy świat fikcji – po czym przenosimy nasze wnioski/ wrażenia/ doznania w świecie cyfrowym do świata rzeczywistego.

Kategorie
wpływu
wywieranego
przez media



Influencerzy (źródła wpływu)

MATERIAŁY REKLAMOWE I KOMERCYJNE

Materiały reklamowe i komercyjne to najłatwiej rozpoznawalne formy bezpośredniego wpływu mediów.

ZNANE OSOBY/ CELEBRYCI

Od 10 lat stale rośnie siła wpływu znanych osób/ celebrytów, zwanych influencerami.

GRUPY RÓWIEŚNICZE I SPOŁECZNE (W INTERNECIE I ŚWIECIE RZECZYWISTYM)

Życie dorosłych i dzieci w coraz większym stopniu skupia się wokół zamkniętych grup w internecie i w świecie rzeczywistym; znaczenie opiniotwórcze w/w grup stale rośnie.

DOŚWIADCZENIA SPOŁECZNE

Dzieci prezentują światu zewnętrznemu doświadczenia społeczne, do których przyzwyczyli się i które wypracowali w domu i w codziennym otoczeniu społecznym. Dotyczy to również poziomu ich kompetencji cyfrowych.

POCHODZENIE I ŚRODOWISKO KULTUROWE

Pochodzenie i środowisko kulturowe są wiodącym czynnikiem wpływu w procesie kształtowania wartości i zachowań.



Rola rodziców

Rola rodziców w decydowaniu o źródłach wpływu wywieranego na dzieci

Rola rodziców w decydowaniu o źródłach wpływu wywieranego na dzieci jest ogromnie istotna.

Niezależnie od wieku, dzieci spędzają coraz więcej czasu w mediach społecznościowych; ich przekonania, światopogląd i zachowania są w znacznym stopniu kształtowane przez obserwowane i chłonięte treści medialne.

W jaki sposób możemy jako rodzice wspierać dzieci w procesie wyboru odpowiednich źródeł wpływu i wzorców?

Rola rodziców



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS

Rozmawiaj z dzieckiem o jego zainteresowaniach. Kto jest dla niego wzorem do naśladowania? Kogo obserwują i w jakich mediach społecznościowych?



Wyszukuj informacje i staraj się ukierunkować dziecko na właściwych influencerów, zgodnie z kryteriami wieku i zainteresowań dziecka. Wspólnie obserwujcie wybrane osoby i omawiajcie ich działania.



Co mogą zrobić rodzice?

Rozmawiaj z dzieckiem o emocjach. Jakiego rodzaju informacje wywołują u niego emocje pozytywne/ negatywne i dlaczego?



Rozmawiaj z dzieckiem o jego kręgu towarzyskim. Kim są jego koledzy i koleżanki? W jaki sposób przynależność do grupy wpływa na dziecko? Co mu się podoba, a co nie bardzo? Co chciałoby zmienić?



Emotions

Naucz dziecko rozpoznawać własne emocje i zwracać uwagę na własne odczucia po kontakcie z różnorodną treścią w mediach.

Kiedy zacząć?

Nigdy nie jest zbyt wcześnie ani zbyt późno, by rozpocząć proces rozwijania inteligencji emocjonalnej i badania wpływu wiadomości i informacji na proces wywoływania określonych emocji.

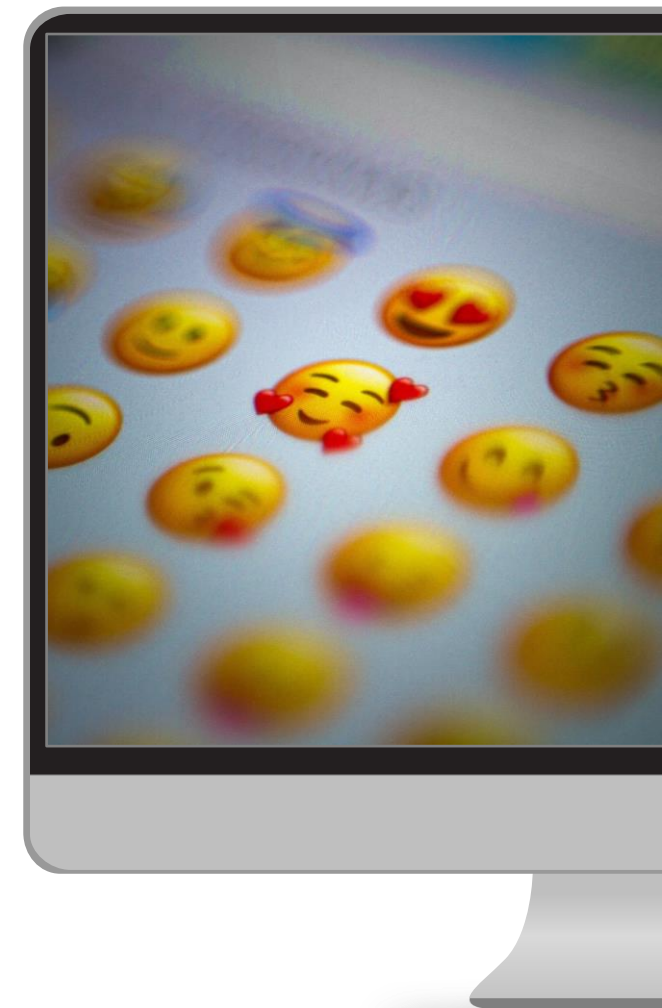
Dlaczego?

Rozumiejąc mechanizm uruchamiania przez media określonych emocji, dzieci będą znacznie lepiej przygotowane do rozpoznawania i logicznej oceny informacji wywołujących u nich określone reakcje.

W jaki sposób?

Oglądając telewizję lub przeglądając z dzieckiem internet, wskazuj, wyjaśniaj i otwarcie omawiaj reklamy odwołujące się do emocji.

Inteligencja
emocjonalna





Kompetencje medialne a inteligencja emocjonalna

MeLi
FOR PARENTS

Liczne wiadomości i materiały reklamowe (obrazowe i skojarzeniowe), a także postaci influencerów są tworzone z myślą o wywarciu wpływu na nasze emocje. Odpowiednio dobrane wyrażenia, obrazy i motywy muzyczne stają się zaplanowanym przez autorów przekazem pozawerbalnym, odwołującym się do naszych nadziei lub lęków, wywołującym emocje i sprawiającym, że kupimy określony produkt, wesprzemy określoną sprawę lub będziemy bronić określonego stanowiska.

Należy rozwijać własną inteligencję emocjonalną, nauczyć się rozpoznawać własne emocje i zewnętrzne czynniki wpływu emocjonalnego – a następnie przekazać tę wiedzę dziecku.

Na kolejnych slajdach przedstawiono główne emocje, do których odwołują się treści medialne.

Emocje pozytywne



Zainteresowanie

Nagłówki treści w mediach są zawsze formułowane w sposób służący wywołaniu zainteresowania. W większości wypadków tytuł nie odzwierciedla treści.



Radość

Treści publikowane przez niektórych influencerów, w szczególności o charakterze reklamowym lub komercyjnym, mają na celu wywołanie u nas niezwykłej radości i zadowolenia. Stan ten można zaliczyć zarazem do czynników wpływu pozytywnego i negatywnego,



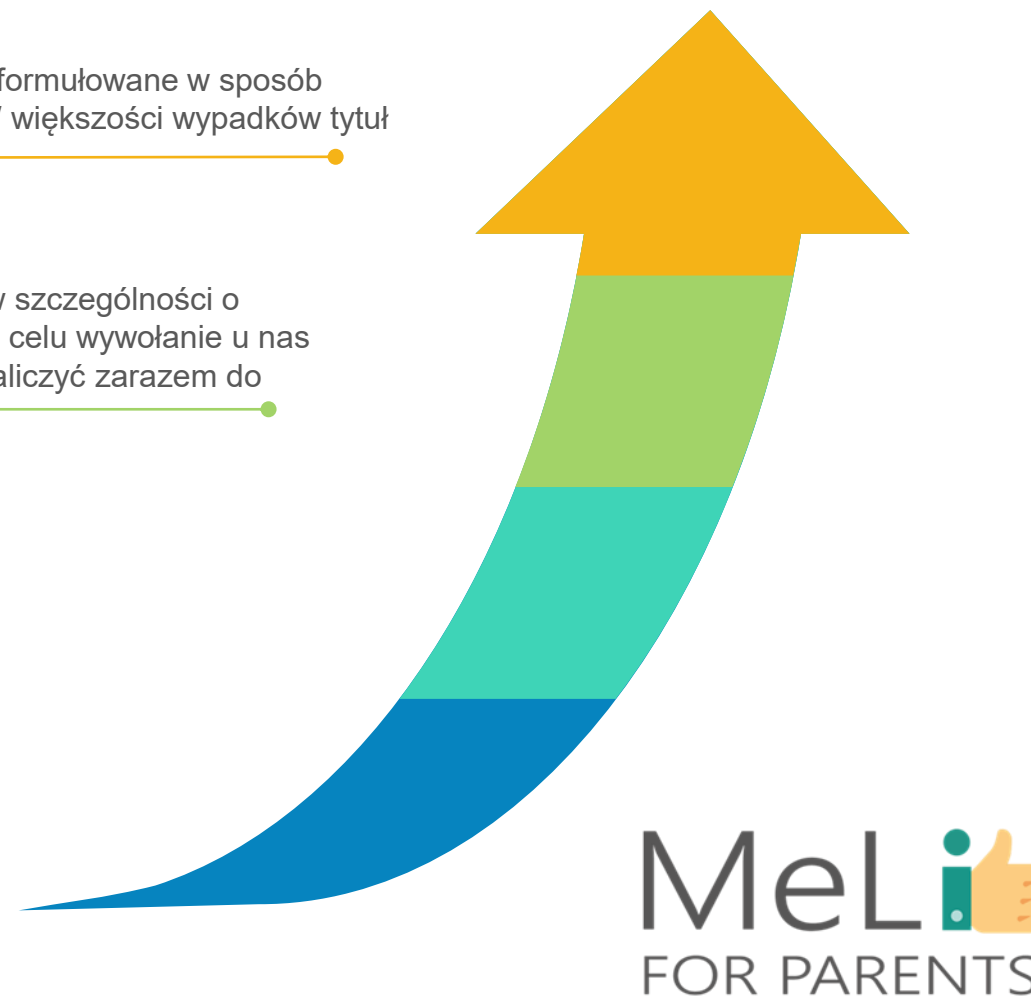
Rozbawienie

Jeżeli opublikowana wiadomość wydaje się zbyt zabawna lub niewiarygodna, upewnij się, że nie jest to żart lub satyra.



Przewidywanie/ oczekiwanie

Ta emocja pojawia się zwykle podczas czytania wiadomości rzeczywistych – natomiast zostać również wykorzystana, by wpłynąć na Twoją opinię.

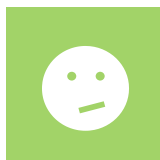


Emocje negatywne



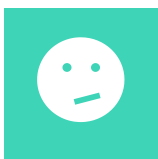
Gniew

Pod wpływem gniewu wywołanego opublikowaną informacją czytelnicy często ją udostępniają – to sprawia, że wiadomość roznosi się w tempie wirusa, wpływając na opinię publiczną.



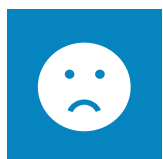
Strach

Podobnie jak w wypadku gniewu, strach zwiększa skłonność do dzielenia się informacją i reagowania na nią bez jej sprawdzania.



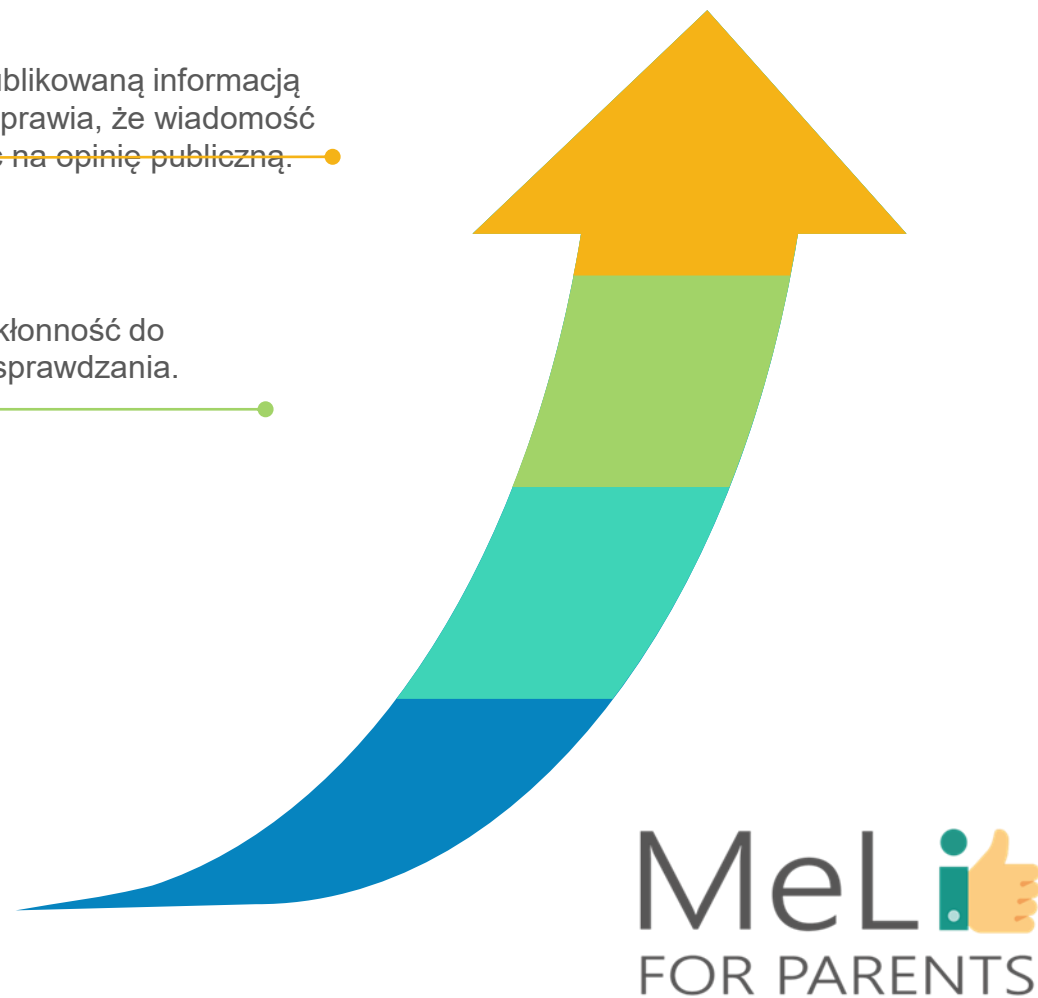
Obrzydzenie

Obrzydzenie należy do emocji najczęściej wykorzystywanych przez autorów treści medialnych.



Smutek

Wiele oszukańczych treści i postów zamieszczanych w mediach społecznościowych odwołuje się do naszego poczucia smutku, pod wpływem którego będziemy czytać określone treści i je udostępniać. Czasem nawet opowiemy się po stronie określonej sprawy.



Uczymy dzieci



Dlaczego należy przekazywać dziecku wiedzę i umiejętności w obszarze mediów cyfrowych?

Świat cyfrowy stał się elementem codziennej rzeczywistości dla nas i dla naszych dzieci; świat ten może być pożyteczny i niezbędny – ale może również przytłaczać, a nawet zagrażać bezpieczeństwu użytkownika. Dzieci muszą rozwinąć umiejętności pojmowania i oceny informacji, z którymi się stykają – pozwoli im to korzystać z internetu w sposób bezpieczny i skuteczny. Znajomość mediów cyfrowych nie polega jedynie na umiejętności korzystania z różnych urządzeń i aktualizacji aplikacji Instagram. Znajomość mediów cyfrowych to umiejętność pojmowania informacji i korzystania z nich w odpowiedni sposób.

W zakresie „ekonomicznych, społecznych i kulturowych aspektów mediów” najistotniejszym zadaniem jest nauczyć dziecko pojmować i oceniać siłę wpływu kręgów towarzyskich i grupy rówieśniczej na emocje, a także wpływ emocji na zachowania, decyzje i przekonania. Należy stale rozwijać kompetencje dziecka w tym obszarze.

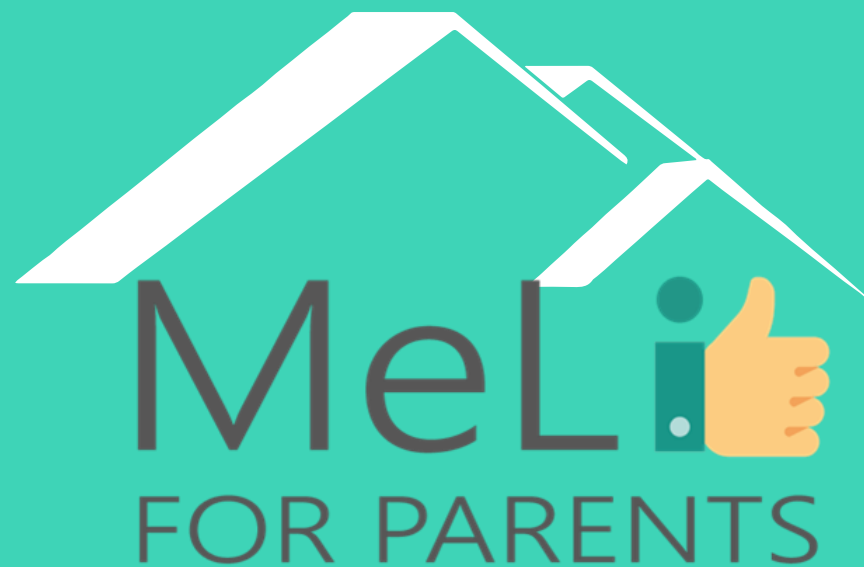
MeLi 
FOR PARENTS



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Źródła

- ❖ <https://www.bbc.co.uk/bitesize/guides/zg24frd/revision/2>
- ❖ <https://www.socialmagnets.net/how-social-media-influences-people/>



<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ



The logo for 'MeLi FOR PARENTS' is centered within a white house-shaped outline with a teal border. The text 'MeLi' is in a large, dark grey font, with the 'i' in 'Li' having a teal dot. To the right of the 'i' is a teal thumbs-up icon. Below 'MeLi' is the text 'FOR PARENTS' in a smaller, dark grey, all-caps font. The background features a yellow silhouette of a city skyline with a prominent tower on the right.

MeLi
FOR PARENTS

Media cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa I.1.4: Narzędzia kontroli rodzicielskiej
– Poziom ZAAWANSOWANY



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Spis treści

NARZĘDZIA KONTROLI RODZICIELSKIEJ – POZIOM ZAAWANSOWANY

W ramach niniejszej jednostki szkoleniowej zostaną omówione zaawansowane narzędzia kontroli rodzicielskiej wraz z konkretnymi przykładami. Warsztaty zostaną podsumowane dyskusją na temat całego modułu oraz sesją pytań i odpowiedzi.

01

NARZĘDZIA ZAAWANSOWANE

Wiedza na temat rozwiązań wymagających bardziej złożonych ustawień

02

ZDROWE KONTAKTY TOWARZYSKIE W INTERECIE

Społeczności internetowe, zarządzanie kontaktami, zakupy przez internet

03

BEZPIECZNA SIĘĆ DOMOWA

Wiedza na temat ustawień routera zabezpieczających wszystkie urządzenia domowe jednocześnie

04

PYTANIA I ODPOWIEDZI

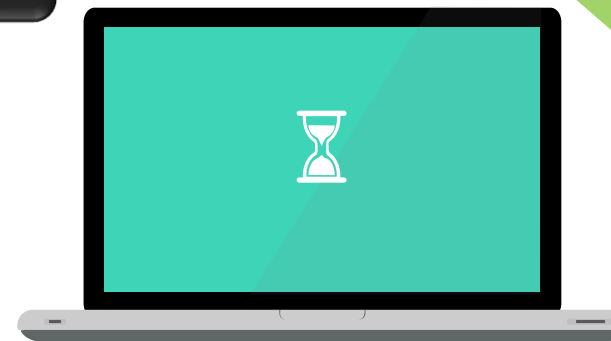
Dyskusja i wnioski





Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS



A.1.4
Narzędzia
kontroli
rodzicielskiej



BEZPIECZNA SIEĆ DOMOWA

- ✓ Chronić wszystkie urządzenia w sieci domowej dzięki właściwym ustawieniom routera.
- ✓ Na tym poziomie narzędzia kontroli rodzicielskiej filtrują treść w sieci i blokują dostęp do nieodpowiednich stron internetowych dzięki:
 - ❖ właściwym ustawieniom sieciowym routera;
 - ❖ narzędziom kontroli rodzicielskiej wbudowanym w system operacyjny; lub
 - ❖ oprogramowaniu dostarczonemu przez strony trzecie.



USTAWIENIA ROUTERA

Dla wszystkich domowych urządzeń

Narzędzia kontroli rodzicielskiej mogą zostać skonfigurowane na poziomie routera w sposób zapewniający filtrowanie treści dla wszystkich urządzeń w sieci z wbudowanymi przeglądarkami. Nie jest to rozwiązanie szczególnie złożone, natomiast może zostać wdrożone szybko i sprawnie dla wszystkich urządzeń.

- ❖ Otwórz przeglądarkę internetową i wpisz adres IP swojej sieci (by go znaleźć, kliknij prawym przyciskiem myszy ikonę dostępu do internetu. Zazwyczaj adres ma format 192.168.1.1).
- ❖ Zaloguj się hasłem umieszczonym na routerze lub w instrukcji dla użytkownika.

Po zalogowaniu możesz:

- ✓ wprowadzać limity czasu korzystania z internetu;
- ✓ wprowadzać ograniczenia dla konkretnych stron;
- ✓ zawieszać połączenie WiFi.

W wypadku routerów z wbudowanymi narzędziami kontroli rodzicielskiej opis ustawień znajduje się w instrukcji dla użytkownika lub w dokumentacji dostarczonej wraz z urządzeniem.



KONTROLA ROUTERA

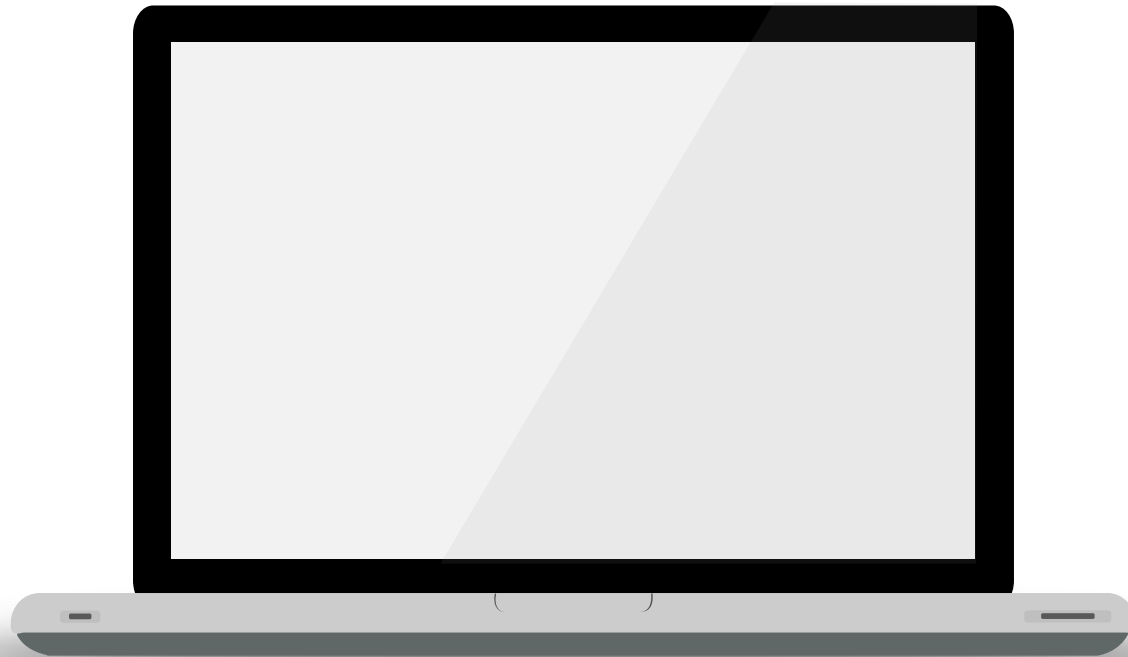


MeLi
FOR PARENTS

W wypadku routerów nieobejmujących narzędzi kontroli rodzicielskiej:

- ✓ zmień ustawienia serwera DNS na OpenDNS;
 - ✓ załóż konto i skonfiguruj tryb filtracji treści z sieci.
- Więcej informacji na temat trybu zmiany konkretnych ustawień routera znajdziesz w instrukcjach dla użytkownika.
 - W „*Notatkach dla rodziców*” znajdziesz szczegółowy opis postępowania dla określonego modelu routera komercyjnego.
 - Aby odblokować konkretne urządzenie w sieci, możesz zmienić ustawienia lokalnego serwera DNS w trybie ręcznym, by urządzenie nie korzystało z serwera OpenDNS.

Kontroluj wszystkie zakupy – nie zezwalaj na zakupy nieautoryzowane



Wyklucz możliwość robienia przez dziecko zakupów w internecie przez własne urządzenie bez konieczności wprowadzenia Twojego hasła. Oto schemat postępowania dla Play Store:

Play Store

Uniemożliwienie
zakupu

- Wejdź w „*Ustawienia*” aplikacji Google Play Store.
- Wybierz opcję „*Zatwierdzenie zakupów*”.
- Wybierz opcję „*Wszystkie zakupy w Google Play w tym urządzeniu*”.
- Na żądanie wprowadź swoje hasło do konta Google. Ustawienia ulegną zmianie.



KONTROLA REKLAM

Większości darmowych treści w internecie towarzyszy duża ilość reklam, które mogą skłonić młodszych użytkowników sieci do klikania kolejnych linków, kształtując ich zachowania jako klientów. Ponadto liczne okna wyskakujących reklam *pop-up* kryją złośliwe oprogramowanie, uruchamiane po kliknięciu.

Funkcja **blokowania reklam** blokuje lub ukrywa treści reklamowe. Oto dwa darmowe programy obsługujące wymienioną funkcję:

- **Ad block Plus:** prawdopodobnie najpopularniejsze darmowe oprogramowanie blokowania reklam, kompatybilne z wszystkimi przeglądarkami (Mozilla, IE, Chrome, Safari, Opera, Android i Yandex).
- **Ad block:** inna wersja darmowego oprogramowania, z której korzysta wielu użytkowników na całym świecie. Kompatybilna z przeglądarkami Mozilla, Chrome i Safari.

CZY UMIESZ KONTROLOWAĆ POCZTĘ ELEKTRONICZNĄ DZIECKA?

Z poziomu własnego konta Gmail możesz **przesyłać i oglądać** wiadomości mailowe dziecka. Wiadomości otrzymywane przez dziecko zostaną w jego skrzynce – ale będziesz mieć do nich dostęp.

- Kliknij ikonę koła zębatego u góry skrzynki mailowej, by wejść w „*Ustawienia*” swojego konta Gmail.
- Kliknij zakładkę „*Konta*” i „*Importuj*”.
- Kliknij opcję „*Dodaj konto*”.
- Wpisz adres mailowy i hasło, które chcesz zaimportować.

Dodanym kontem powinno być konto mailowe Twojego dziecka.



Możesz również **zablokować** kontakt z dzieckiem z określonego adresu mailowego:

- Otwórz wiadomość mailową zawierającą niewłaściwe treści.
- Kliknij opcję „*Więcej*” w górnym prawym rogu wiadomości.
- Kliknij „*Zablokuj*” [nadawcę].

W wypadku nieumyślnego zablokowania nadawcy, odblokuj go, postępując zgodnie z opisaną procedurą.

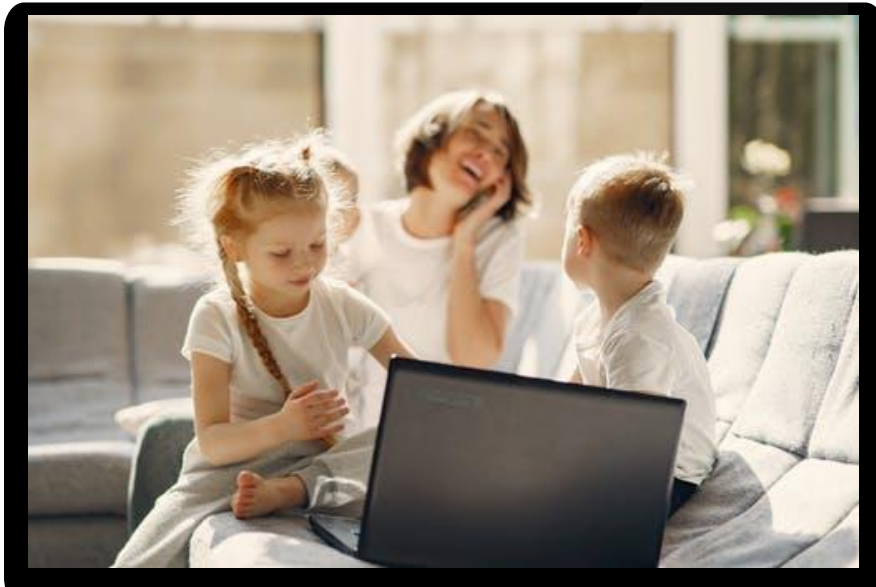
Kontroluj mowę nienawiści i treści o charakterze radykalnym

Rada Europy definiuje mowę nienawiści w sposób następujący: „za mowę nienawiści należy uznać każdą formę wypowiedzi, która rozpowszechnia, podżega, propaguje lub usprawiedliwia nienawiść rasową, ksenofobię, antysemityzm lub inne formy nienawiści oparte na nietolerancji, w tym nietolerancję wyrażaną w formie agresywnego nacjonalizmu lub etnocentryzmu, dyskryminacji lub wrogości wobec mniejszości, migrantów lub osób wywodzących się ze społeczności imigrantów.”

Mowa nienawiści

Radykalizacja

Do radykalizacji opartej na przemocy dochodzi, gdy użytkownicy internetu sankcjonują – podczas wymiany zdań w sieci – przemoc jako dopuszczalną metodę rozwiązywania konfliktów społeczno-politycznych. Niektóre osoby pod wpływem radykalizacji o charakterze przemocowym dopuszczają się aktów terroryzmu.



Kontrolowanie mowy nienawiści

Rozmawiaj z dzieckiem o mowie nienawiści.
Naucz je rozpoznawania mowy nienawiści,
kontrolowania uczuć i kierowania się empatią.

Ucz

Narzędzia kontroli rodzicielskiej same w sobie
nie są w stanie chronić dziecka – natomiast
wszystkie platformy zapewniają możliwość
zgłaszania niewłaściwych treści; każdy
przypadek mowy nienawiści w internecie
należy natychmiast zgłaszać.

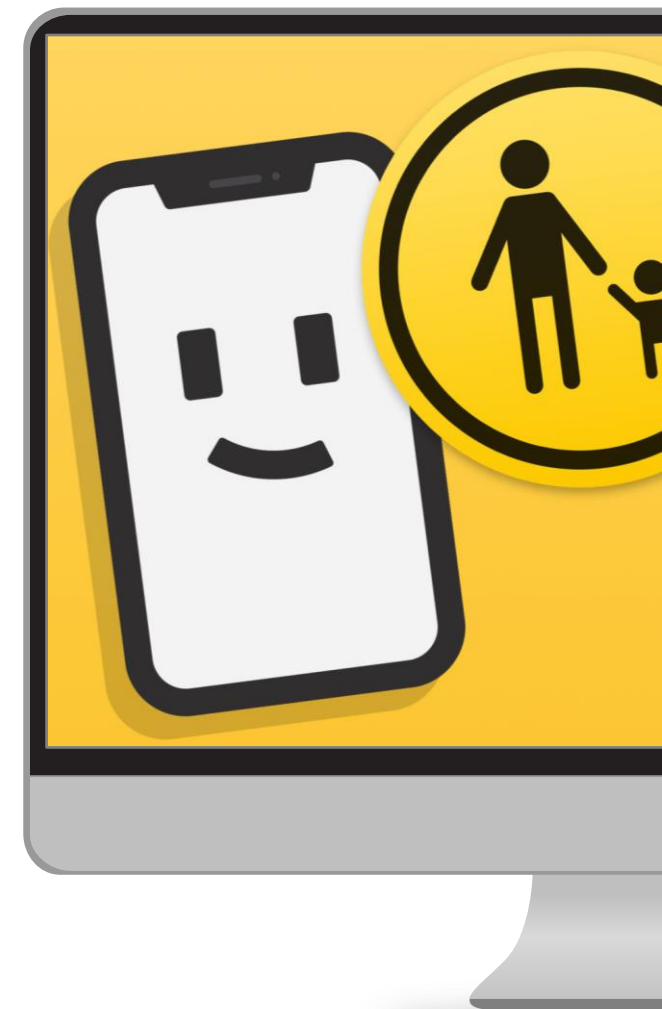
Zgłaszaj

Monitoruj aktywność dziecka w internecie,
jeżeli podejrzewasz, że uczestniczy w
dyskusjach w sieci promujących mowę
nienawiści. Pożyteczną opcją może być
zastosowanie oprogramowania śledzącego
wybrane słowa kluczowe.

Obserwuj

Każde rozpoznane zagrożenie zgłaszaj
odpowiednim władzom. Zasięgaj porady
ekspertów.

Konsultuj





OPROGRAMOWANIE ŚLEDZĄCE SŁOWA KLUCZOWE

- Niektóre narzędzia służą śledzeniu słów wpisywanych na klawiaturze i wysyłają powiadomienia, gdy wybrane słowo kluczowe zostanie przez dziecko wprowadzone na klawiaturze telefonu.
- Dzięki takim narzędziom możesz dowiedzieć się, czy dziecko wyszukuje nieodpowiednie treści.
- Do popularnych programów śledzących słowa kluczowe należą mSpy, Kidlogger, Spy Bubble i Phone Sheriff.

UWAGA: decydując się na stosowanie oprogramowania szpiegującego, rozważ kwestie prywatności. Budowanie z dzieckiem relacji opartej na zaufaniu jest zazwyczaj najtrwalszą i najskuteczniejszą formą kontroli rodzicielskiej.





ROZWIĄZANIA KOMERCYJNE

MeLi
FOR PARENTS

Na rynku istnieje szereg rozwiązań komercyjnych. Ich zaawansowana funkcjonalność umożliwia obserwację aktywności dziecka w sieci i stosowanie narzędzi kontroli rodzicielskiej. Wybierając rozwiązanie, rozważ:

- ✓ plusy i minusy;
- ✓ przewidywany zakres zastosowania narzędzia;
- ✓ kwestie prywatności, szczególnie w wypadku starszych dzieci.

Upewnij się, że:

- ✓ każde narzędzie będzie równoważone domowymi działaniami służącymi budowaniu zaufania; oraz
- ✓ poświęcasz wystarczająco dużo czasu na budowanie z dzieckiem relacji opartej na zaufaniu.



WYBRANE APLIKACJE KOMERCYJNE

Net Nanny

- ✓ Bardzo popularne oprogramowanie kontroli treści oparte na sztucznej inteligencji (AI).
- ✓ Śledzi i kontroluje aktywność dziecka w komputerze i w telefonie.
- ✓ Umożliwia dostęp do Pulpitu Rodzica (*Parent Dashboard*) z dowolnej przeglądarki.

SPIN Safe Browser

- ✓ Blokuje niewłaściwe treści.
- ✓ Filtruje wyniki wyszukiwania przez Bing.com, Google.com and Yahoo.com.
- ✓ Wyszukiwanie filmów staje się bezpieczniejsze dzięki automatycznie uruchamianemu trybowi ograniczonemu.

Mobicip

- ✓ Narzędzie w chmurze, obsługujące wszystkie wiodące platformy i urządzenia.
 - ✓ Filtruje treść.
 - ✓ Kontroluje czas ekranowy.
 - ✓ Dopuszcza lub blokuje wybrane aplikacje.
 - ✓ Śledzi lokalizację.
- Wysyła raporty z aktywności.

SecureTeens

- ✓ Niewykrywalny monitoring aktywności dziecka w internecie 24/7.
- ✓ Obserwacja nieinwazyjna.

ZASTRZEŻENIE

Celem niniejszego działu jest omówienie popularnych aplikacji komercyjnych. Przedstawione treści nie służą reklamie ani promocji konkretnych firm, programów ani rozwiązań.

WYBRANE APLIKACJE KOMERCYJNE

Kid's shell

- ✓ Aplikacja uruchomieniowa.
- ✓ Zezwala dziecku na korzystanie jedynie z wybranych aplikacji i gier w telefonie lub tablecie.
- ✓ Umożliwia rodzicom wygenerowanie bezpiecznej strefy w urządzeniu dziecka.

Applock

- ✓ Rozwiązanie blokujące.
- ✓ Blokowanie aplikacji.
- ✓ Ustawianie limitów czasowych.
- ✓ Profile do wyboru zależnie od pory dnia.
- ✓ Ograniczenia związane z treścią.

mSpy

- ✓ Podgląd wiadomości przychodzących, wychodzących i usuniętych.
- ✓ Kontrola historii połączeń głosowych.
- ✓ Podgląd lokalizacji urządzenia przez GPS.
- ✓ Kontrola treści na platformach Facebook, WhatsApp, Snapchat itd.
- ✓ Kompatybilna z urządzeniami iPhone, iPad i Android.

Spy Bubble

- ✓ Śledzenie wiadomości.
- ✓ Śledzenie połączeń głosowych.
- ✓ Śledzenie wiadomości w komunikatorach.
- ✓ Śledzenie lokalizacji przez GPS.
- ✓ Zdalne polecenia przez krótkie wiadomości tekstowe (SMS).
- ✓ Prosta obsługa przez panel kontrolny.

ZASTRZEŻENIE

Celem niniejszego działu jest omówienie popularnych aplikacji komercyjnych. Przedstawione treści nie służą reklamie ani promocji konkretnych firm, programów ani rozwiązań.



WYZWANIA ZWIĄZANE ZE STOSOWANIEM FILTRÓW

W miarę jak dzieci dorastają, filtry tracą na skuteczności. Nastolatki są w stanie:

- ❖ odgadnąć Twój kod PIN i wyłączyć ograniczenia na swoim iPadzie;
- ❖ obejść kryteria filtracji serwera OpenDNS przez zmianę serwera DNS swojego komputera;
- ❖ znaleźć urządzenie pośrednie (proxy) lub wirtualną sieć prywatną (VPN) nieblokowane filtrami;
- ❖ wybrać system operacyjny Linux, by ominąć filtry wbudowane w system Windows;
- ❖ zyskać dostęp do niedozwolonych treści w cudzym urządzeniu.

Niektórych problemów nie da się rozwiązać samą technologią. Bezpośrednie zaangażowanie rodzicielskie jest nadal istotne.

TECHNIKI OMIJANIA FILTRÓW

Omijanie

Korzystanie z wirtualnych sieci prywatnych

- ❑ W wirtualnej sieci prywatnej transmisja danych z i do komputera jest przekierowywana z zastosowaniem połączenia szyfrowanego.
- ❑ Na rynku dostępne są darmowe wirtualne sieci prywatne.
- ❑ Wysokiej jakości wirtualne sieci prywatne (na wynajem lub instalowane) są płatne.

Omijanie

Serwer DNS

- ❑ Niektórzy dostawcy usług internetowych wdrażają filtry, zmieniając serwery DNS i przekierowując żądanie dostępu do zablokowanej strony internetowej na inną stronę.

Omijanie

Tor (sieć anonimowa)

- ❑ Przeglądanie internetu w trybie anonimowym w sieci szyfrowanej, zazwyczaj z lokalizacji nieobjętej filtrem znajdującej się poza cenzurą.
- ❑ Umożliwia dostęp do zablokowanych stron internetowych.
- ❑ Decydując się na takie rozwiązanie, rozważ kwestie związane z **Omijanie filtrów** prywatnością.

Omijanie filtrów

Urządzenie pośrednie (proxy)

- ❑ Zapewnia dostęp do zablokowanych stron.
- ❑ Urządzenia *proxy* aktywne w całej sieci (lub przeglądarkce) działają w sposób zbliżony do wirtualnych sieci prywatnych, lecz są mniej niezawodne.
- ❑ Jest to doskonałe rozwiązanie alternatywne dla osoby poszukującej szybkiego dostępu do zablokowanej strony internetowej.



POPULARNE APLIKACJE SPOŁECZNOŚCIOWE

Snapchat

- Dzieci wysyłają znajomym zdjęcia „snaps”, które znikają natychmiast po ich obejrzeniu.
- *Snaps* udostępniane w grupach można obejrzeć dwukrotnie. Snaps aktywne w ramach historyjek („*stories*”) są dostępne publicznie przez 24 godziny.
- *Snaps* zostawiają jednakże ślad cyfrowy. Można robić ich zrzuty ekranowe. W internecie nic nie jest całkowicie prywatne.

Instagram

- Użytkownicy mogą edytować i zamieszczać zdjęcia i krótkie filmy przez aplikację przenośną.
- Historyjki („*stories*”) można oglądać przez 24 godziny. Dzieci oznaczają zazwyczaj znajomych lub meldują się w określonej lokalizacji.
- Instagram jest najpopularniejszą wśród dzieci aplikacją służącą komunikowaniu się ze znajomymi.

SKRÓTY STOSOWANE PRZEZ NASTOLATKI W WIADOMOŚCIACH TEKSTOWYCH

4EAE – *Forever and ever* (na zawsze)

AFK – *Away from keyboard* (odchodzę od klawiatury)

BFN – *Bye for now* (na razie)

DWBH – *Don't worry, be happy* (nie martw się, bądź szczęśliwy (-a))

GAL – *Get a life* (odpuść sobie)

IMO – *In my opinion* (moim zdaniem – MSZ)

IRL – *In real life* (w świecie rzeczywistym, w „realu”)

MOS – *Mom over shoulder* (mama patrzy mi przez ramię)

NIFOC – *Nude in front of computer* (nago przed komputerem)

P911 – *Parent alert* (uwaga, rodzice)

PCM – *Please call me* (zadzwoń proszę)

SWYP – *So, what's your problem?* (z czym masz problem?)

TBC – *To be continued* (ciąg dalszy nastąpi, cdn)

TTYL – *Talk to you later* (pogadamy potem)

TY albo TU – *Thank you* (dziękuję)

YOLO – *You only live once* (raz się żyje)



KONTROLOWANIE APLIKACJI SPOŁECZNOŚCIOWYCH

MeLi 
FOR PARENTS

- ❖ Dzięki wbudowanym narzędziom kontroli rodzicielskiej dziecko może kontrolować odbiorców udostępnianych przez siebie treści i grono osób, które może się z nim kontaktować.
- ❖ Dziecko może również zgłaszać niewłaściwe treści udostępniane przez innych użytkowników.
- ❖ Dzięki aplikacjom dostarczanych przez strony trzecie (np. SecureTeen) możemy obserwować aktywność dziecka w internecie, w tym w mediach społecznościowych.

W „*Notatkach dla rodziców*” znajdziesz szczegółową procedurę ustawiania wybranych narzędzi kontroli rodzicielskiej na platformach Instagram i Snapchat.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Pora na dyskusję! Czy są pytania?



PODSUMOWANIE SZKOLENIA



Jesteś mistrzem narzędzi kontroli rodzicielskiej!

Podczas szkolenia zyskałeś(-aś) wiedzę na temat zagrożeń w internecie i dostępnych metod chronienia dziecka. Nauczyłeś(-aś) się oceny i doboru treści korzystnych dla młodszych dzieci, a także korzystania z darmowych i wbudowanych narzędzi kontrolnych oraz z rozwiązań zaawansowanych, służących przede wszystkim ochronie nastolatków. Zapoznałeś(-aś) się również z przykładami praktycznymi, zyskując wiedzę w zakresie dostępnych od ręki rozwiązań komercyjnych.

KONTROLA

Sprawowanie cyfrowej opieki rodzicielskiej wiąże się z licznymi wyzwaniem. Kontrola aktywności dziecka w internecie to marzenie wszystkich rodziców – natomiast wszyscy przekonamy się błyskawicznie, że relacja oparta na zaufaniu to najlepsze z dostępnych nam narzędzi nadzoru.



Pogłębiaj wiedzę
na temat mediów



Buduj zaufanie



Ucz

Źródła

- ❖ Rada Europy, definicja mowy nienawiści,
(<https://rm.coe.int/1680505d5b>)
- ❖ Adresy stron internetowych wszystkich usług i programów omówionych w ramach szkolenia
 - ❖ www.familyeducation.com
 - ❖ <https://mediasmarts.ca>
 - ❖ www.saferinternet.org.uk
 - ❖ www.common sense media.com



MeLi
FOR PARENTS

Kompetencje cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa Unit A.1.4: Wzorce i stereotypy
– POZIOM ZAAWANSOWANY



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Spis treści

WZORCE I STEREOTYPY- POZIOM ZAAWANSOWANY

W ramach niniejszej jednostki szkoleniowej zostaną omówione zdrowe wzorce cyfrowe, dzięki czemu uczestnicy zrozumieją specyfikę cyfrowej opieki rodzicielskiej. Zostaną przedstawione postawy rodzicielskie wraz ze wskazówkami w zakresie rozwoju umiejętności negocjacyjnych i mechanizmów przekazywania dziecku znaczenia stereotypów. Wiedza zostanie uzupełniona dyskusją oraz sesją pytań i odpowiedzi na zakończenie i podsumowanie warsztatów.

01

INTERNETOWA STEREOTYPIZACJA OKREŚLONYCH CECH

Opanowanie umiejętności radzenia sobie z internetową stereotypizacją wieku, płci i innych cech.

03

POSTAWY RODZICIELSKIE

Dyscyplinująca, permissywna, niezaangażowana czy autorytatywna? Dowiedz się więcej o własnej postawie i wybierz najlepszą.

02

RELACJE W INTERNECIE

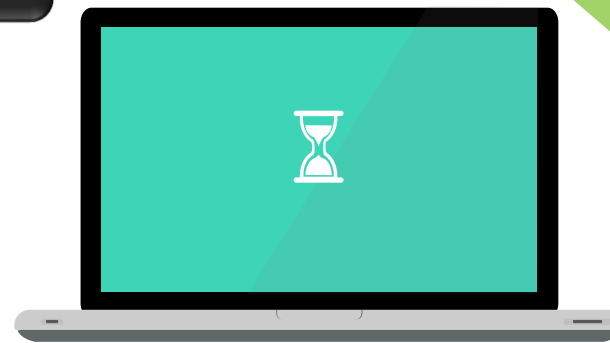
W erze cyfrowej rodzice uczą się pozytywnego nadzoru nad relacjami nawiązanymi przez dzieci w internecie.

04

UMIEJĘTNOŚCI NEGOCJACJI I PRAWA UŻYTKOWNIKÓW INTERNETU

Dorośli i dzieci

MeLi 
FOR PARENTS



A.1.4 Wzorce i stereotypy

STEREOTYPY OPARTE NA ZAŁOŻENIACH

- ✓ Wiedza rozwijana na podstawie badań ujawnia istnienie stereotypów opartych na założeniach.
- ✓ W drodze badań i testów zweryfikowano powiązania pomiędzy określonymi czynnikami (np. kolor skóry, orientacja seksualna) i ocenami (np. co jest dobre lub złe) lub stereotypami (np. wysportowanie, niezdarność).
- ✓ Nawet osoby z rzetelną znajomością mechanizmu uprzedzeń wyznają stereotyp związany z wiekiem: młodzi ludzie są silni i zdolni do podejmowania wyzwań, w przeciwieństwie do osób starszych.

SZTUCZNA INTELIGENCJA OPARTA NA STEREOTYPACH

- ✓ Algorytmy tzw. botów sztucznej inteligencji uczą się na podstawie niekontrolowanych treści internetowych zawartych w różnorodnych mediach przesycanych dyskryminującymi założeniami.
- ✓ Według danych UNESCO, Siri, Alexa i inni wirtualni asystenci oparci na sztucznej inteligencji mają domyślnie wbudowane określone funkcje: żeński głos i potulność.
- ✓ Wykorzystując język oparty na uprzedzeniach, wirtualni asystenci oparci na sztucznej inteligencji mogą przyczyniać się do rozpowszechniania stereotypów związanych z płcią.
- ✓ Ich nadmierna uprzejmość i reakcje często sugerujące służalczość zachęcają użytkowników do seksistowskich, a nawet obraźliwych komentarzy.



STEREOTYPY POZYTYWNE

Korzyść czy pułapka?

Subtelne stereotypy mogą być korzystne:

- ✓ Przynależność do grupy ocenianej przez pryzmat pozytywnych stereotypów może poprawiać wyniki podejmowanych działań.
- ✓ Znajomość cech chwalonych w odniesieniu do danej grupy rodzi możliwość osiągnięcia lepszych wyników podejmowanych działań.
- ✓ Pozytywne stereotypy mogą pomóc poprawić postrzeganie własnej tożsamości (podnieść samoocenę).

Pułapka związana z pozytywnymi stereotypami:

- ✓ Stereotypy nie uwzględniają wszystkich przedstawicieli danej grupy.
- ✓ Wiele osób w danej grupie nie posiada cech związanych z danym stereotypem.
- ✓ Oczekiwania wynikają z domniemanego przekonania, że wszyscy przedstawiciele określonej kategorii zachowują się w określony sposób. Jest to nieprawda.

MeLi
FOR PARENTS





JAK RADZIĆ SOBIE ZE STEREOTYPAMI

Zgodność z
faktami

- ✓ Odpowiedzieć na pytanie, czy stereotyp dotyczy faktycznego problemu.
- ✓ Nauczyć się sugerowania rozwiązań, by osoba, przeciwko której jest skierowany stereotyp, nie była nim ograniczana.

Elastyczność

- ✓ Stereotypy są elastyczne.
- ✓ Zmieniają się, jeżeli świadomie zmodyfikujemy aspekty porównywania się z innymi.
- ✓ Zmieniają się również po zmodyfikowaniu ram odniesienia.

Opór

- ✓ Sprzeciwienie się stanowi zastanemu
- ✓ Strategia aktywnego oporu prospołecznego
- ✓ Zamiast zmieniać własną percepcję, możemy postarać się zmienić świat.

Dekonstrukcja

- ✓ Porozmawiaj z partnerem/partnerką i dzieckiem.
- ✓ Postaraj się łączyć stereotypy z rzeczywistymi sytuacjami.
- ✓ Słuchaj aktywnie.
- ✓ Pomyśl, zanim zareagujesz na stereotypowe zachowania.

Kompetencje
medialne

PAMIĘTAJ:

**Myśl krytycznie,
starając się
ocenić przekaz
wspierany przez
dany stereotyp.**

RELACJE W INTERNECIE

- ✓ Nastolatki często zachowują się w sposób ryzykowny.
- ✓ Zawierają znajomości w mediach społecznościowych.
- ✓ Nawiązywanie kontaktów z nieznanymi w każdym serwisie internetowym wiąże się z poważnym ryzykiem.
- ✓ Sprawą ogromnej wagi jest podtrzymanie otwartego dialogu przez rodziców i nastolatki w kwestii zachowań w świecie rzeczywistym i w sieci.
- ✓ Jako wzór do naśladowania w obszarze wyboru znajomych w internecie możesz pomóc dzieciom zrozumieć szanse i zagrożenia.

Jak radzić sobie z randkami przez internet

Odczucia

Zachęcaj nastoletnie dziecko, by wierzyło intuicji. Jeżeli coś wyda mu się podejrzane, prawdopodobnie ma to swoje uzasadnienie.

Dane

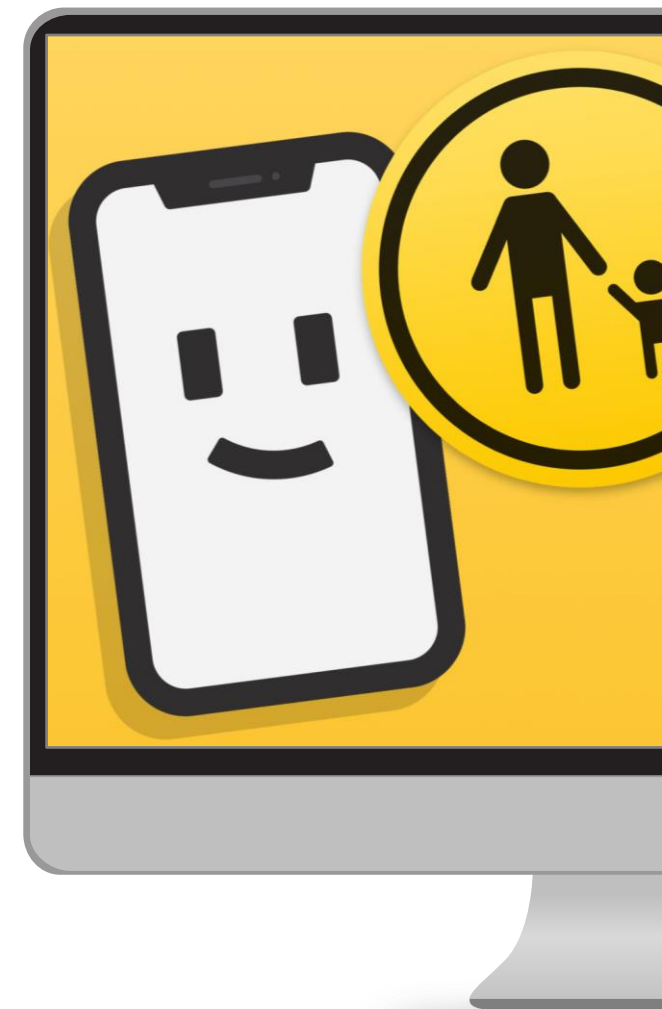
Naucz dziecko chronić swoje dane osobowe. Przypomnij, by wyłączało opcję oznaczania lokalizacji.

Zaufanie

Porozmawiaj z dzieckiem o tym, że warto znaleźć w otoczeniu zaufaną osobę dorosłą, do której będzie mogło się zwrócić, jeżeli nabierze wątpliwości w sprawie relacji nawiązanej przez internet.

Ograniczenia

Wprowadź ograniczenia. Nieustannie wyjaśniaj zagrożenia.





JAK REAGOWAĆ NA STEREOTYPY ZWIĄZANE Z PŁCIĄ

Myślenie krytyczne

✓ Pomóż dziecku w krytycznej ocenie potencjalnego wpływu stereotypów związanych z płcią (i innych) na sposób, w jaki postrzegają siebie i innych.

Osobiste przekonania

✓ Rozmawiaj z dzieckiem o jego poglądach i słuchaj jego opinii.
✓ Zaakceptuj perspektywę dziecka.

Definicje

✓ Upewnij się, że dziecko rozumie definicję „stereotypu związanego z płcią” i podaj przykłady.
✓ Nadaj definicjom kontekst.

Rozmowa

✓ Porozmawiaj z dzieckiem o potencjalnych konsekwencjach stereotypów związanych z płcią (uprzedzenia lub niesprawiedliwe traktowanie).

Przykłady

✓ Wskaż praktyczne przykłady stereotypów związanych z płcią (awatary i inne).

PODSTAWY KOMPETENCJI MEDIALNYCH: POWTÓRKA

Pięć podstawowych koncepcji wiedzy i umiejętności w obszarze mediów cyfrowych (tzw. kompetencji medialnych)

- ✓ Wszystkie przekazy w mediach są konstruowane i formułowane w sposób celowy.
- ✓ Wiele komunikatów medialnych wykorzystuje język, w którym obowiązują odrębne zasady.
- ✓ Różne osoby mogą interpretować ten sam przekaz w różny sposób.
- ✓ Przekazy w mediach promują określone wartości i perspektywy.
- ✓ Wiele przekazów medialnych służy osiągnięciu korzyści finansowych lub zyskaniu władzy.

PODSTAWY KOMPETENCJI MEDIALNYCH: POWTÓRKA

Kluczowe pytania, które należy sobie zadać w odniesieniu do każdego przekazu medialnego:

- ✓ Kto jest autorem przekazu?
- ✓ Jakie techniki zastosowano, by przyciągnąć moją uwagę?
- ✓ Jakie mogą być interpretacje przekazu, zależnie od odbiorcy?
- ✓ Jakie wartości i poglądy reprezentuje przekaz?
- ✓ W jakim celu opublikowano daną treść?
- ✓ Co zostało pominięte?



ZAKAZ (TZW. SZLABAN) NIE JEST ROZWIĄZANIEM

Potencjalne skutki zakazu korzystania z internetu:

- ✓ odcięcie dziecka od środowiska kolegów/ koleżanek;
 - ✓ narażenie dziecka na nieprzyjemne komentarze;
 - ✓ ograniczenie zdolności poznawczych i umiejętności cyfrowych dziecka;
 - ✓ wywołanie nieprzyjemnej atmosfery w domu;
 - ✓ błędne zrozumienie technologii i sposobów jej wykorzystania.
- Internet nie jest potworem, którego należy się bać – właściwie wykorzystywany podnosi jakość życia.

Zapewnijmy dziecku prawo rozwoju, by mogło stać się świadomym i dojrzałym obywatelem cyfrowym!





RODZAJE POSTAW RODZICIELSKICH

Autorytarna

- ✓ Wprowadzanie zasad bez wyjaśniania powodów
- ✓ Niedopuszczanie opcji negocjowania
- ✓ Nieuwzględnianie opinii dziecka
- ✓ Stosowanie kar zamiast dyscypliny

Permisywna

- ✓ Nadmierna pobłażliwość
- ✓ Postępowanie według schematów przyjacielskich zamiast rodzicielskich
- ✓ Omawianie niewłaściwych zachowań bez aktywnego ich zakazywania

Nieangażowana

- ✓ Oczekiwanie, że dziecko wychowa się samo
- ✓ Pomijanie dziecięcych potrzeb
- ✓ Poczucie przytłoczenia własnym życiem i problemami

Asertywna

- ✓ Wprowadzanie zasad i przestrzeganie konsekwencji
- ✓ Uwzględnianie opinii i odczuć dzieci
- ✓ Wyjaśnianie, że dorośli odpowiadają za podejmowanie decyzji
- ✓ Zapobieganie wyzwaniom zawczasu
- ✓ Wzmacnianie właściwych zachowań pozytywnymi strategiami służącymi dyscyplinie

Wystarczająca

- ✓ Żaden typ postawy rodzicielskiej nie jest stereotypem
- ✓ Należy wypracować optymalne rozwiązanie w oparciu o własną osobowość i potrzeby rodziny
- ✓ Nie zapominaj o własnych potrzebach
- ✓ Każdy może reprezentować postawę „wystarczającą”



ASERTYWNA POSTAWA RODZICIELSKA

Co oznacza w praktyce:

- ✓ Asertywność wiąże się z demokratycznymi praktykami i wartościami. Jest oparta o zasady równości.
- ✓ Rodzice asertywni są otwarci na sugestie, dyskusje, twórcze rozwiązania i alternatywne poglądy dziecka.
- ✓ Rodzice asertywni wypracowują rozwiązania służące zaspokojeniu potrzeb dzieci i rodziców.

MeLi
FOR PARENTS



ZNAJOMOŚĆ TECHNOLOGII

- ✓ Niniejszy kurs ma na celu pogłębienie znajomości nowych technologii i mediów.
- ✓ Poznasz aplikacje, z których korzysta Twoje dziecko.
- ✓ Zrozumiesz zasady, którymi rządzi się świat korzystania przez dzieci z urządzeń elektronicznych.
- ✓ Ćwicz, czytaj i nie bój się zapytać dziecka, jeżeli czegoś nie rozumiesz!

CYBERPRZESTRZEŃ JEST ZRÓŻNICOWANA

- ✓ Ucz dziecko, że cyberprzestrzeń jest zróżnicowana.
- ✓ Naucz się szanować kulturę i przyzwyczajenia osób, z którymi wchodzisz w interakcję.
- ✓ Różne okoliczności wymagają różnego podejścia.

Bądź wzorem do naśladowania: naucz dziecko odróżniania zachowań właściwych i niewłaściwych, zachowując się właściwie!

NAUCZ SIĘ NEGOCJOWAĆ



MeLi
FOR PARENTS

Korzystanie z mediów cyfrowych oznacza porozumienie:

- ✓ Rodzice negocjują z dziećmi formy korzystania z mediów cyfrowych.
- ✓ Możesz dojść do porozumienia w kwestii zasad korzystania z mediów, ucząc dziecko sztuki zdrowych negocjacji.

Autorytet rodzicielski?

- ✓ Niektórzy rodzice obawiają się utraty autorytetu po zaangażowaniu się w negocjacje.
- ✓ W wyniku prawidłowych negocjacji można wypracować trwalsze i lepsze zasady.
- ✓ Negocjacje nie polegają na kłótniach!



WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE NEGOCJOWANIA Z DZIECKIEM

Trzymaj się celów

- ✓ Ustal istotne dla siebie cele negocjacji.
- ✓ Skupiaj się na rezultatach, na których Ci zależy.
- ✓ Spraw, by dziecko zrozumiało Twój punkt widzenia.
- ✓ Słuchaj dziecka, lecz dąż do wyznaczonego przez siebie celu.

Zadawaj pytania

- ✓ W chwilach niezgody staraj się dostrzec punkt widzenia dziecka.
- ✓ Staraj się poznać poglądy dziecka, zadając pytania.

Właściwy moment

- ✓ Są batalie, w które nie trzeba się angażować.
- ✓ Niektóre cele warto odłożyć na bardziej sprzyjający moment.
- ✓ Inne cele wymagają twardej decyzji.

Bądź ujmujący(-a)

- ✓ Chodzi nie tylko o treść, lecz i o formę.
- ✓ Staraj się ograniczać niczemu nie służące przepychanki.
- ✓ Zaplanuj język i sformułowania, z których zamierzasz korzystać.

Bądź elastyczny(-a)

- Skuteczni negocjatorzy:
- ✓ priorytyzują cele;
 - ✓ zadają właściwe pytania;
 - ✓ tworzą właściwy kontekst;
 - ✓ składają propozycje;
 - ✓ dążą do porozumienia satysfakcjonującego obie strony.

W CZASIE NEGOCJACJI STARAJ SIĘ BYĆ UJMUJĄCY(-A)

- ✓ Złóż propozycję jako pierwszy(-a) i spodziewaj się kontrpropozycji.
- ✓ Zapewnij dziecku wybór, a tym samym poczucie sprawczości.
- ✓ Określaj kontekst i punkty odniesienia, by dziecko mogło porównać propozycję z opcjami alternatywnymi.
- ✓ Dziecko może inaczej rozumieć koncepcję „*sprawiedliwych*” rozwiązań.
- ✓ Milczenie jest (czasami) złotem; zapobiega podejmowaniu pochopnych decyzji i umożliwia dziecku wypowiedź.

PRZYKŁAD: NEGOCJACJE DOTYCZĄCE CZASU PRZED EKRADEM

- ✓ Stosuj właściwe i rozsądne ograniczenia, zależnie od wieku i dojrzałości dziecka.
- ✓ Obserwuj zachowania; rozmawiaj o zachowaniach i odczuciach dziecka.
- ✓ Składaj odpowiednie propozycje dotyczące wyboru mediów, z uwzględnieniem pory dnia i celów.
- ✓ Wspólnie ustalajcie zasady (limity czasowe, rodzaje urządzeń, wybór mediów i treści).
- ✓ Naucz dziecko stosować mechanizmy samokontroli, np. z wykorzystaniem stopera.
- ✓ Wprowadź rozsądne konsekwencje i bądź konsekwentny w ich stosowaniu.
- ✓ Bądź wzorem do naśladowania: zawsze dbaj o spójność własnych słów i czynów!



WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE NEGOCJACJI

Działania praktyczne:

- ✓ Naucz się radzić sobie z własnymi emocjami.
- ✓ Dziecku również pomagaj w radzeniu sobie z emocjami.
- ✓ Poznaj zainteresowania dziecka.
- ✓ Przypominaj dziecku na bieżąco o ustalonych limitach (np. „zostało Ci 5 minut”).
- ✓ Posługuj się przekonywaniem, nie wymuszeniem.
- ✓ Dzieci z poczuciem sprawstwa są bardziej skłonne do współpracy.
- ✓ Negocjuj obowiązujące zasady przed pojawieniem się konfliktu.

MeLi 
FOR PARENTS



POWTÓRKA Z NETYKIETY

- ✓ **Pomyśl, zanim klikniesz!**
- ✓ Publikując posty, szanuj prywatność innych.
- ✓ Unikaj obraźliwego języka.
- ✓ Pomyśl, zanim cokolwiek udostępnisz! Twój ślad cyfrowy zostaje w internecie na zawsze.
- ✓ Unikaj reagowania na negatywne komentarze kolejnymi negatywnymi komentarzami.
- ✓ Bądź precyzyjny(-a) i trzymaj się tematu.
- ✓ Oferuj pomoc innym; dziękuj osobom, które pomogły lub starały się pomóc Tobie.

RELACJE W INTERNECIE

- ✓ Mimo iż media społecznościowe są przeznaczone dla użytkowników powyżej 13 roku życia, wiele młodszych dzieci zakłada konta, podając fałszywe dane osobowe.
- ✓ Media społecznościowe są w tej chwili w czołówce pod względem zawierania i podtrzymywania znajomości (**Facebook, YouTube, Viber, Twitter, Instagram, Pinterest**).
- ✓ Korzystaj z dobrych stron mediów elektronicznych i ograniczaj lub eliminuj ewentualne zagrożenia (seksting, pornografia, cyberdręczenie, przestępcy internetowi, w tym dopuszczający się czynów o charakterze seksualnym).



SEKSTING

MeLi
FOR PARENTS

- ✓ Nastolatki zamieszczają treści tej kategorii w internecie, zwłaszcza jeżeli są w związkach.
- ✓ Cyfrowe kopie takich wiadomości, zdjęć lub filmów można udostępniać w prosty sposób.
- ✓ Seksting może również służyć nękanii, szantażowaniu lub wykorzystywaniu.
- ✓ Nigdy nie ma pewności, że wiadomość o charakterze seksualnym (intymnym) pozostanie w pełni prywatna.

Seksting obejmuje wyrażenia, zdjęcia lub filmy o charakterze seksualnym, w tym:

- ✓ posty napisane językiem o podtekście seksualnym;
- ✓ zdjęcia lub filmy z wizerunkami osób nagich lub półnagich;
- ✓ zdjęcia lub filmy przedstawiające zbliżenie płciowe;
- ✓ obrazy na żywo z kamerki internetowej, rejestrującej zbliżenie płciowe;
- ✓ zrzuty ekranu (zdjęcia lub kadry z filmików).



PRAWA DZIECKA W INTERNECIE

- ✓ Dzieci są sprawniejsze i mają bardziej od dorosłych rozwiniętą intuicję, a także lepiej wykształcone zdolności cyfrowe w obszarze korzystania z mediów cyfrowych, w tym z internetu.
- ✓ Internet jest tworzony przez osoby dorosłe; niektóre treści są przeznaczone wyłącznie dla osób dorosłych.
- ✓ Z drugiej strony, im częściej dziecko korzysta z internetu, tym bardziej rozwija umiejętności poznawcze i cyfrowe.
 - ✓ Jakie prawa przysługują dzieciom jako użytkownikom internetu?
 - ✓ Czy prawa dzieci i osób dorosłych są pod tym względem identyczne?
- ✓ Do istotnych czynników należą wiek, płeć oraz status społeczny i ekonomiczny.

WERYFIKACJA PRAW DZIECKA W INTERNECIE

- ✓ Uwzględnianie poglądów dzieci w sferze dostępu do i korzystania z technologii cyfrowych treścią polityk krajowych
- ✓ Skuteczne zwalczanie dyskryminacji
- ✓ Rola rodziców
- ✓ Jak powinny funkcjonować podmioty gospodarcze, by chronić i wspierać prawa dziecka?

Czy są pytania?



ĆWICZENIE W PARACH

- ✓ Ćwiczenie z podziałem na role: zmieniając role, porozmawiajcie o sprawach istotnych dla dzieci. Przykładowe scenariusze: ktoś wysyła Wam zaproszenie do znajomych; ktoś umieścił w internecie Wasze dane osobowe; zamieściłeś(-aś) w internecie zdjęcie znajomego, któremu się to nie podoba; zamieściłeś(-aś) pod postem komentarz, którego intencja została przez innych błędnie zinterpretowana.

Weź udział w prostym quizie



Czy stereotypy są tożsame z uprzedzeniami?



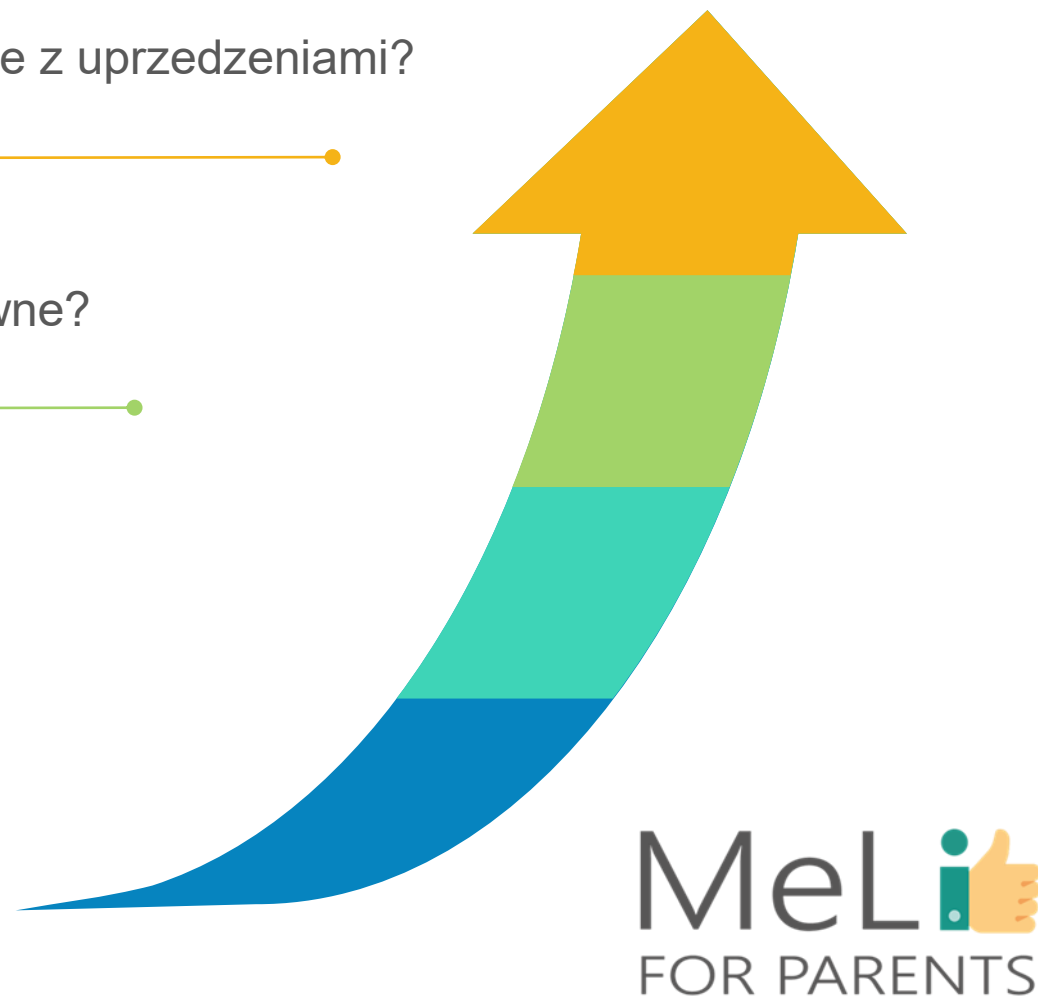
Czy stereotypy są zawsze negatywne?



Czy media zawsze wpływają na
samoocenę nastolatków?



Czy umiesz rozpoznawać stereotypy w
mediach i nauczyć dziecko, jak na nie
reagować?



Quiz z możliwymi odpowiedziami „tak/ nie”

Jako zaawansowany
użytkownik znasz
prawidłowe odpowiedzi!
Tak trzymać!



Odpowiednia cyfrowa opieka rodzicielska

Sprawowanie cyfrowej opieki rodzicielskiej wiąże się z licznymi wyzwaniami. Dając dziecku dobry przykład właściwymi zachowaniami w warunkach domowych możesz stać się wzorem do naśladowania i wzmocnić relację budowaną w oparciu o zaufanie.

**ŻYCIE W ŚWIECIE
CYFROWYM**

**Bądź cyfrowym modelem do
naśladowania!**



**Pogłębiaj wiedzę
na temat mediów**



Buduj zaufanie



Ucz

Źródła

- ❖ <https://www.common sense media.org/sites/default/files/uploads/pdfs/6-8-unit2-genderstereotypesonline.pdf>
- ❖ <https://online.king.edu/news/psychology-of-social-media/>
 - ❖ <https://mediasmarts.ca/digital-media-literacy/media-issues/diversity-media/aboriginal-people/impact-stereotyping-young-people>
- ❖ Ofcom, „Dzieci i rodzice: raport nt. korzystania ze i nastawienia do środków masowego przekazu”, 2019 r. (wersja angielska)
- ❖ <https://blogs.lse.ac.uk/medialse/2019/11/20/implementing-childrens-rights-in-a-digital-world/>
- ❖ <https://theconversation.com/women-can-build-positive-body-image-by-controlling-what-they-view-on-social-media-113041>

The logo for 'MeLi FOR PARENTS' is centered within a white house-shaped outline with a teal border. The text 'MeLi' is in a large, dark grey font, with the 'i' in 'Li' having a teal dot. To the right of the 'i' is a teal thumbs-up icon. Below 'MeLi' is the text 'FOR PARENTS' in a smaller, dark grey, all-caps font. The background features a yellow silhouette of a city skyline.

MeLi
FOR PARENTS

Media cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa A.1.5: Tworzenie treści cyfrowych



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Spis treści

Celem niniejszej jednostki szkoleniowej jest omówienie narzędzi i aplikacji, z których najczęściej korzystają dzieci i młodzi ludzie do tworzenia własnych treści cyfrowych; zostaną przedstawione zasady korzystania z wymienionych narzędzi, oraz metody ewentualnego monitorowania aktywności dziecka pod kątem działań potencjalnie szkodliwych dla niego samego lub dla innych.

01

Im szersza wiedza, tym lepsza
ochrona

02

Gry w internecie

03

Aplikacje społecznościowe

04

Udostępniaj treści świadomie!

05

Zawsze możesz ze mną porozmawiać

06

Czas spędzany w internecie

07

Treści

08

Fałszywe informacje (tzw. *fake newsy*)



Im szersza wiedza, tym lepsz ochrona

Według UNESCO „*umiejętność posługiwania się komputerem umożliwia obywatelom zrozumienie funkcji mediów i innych źródeł informacji, krytyczną ocenę publikowanych treści i podejmowanie świadomych decyzji z perspektywy użytkowników i autorów treści informacyjnych i multimedialnych*”.

Nasze dzieci muszą wykształcić świadomość krytyczną, ponieważ stanowią – jakkolwiek nieświadomie – grupę głównych użytkowników i autorów treści udostępnianych w na stronach internetowych i w mediach społecznościowych.

Nasza rola jako rodziców jest zatem dwojaka: mamy obowiązek podnosić poziom własnych umiejętności z myślą o pogłębianiu zmysłu krytycznego, a także korzystać z nabytych umiejętności, by przekazywać je dzieciom.



PIĘĆ ZASAD KOMPETENCJI MEDIALNYCH I INFORMACYJNYCH, OBEJMUJĄCYCH UMIEJĘTNOŚCI INFORMATYCZNE

Od roku 2013 UNESCO podejmuje przełomowe wysiłki na rzecz zapewnienia wszystkim obywatelom dostępu do kompetencji medialnych i komputerowych, z myślą o spowodowaniu, by obywatele stali się siłą sprawczą systemu i twórcami treści, nie tylko użytkownikami treści tworzonych przez innych.

Pięć praw kompetencji medialnych i informacyjnych stanowi swoisty manifest zaleceń dla nas wszystkich, głównie ze względu na dobro dzieci.



PIĘĆ ZASAD KOMPETENCJI MEDIALNYCH I INFORMACYJNYCH (MIL)

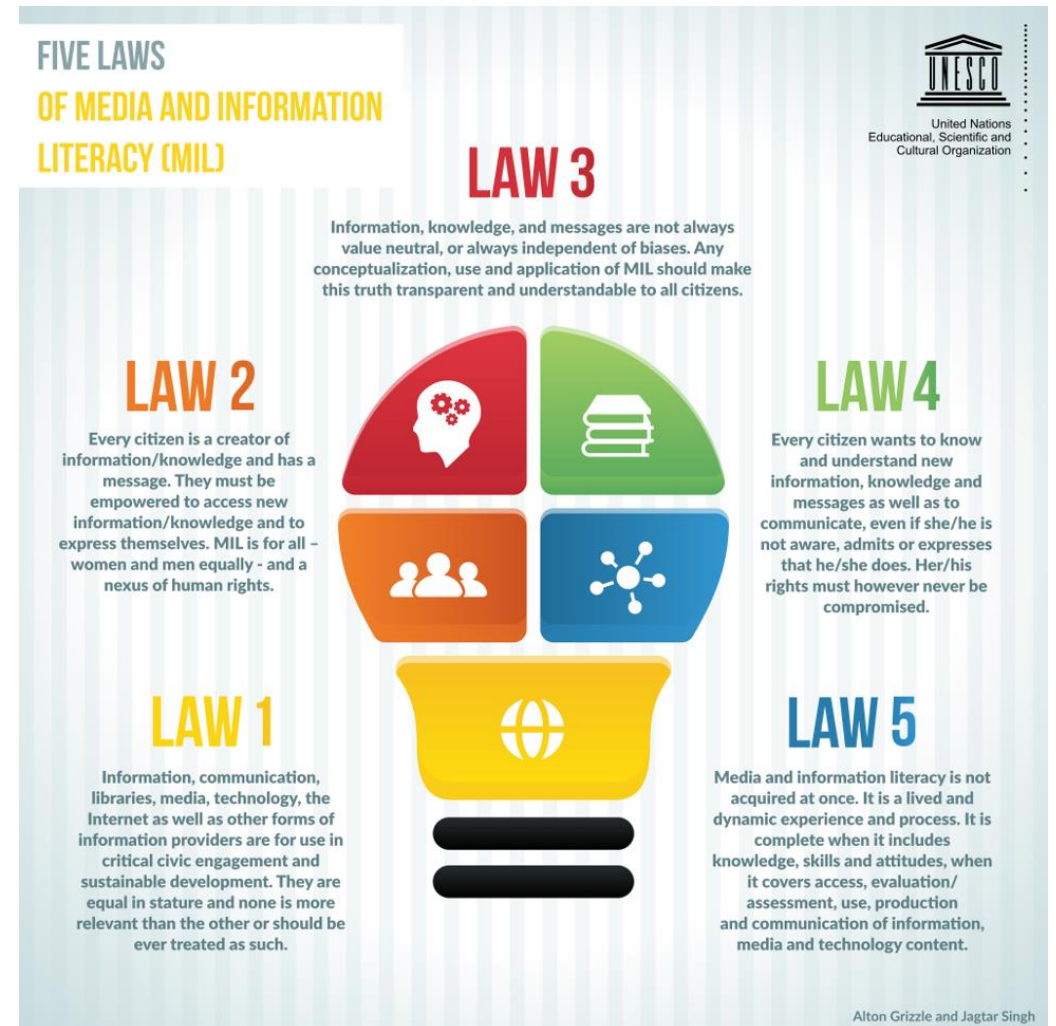
Przyjrzyjmy się szczegółowo Zasadom 2 i 4:

Zasada Druga

Wszyscy obywatele są twórcami informacji, wiedzy i autorskiego przekazu. Należy zapewnić im upodmiotowienie w obszarze dostępu do nowej informacji/ wiedzy i możliwości wyrażania siebie. Wszyscy – kobiety i mężczyźni – mają równe prawa w zakresie rozwijania kompetencji medialnych i informacyjnych, które stanowią wspólny element spajający prawa człowieka.

Zasada Czwarta

Każdy obywatel pragnie nabywać i pojmować nowe informacje, nową wiedzę i nowe formy przekazu, a także nawiązywać skuteczną komunikację, nawet jeżeli świadomie nie wyraża, nie przyznaje ani nie potwierdza wymienionego pragnienia. Nawet w takim wypadku praw żadnego obywatela nie należy pomijać.





MeLi 
FOR PARENTS

DWA PODSTAWOWE WYZWANIA

Młodzi ludzie są istotnymi konsumentami treści multimedialnych – przy czym w dzisiejszych czasach interaktywność platform gamingowych i kanałów komunikacji społecznościowej sprawia, że trudno jest odróżnić bierne korzystanie z treści cyfrowych od ich tworzenia. Rodzice muszą nauczyć się towarzyszyć dzieciom w ich świecie. Oto dwa główne kanały interakcji i potencjalnej interwencji rodzicielskiej:

- Świadome wchodzenie w internetowy świat gier wideo – swoistej bańki prywatności, w której młodzi ludzie szukają schronienia i z której zazwyczaj wykluczane są osoby dorosłe.
- Nauka korzystania z najistotniejszych sieci społecznościowych, w tym w roli twórcy treści – sieci społecznościowe są mechanizmami komunikacji, wykorzystywanymi między innymi do rozpowszechniania mowy nienawiści i stosowania cyberprzemocy.

DLACZEGO MŁODZI LUDZIE UWIELBIAJĄ GRY W INTERNECIE?

- Gry w internecie to świetny sposób na spędzanie czasu i podtrzymywanie kontaktu ze znajomymi i rodziną. Podczas gry nastolatki tworzą drużyny lub rywalizują indywidualnie. W jednym i w drugim przypadku gra pomaga w procesie socjalizacji – natomiast bezpieczeństwo dzieci i nastolatków w czasie gry ma ogromne znaczenie.

Jeżeli mamy w domu więcej, niż jedno dziecko, musimy pamiętać, że gry odpowiednie dla danego dziecka mogą nie nadawać się dla innego.

Osoby uczące się grać lubią oglądać filmy, obserwować innych graczy w streamingach na żywo i dzielić się wskazówkami, by rozwijać własne umiejętności.

Gry są zazwyczaj tworzone z myślą o dobrej zabawie i zaangażowaniu – natomiast istnieją również gry o niskiej wartości edukacyjnej, o treści promującej przemoc i potencjalnie rodzącej agresję.



MeLi
FOR PARENTS

The logo for MeLi FOR PARENTS is enclosed in a yellow rectangular border. It features the text "MeLi" in a grey sans-serif font, with the "i" in "Li" replaced by a stylized orange hand giving a thumbs-up gesture. Below "MeLi" is the text "FOR PARENTS" in a smaller, grey, all-caps sans-serif font.

MeLi
FOR PARENTS

RYZYSKO ZWIĄZANE Z GRAMI W INTERNECIE

Bez odpowiedniego wsparcia ze strony dorosłych, gracze zazwyczaj szukają informacji o grze w treści samej gry. W wypadku gier w internecie, gracze korzystają z pomocy innych grających – swoistych „instruktorów”. Z upływem czasu sami wchodzą w rolę instruktorów i tworzą treści cyfrowe, mniej lub bardziej świadomie.



CYBERDRĘCZENIE

W świecie gier wideo dzieci mogą być celowo wykluczane z niektórych wspólnych działań, obrażane lub krytykowane ze względu na styl gry.

Jeżeli dziecko padnie ofiarą tej formy cyberdręczenia w świecie gier internetowych, poproś, by z Tobą porozmawiało. Naucz się zasad gry oraz opcji blokowania innych grających i zgłaszania niewłaściwych zachowań – pomożesz chronić innych przed kontaktem i nękaniami ze strony cyberdręczycieli.



MIKROPŁATNOŚCI (ZAKUPY W CZASIE GRY)

Oferowane jako darmowe, niektóre gry w internecie w rzeczywistości wiążą się z kosztami, zróżnicowanymi zależnie od warunków. Takie rozwiązania mają na celu wywołanie u grających chęci kontynuowania gry w coraz bardziej spersonalizowany sposób. W takim wypadku źródło treści cyfrowych jest zewnętrzne i nie zawsze pozytywne, między innymi dlatego, że wiąże się z rosnącym poziomem wydatków, na które młodych graczy nie zawsze stać.



UWODZENIE

Niektóre gry są zaprojektowane dla zespołów lub z elementem rywalizacji, często z nieznajomymi ukrywającymi się za *nickami* (ksywkami), które nic o nich nie mówią.

Wiele popularnych gier prowadzi również oficjalne kanały służące komunikacji wśród tysięcy uczestników. Takie formy interakcji sprzyjają tworzeniu treści cyfrowych – natomiast nie należy zapominać o związanym z nimi ryzyku wciągania młodych ludzi w interakcję z nieznajomymi.

JAK KONTROLOWAĆ ZACHOWANIA GRAJĄCYCH I PRZEBIEG GIER WIDEO

Dorośli nie zawsze łatwo jest wejść w świat gier wideo i poradzić sobie ze złożonością zawartych w nich mechanizmów. Rodzicom przyda się konkretna pomoc – MeLi Parents zamierza ją zapewnić w ramach niniejszego szkolenia. Oczywiście internet też jest doskonałym źródłem wiedzy – coraz więcej stron oferuje wsparcie i informacje techniczne, na przykład English Netaware, gdzie zamieszczane są filmy edukacyjne i szczegółowe informacje przeznaczone dla rodziców i wykładowców: <https://www.net-aware.org.uk/>
Oto sześć propozycji NetAware:



KROK 01

Uzgodnij z dzieckiem obowiązujące zasady.



KROK 02

Zapoznaj się z zasadami najbardziej popularnych gier. Wejdź na popularne strony gamingowe.



KROK 03

Sprawdź limity wiekowe. Obserwuj streamingi na żywo na platformach gamingowych.



FINAŁ

Pamiętaj: rób sobie przerwy.



UZGODNIJ OBOWIĄZUJĄCE ZASADY

- Gry w internecie to świat pełen wyzwań, zapewniający młodym ludziom dobrą zabawę. Zapewnienie młodym graczom bezpieczeństwa wymaga jednak ustalenia obowiązujących zasad.
- Można na przykład zawrzeć z dzieckiem umowę, której warunki dopuszczają wyłącznie grę w weekendy i we wspólnej przestrzeni – nie we własnym zamkniętym pokoju.
- Należy także umówić się, że udział w grze nie może odbywać się kosztem czasu przeznaczonego na posiłki, sen i zdrowe aktywności.
- Warto spisać wszystkie wspólne zasady rodzinne – to ułatwia ich przestrzeganie i podsumowywanie rezultatów.



SPRAWDZAJ LIMITY WIEKOWE

- Zanim pozwolimy dziecku na korzystanie z gry należy sprawdzić obowiązujące limity wiekowe. Większość gier jest opisana według PEGI (Ogólnoeuropejskiego Systemu Klasyfikacji Gier), z zaznaczeniem zalecanego minimalnego wieku grających. Klasyfikacja PEGI określa jedynie, czy zawartość gry jest odpowiednia dla grających z danej grupy wiekowej. Pamiętaj o tym podejmując decyzję, czy dana aplikacja lub gra jest odpowiednia dla dziecka.
- Klasyfikacja według grupy wiekowej to ogólna wytyczna, nie uwzględniająca wszystkich istotnych czynników. Przed udostępnieniem gry dziecku należy ją samemu(-ej) opanować.

OBSERWUJ PRZEBIEG GIER NA ŻYWO NA PLATFORMACH GAMINGOWYCH

Twitch i Discord to dwie platformy ze streamingiem na żywo, umożliwiające śledzenie gier z udziałem innych grających. O tym będzie mowa na kolejnych slajdach.



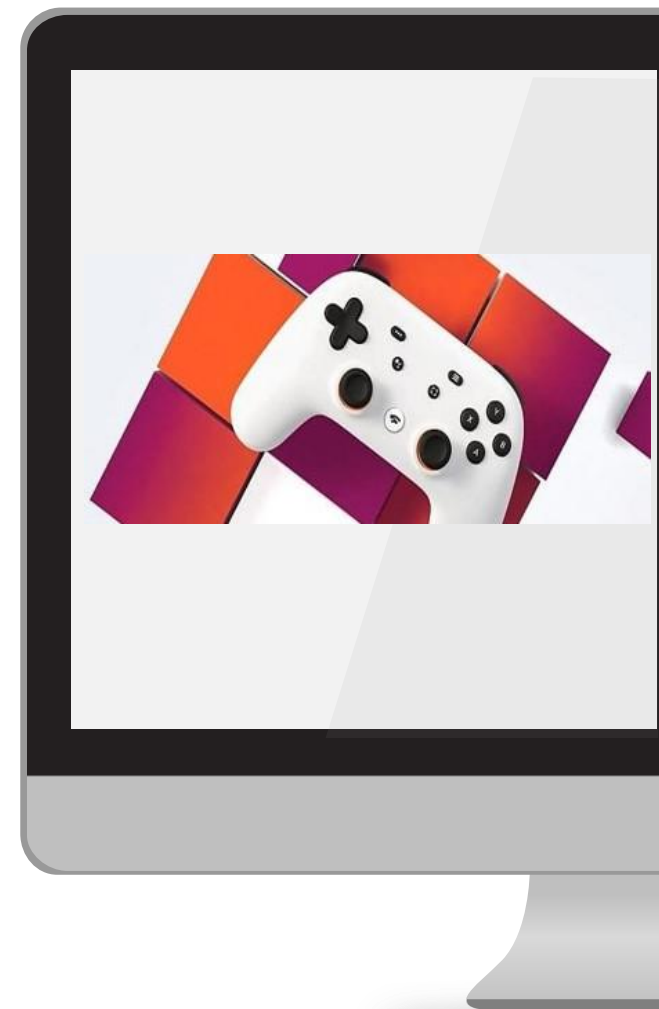


PAMIĘTAJ: WOLNO ZROBIĆ SOBIE PRZERWĘ

- udział w grach opartych na rywalizacji, takich jak FIFA lub Fortnite, jest bardzo ekscytujący – ale może rodzić u dziecka stres. Zachęcaj dziecko do przerw w grze i zajęcia się czymś innym dla odprężenia.
- Przypomnij dziecku, że jeżeli ktoś wyśle mu denerwującą wiadomość lub zamieści nieprzyjemny komentarz, powinno powstrzymać się od reagowania w sposób obraźliwy lub małostkowy. Zapewnij je, że zawsze może przyjść do Ciebie po radę w sprawie komunikowania się z innymi grającymi online.

Dwie wskazówki dotyczące najbardziej popularnych gier

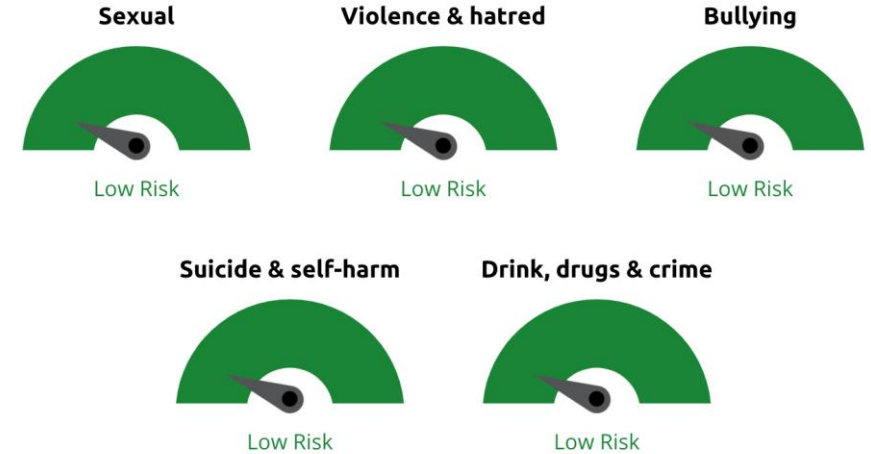
Zyskanie pełnej wiedzy na temat wszystkich funkcji gier uwielbianych przez nasze dzieci jest zapewne niemożliwe – ale warto przynajmniej wykonać „lot rozpoznawczy” nad obszarem trzech gier cieszących się największą popularnością. To FIFA Football, Fortnite i Minecraft.





Rating wg
NetAware

Expert view of the risks...



- FIFA Football to aplikacja dla graczy, zawierająca linki do stron zewnętrznych i sieci społecznościowych.
- Sama gra nie zawiera właściwości ani funkcji służących komunikacji – natomiast umożliwia połączenie z innymi stronami/ sieciami społecznościowymi. Warto je odwiedzić, żeby się upewnić, czy nadają się dla dziecka.



Rating wg
NetAware

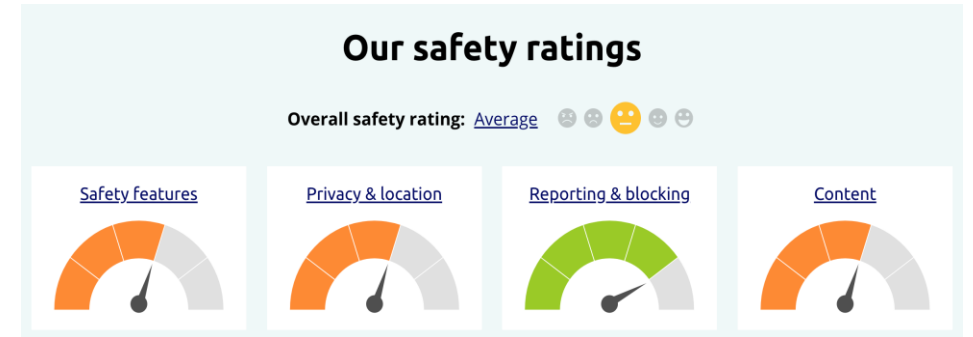
Expert view of the risks...



- Fortnite to popularna gra akcji z gatunku „*survival*” (wymagająca zręczności i podejmowania decyzji w prowadzeniu bohatera do celu i unikaniu niebezpieczeństw), dość brutalna, lecz bez nadmiernego rozlewu krwi. Umożliwia komunikację z innymi grającymi przez chat (publiczny, prywatny lub głosowy).
- Zaproponuj dziecku, by wyłączyło opcję komunikacji głosowej w ustawieniach Fortnite, by ochronić je przed dosadnymi wyrażeniami i nieodpowiednim językiem. Fortnite zapewnia szereg narzędzi kontroli rodzicielskiej, umożliwiających zarządzanie filtrami języka i wyłączenie komunikacji głosowej.
- Poświęć czas na zbadanie ustawień wspólnie z dzieckiem. Uzgodnijcie wybrane opcje.



Rating wg
NetAware



- Minecraft to gra umożliwiająca budowę i tworzenie wirtualnego świata z użyciem elementów i bloków konstrukcyjnych.
- Gra umożliwia uruchomienie opcji wielu grających, którzy mogą zwiedzać światy stworzone przez innych, a także rozmawiać, bawić się i walczyć z innymi użytkownikami.



APLIKACJE SPOŁECZNOŚCIOWE I UDOSTĘPNIANIE TREŚCI

Coraz większa społeczność młodych ludzi korzysta z aplikacji, by tworzyć treści cyfrowe i udostępniać je znajomym przez internet. Naucz dziecko ostrożności podczas zamieszczania treści w internecie i bezpiecznego korzystania z aplikacji:

- Postaraj się dowiedzieć się, dlaczego dziecko korzysta z preferowanych aplikacji.
- Ustal i przedstaw dziecku ogólne zasady nadzoru i bezpieczeństwa.
- Postaraj się dowiedzieć się jak najwięcej o aplikacjach, z których korzysta dziecko; spójrz na nie jego oczami.



DLACZEGO DZIECI KORZYSTAJĄ Z APLIKACJI UMOŻLIWIAJĄCYCH UDOSTĘPNIANIE TREŚCI?

W miarę rozwoju mediów społecznościowych pojawiają się w tej kategorii kolejne aplikacje – należą do nich TikTok i Snapchat, z twórczymi, interesującymi właściwościami.

Dzieci mogą marzyć o sławie Youtuberów lub TikTokerów, o rzeszach obserwujących i o zarabianiu na obecności na platformach społecznościowych.

Współczesne dzieci kochają wyzwania i memy, niezmiernie popularne w aplikacjach społecznościowych. Mogą z nich korzystać, by nadać za najnowszymi trendami.



JAK ZAPEWNIĆ DZIECIOM BEZPIECZEŃSTWO – ZASADY OGÓLNE

Poniżej wymieniono szereg zasad chroniących dzieci przed popełnianiem fatalnych błędów:

- ustawiaj każde konto jako „*prywatne*”;
- nie melduj się w żadnej lokalizacji w czasie rzeczywistym; nie zdradzaj lokalizacji domu; nigdy nie udostępniaj danych osobowych.
- nie filmuj ani nie dziel się zdjęciami innych bez uzyskania ich zgody.

USTAWIAJ KAŻDE KONTO JAKO „PRYWATNE”

Posty i filmy zamieszczane przez użytkowników kont publicznych są widoczne dla wszystkich, łącznie z nieznajomymi – dlatego każde konto dziecka powinno mieć status prywatnego, z opcją sprawdzania użytkowników obserwujących. Przypomnij dziecku, by przyjmowało zaproszenia do znajomych wyłącznie od znanych mu osób: kolegów/ koleżanek ze szkoły, z zajęć pozaszkolnych, z drużyny sportowej, bądź od członków rodziny.





NIGDY NIE MELDUJ SIĘ W OKREŚLONYCH LOKALIZACJACH W CZASIE RZECZYWISTYM; NIGDY NIE UDOSTĘPNIJ DANYCH OSOBOWYCH

- Powiedz dziecku, by nigdy nie zamieszczało w czasie rzeczywistym treści potencjalnie ujawniających jego lokalizację. Dziecko nie powinno również zamieszczać zdjęć ani filmików w stroju zdradzającym tożsamość (np. adres szkoły) – ani udostępniać innych danych osobowych, takich jak imię/ nazwisko, numer telefonu, link do innego konta w mediach społecznościowych.
- Nawet jeżeli konto zostało ustawione jako prywatne, zdjęcia i filmiki mogą zostać zapisane przez obserwującego dziecko użytkownika, a następnie udostępnione bez jego zgody. Pomóż dziecku podejmować przemyślane decyzje o treściach udostępnianych w internecie – przypomnij mu, że raz zamieszczonych treści nie da się ukryć!
- Upewnij się, że dziecko wie, jak usunąć z aplikacji zdjęcie lub filmik, jeżeli zmieni decyzję co do ich publikacji.



NIGDY NIE FILMUJ ANI NIE ZAMIESZCZAJ ZDJĘĆ INNEJ OSOBY BEZ JEJ ZGODY

- Przypomnij dziecku, że nie wszyscy czują się komfortowo, gdy zdjęcia lub filmiki z ich wizerunkiem są zamieszczane w internecie. Szacunek dla wyborów i prywatności innych użytkowników sieci jest bardzo ważny!
- Podziel się z dzieckiem informacją o ryzyku związanym z udostępnianiem zdjęć lub filmików z wizerunkami innych. Mogą one wywołać nieuprzejme komentarze – lub sprawić, że ktoś się zdenerwuje lub poczuje niekomfortowo.

PRZYKŁAD: FILMIKI PRZEDSTAWIAJĄCE UCZESTNIKÓW TZW. WYZWAŃ

Tzw. wyzwania związane z ich filmowaniem są ogromnie popularne na takich aplikacjach jak TikTok. Uczestnicy filmują samych siebie podczas wykonywania określonych zadań, a następnie udostępniają filmik w sieci, zachęcając innych, by ich naśladowali. Opisane wyzwania mogą być dla dzieci interesującym i sprawiającym przyjemność sposobem uczestniczenia w wirtualnym świecie w towarzystwie przyjaciół.

Zdarza się jednak, że kręcenie filmików z wyzwaniami wiąże się z podejmowaniem ryzyka narażającego dzieci na poważne niebezpieczeństwo. Porozmawiaj z dzieckiem o wyzwaniach i przypomnij, by nie narażało się na niebezpieczeństwo tylko po to, by się sfilmować i udostępnić innym „fajne” ujęcia. Efekt nie jest wart ryzyka!

Jeżeli dziecko trafi na szokujące lub niepokojące je filmiki, musi Ci natychmiast o tym powiedzieć i zablokować użytkownika, od którego otrzymało materiał. Pomóż dziecku radzić sobie z takimi sytuacjami!

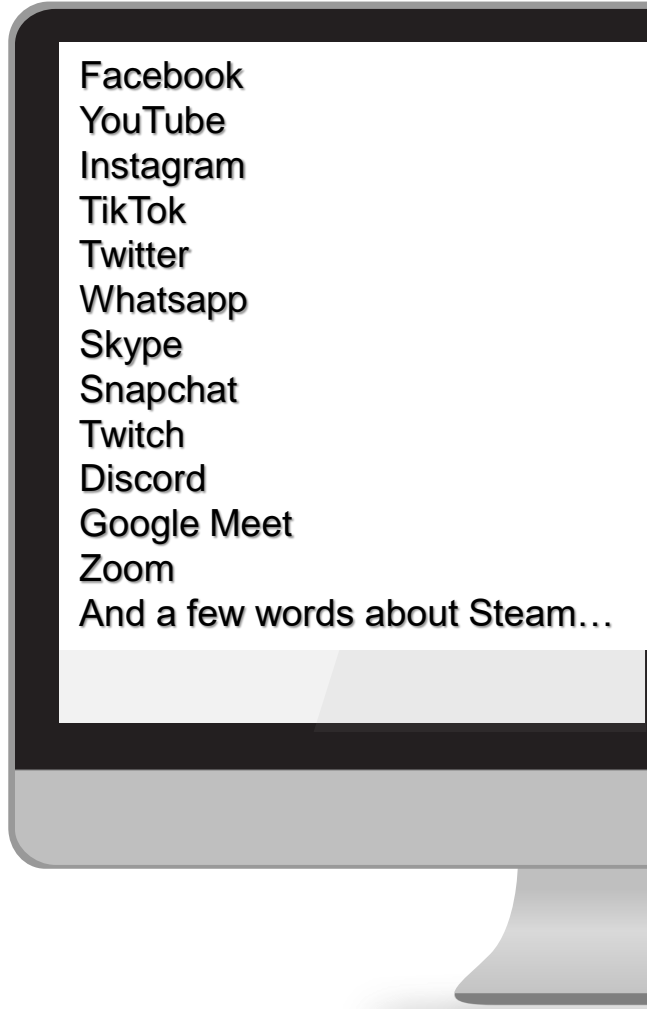


POROZMAWIAJ Z DZIECKIEM O CYBERDRĘCZENIU, MOWIE NIENAWIŚCI I UDOSTĘPNIANIU NAGICH ZDJĘĆ

- Bezwzględnie należy wyjaśnić dziecku, DLACZEGO z zamieszczaniem zdjęć lub filmików w internecie wiąże się określone ryzyko: niewiele trzeba, by znaleźć się na celowniku cyberdręczycieli, stać się częścią cudzego komunikatu opartego na mowie nienawiści lub wpaść w środowisko pedofilskie wymieniające się nagimi zdjęciami lub ogłoszeniami o treści seksualnej.
- Należy stale podkreślać, że każdy może zrobić i rozpowszechniać zrzuty ekranu udostępnianych przez nas treści.
- Jeżeli dojdzie do któregośkolwiek z wymienionych zdarzeń, należy przede wszystkim zachować spokój i starać się wypracować odpowiednie rozwiązanie. Pochwal dziecko, jeżeli zgłosi się do Ciebie z problemem. Zapewnij, że zrobisz wszystko, by mu pomóc!

Jak działają najbardziej popularne aplikacje

Na kolejnych slajdach postaramy się pokrótce omówić sposoby tworzenia treści i narzędzia kontroli rodzicielskiej w aplikacjach społecznościowych, z których najchętniej korzystają dzieci. Wspomnimy między innymi o aplikacjach służących organizowaniu wideokonferencji, wykorzystywanych coraz częściej dla potrzeb zdalnego nauczania, a zatem również interakcji i generowaniu wspólnych treści przez osoby uczące się.



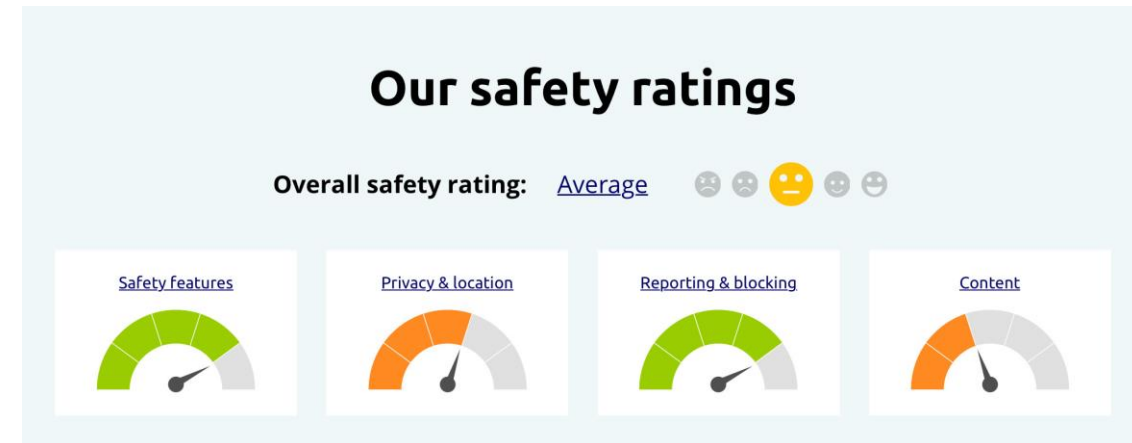
Facebook
YouTube
Instagram
TikTok
Twitter
Whatsapp
Skype
Snapchat
Twitch
Discord
Google Meet
Zoom
And a few words about Steam...



FACEBOOK

- Przejrzyj wspólnie z dzieckiem ustawienia prywatności na Facebooku. Od razu wybierzcie opcję „Znajomi” – wówczas posty dziecka będą widoczne wyłącznie dla znajomych mu osób.
- Facebook ma odrębną sekcję przeznaczoną dla rodziców, zawierającą wskazówki i porady: <https://www.facebook.com/safety/parents>. Poświęć czas na zapoznanie się z treścią w niej zamieszczoną. Regularnie do niej zaglądaj – będziesz na bieżąco z ewentualnymi zmianami.

Minimalny
wiek
użytkownika



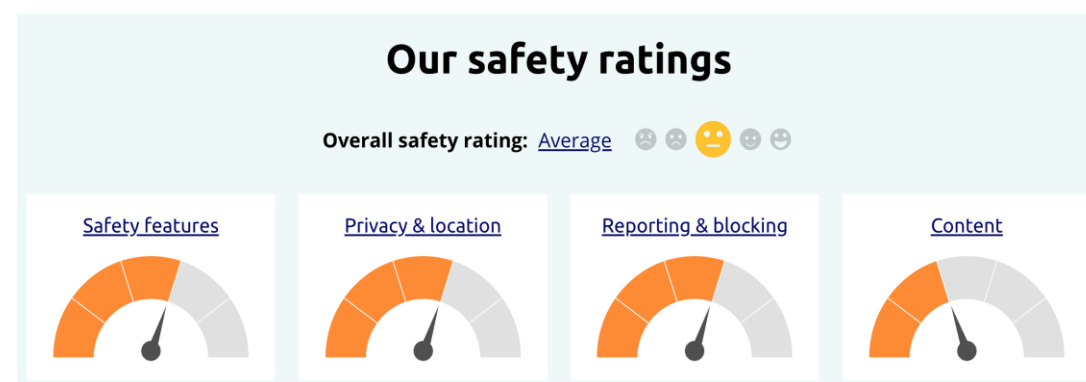
Rating wg NetAware



YOUTUBE

- By zapoznać się z treścią informacji o zabezpieczeniach dla rodziców, wejdź na <https://support.google.com/youtube/answer/2801999?hl=en-GB>
- Na platformie YouTube znajdują się szczegółowe wytyczne zgłaszania niewłaściwych treści: <https://support.google.com/youtube/answer/2802027>
- Jedną ze wskazówek jest wyłączenie opcji „*automatycznego odtwarzania*” filmów po zakończeniu odtwarzania poprzedniego materiału, gdy treść kolejnego filmu jest nieznaną.

Minimalny
wiek
użytkownika



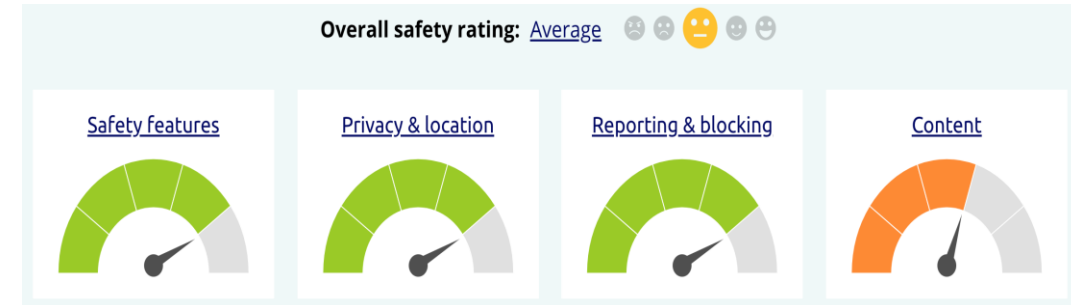
Rating wg NetAware



INSTAGRAM

- Pokaż dziecku, jak zabezpieczyć konto statusem prywatnym i wyłączyć opcję udostępniania lokalizacji (w sekcji „*Ustawienia*”). Instagram oferuje zestaw wskazówek służących zmianie ustawień prywatności:
https://help.instagram.com/116024195217477/?helpref=hc_fn_av&bcBalcone0reste=Instagram%20Help&bchardware%20Center
- Na Instagramie obowiązują szczegółowe wytyczne zgłaszania niewłaściwych treści, w tym postów i profili:
https://help.instagram.com/165828726894770/?helpref=hc_fn_av&bc%5b0%5d=Instagram%20Help&bc%5b1%5d=Privacy%20and%20Safety%20Center%20&bc%5b2%5d=Report%20Something

Minimalny
wiek
użytkownika



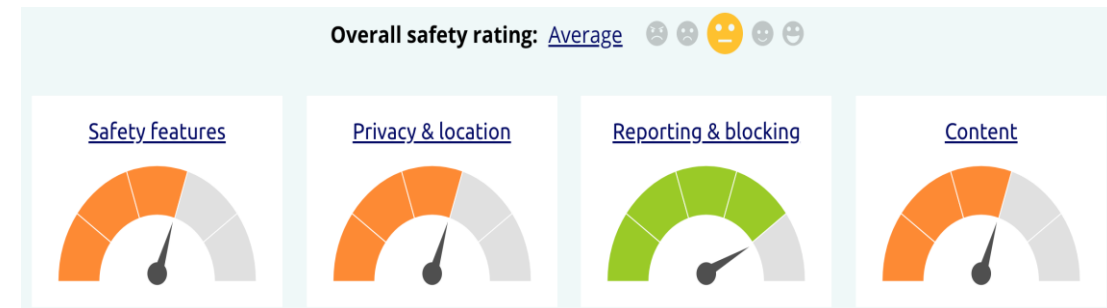
Rating wg NetAware



TIKTOK

- Wspólnie z dzieckiem przejrzyj ustawienia. Upewnij się, że filmiki będą udostępniane wyłącznie znajomym dziecka.
- Funkcja „*Parowania rodzin*” (*Family Pairing*) umożliwia połączenia konta dziecka na TikToku z innym kontem – na przykład kontem rodzica. Dzięki temu można kontrolować czas spędzany przez dziecko na TikToku każdego dnia, obserwować grono nadawców wiadomości prywatnych i filtrować treści, które uznamy za niewłaściwe.
- By zgłosić niewłaściwe zachowania użytkownika na TikToku, wejdź w „*Ustawienia*” i kliknij opcję „*Zgłoś problem*”. TikTok dysponuje sekcją dla rodziców, zawierającą szczegółowe informacje na temat ustawień prywatności kont i blokowania użytkowników, oraz dodatkowych zasobów związanych z bezpieczeństwem w internecie:
<https://support.tiktok.com/en/privacy-safety/for-parents-en>

Minimalny
wiek
użytkownika



Rating wg NetAware



TWITTER

- By chronić dziecko, ustaw status jego konta jako prywatny, by jego posty (tzw. *tweety*) były widoczne wyłącznie dla osób je obserwujących:
<https://help.twitter.com/en/safety-and-security/twitter-privacy-settings>
- Twitter oferuje zestaw wytycznych służących procedurze zgłaszania niedozwolonych zachowań, oraz porady w zakresie blokowania innych użytkowników:
<https://help.twitter.com/en/safety-and-security/report-abusive-behavior>

Minimalny
wiek
użytkownika



Expert view of the risks...



Rating wg NetAware



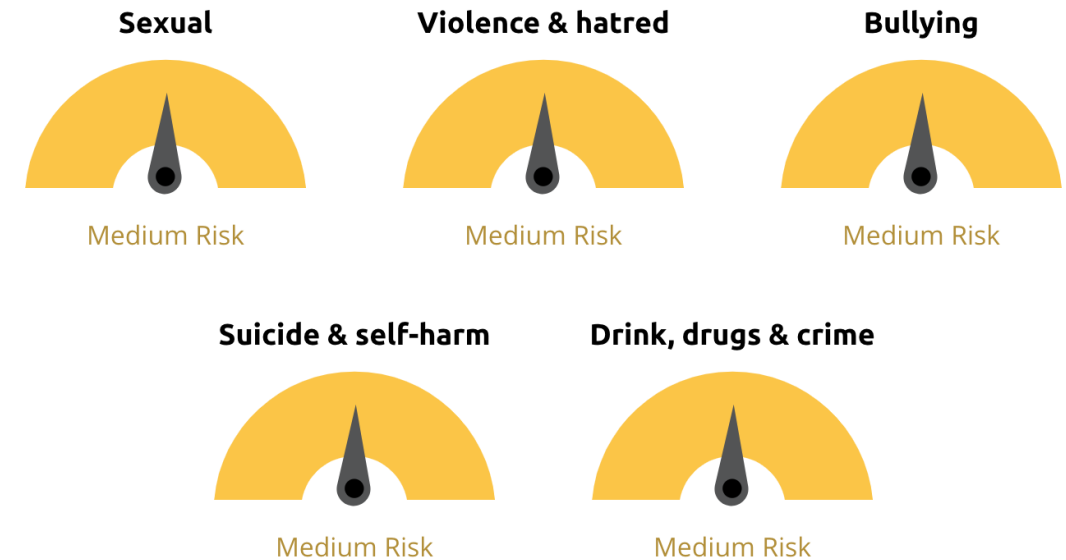
WHATSAPP

- Do rozmów (*chatów*) grupowych może zostać dodana dowolna osoba z listy kontaktów, bez konieczności proszenia o zgodę. To dziwne i niekorzystne rozwiązanie – udział w konwersacjach grupowych wymaga sporej ostrożności!
- Ostrzeżenie: Whatsapp umożliwia udostępnianie lokalizacji i numerów telefonów z listy kontaktów oraz przekazywanie wiadomości z dowolnej konwersacji. Oznacza to, że nie jesteśmy w stanie przewidzieć, kto otrzyma wiadomość traktowaną przez nas jako poufną.
- Whatsapp oferuje zestaw wytycznych w zakresie blokowania innych użytkowników i ogólnych zasad bezpieczeństwa: <https://faq.whatsapp.com/>

Minimalny
wiek
użytkownika



Expert view of the risks...



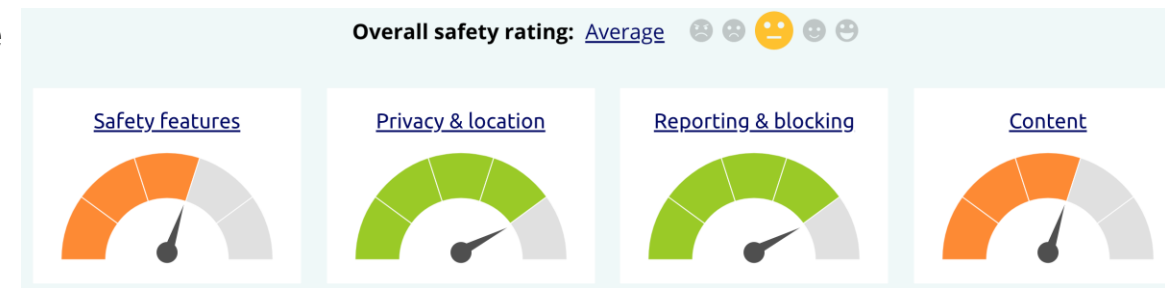
Rating wg NetAware



SNAPCHAT

- Pokaż dziecku, jak aktywować w „*Ustawieniach*” tryb „*ducha/duszka*” (*ghost mode*), by ukryć lokalizację.
- Należy koniecznie sprawdzić ustawienia prywatności konta dziecka na Snapchacie. Wejdź na stronę wsparcia techniczno-informacyjnego, by uzyskać szczegółowe informacje: [//support.snapchat.com/en-US/a/privacy-settings2](https://support.snapchat.com/en-US/a/privacy-settings2)
- Na stronie wsparcia techniczno-informacyjnego (*Snapchat Support*) znajdują się szczegółowe wytyczne w zakresie usuwania i blokowania znajomych: <https://support.snapchat.com/en-US/a/remove-block-friends>

Minimalny
wiek
użytkownika



Rating wg NetAware



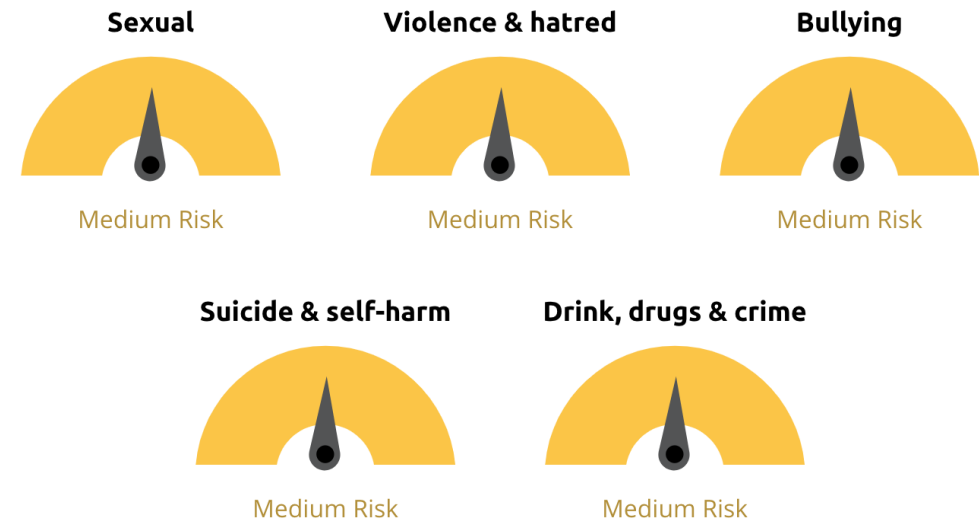
GOOGLE MEET

- Google Meet to aplikacja służąca obsłudze wideospotkań, powszechnie wykorzystywana w zdalnym nauczaniu, umożliwiającą wysyłanie wiadomości tekstowych i udostępnianie ekranu.
- W aplikacji Google Meet nie ma opcji blokowania użytkowników – natomiast jeżeli osoba, która nie otrzymała zaproszenia na spotkanie, podejmie próbę uczestnictwa, organizator podejmuje decyzję o jej wpuszczeniu lub odrzuceniu. Upewnij się, że dziecko wie, jak odmówić wpuszczenia na spotkanie osób, których nie są w stanie rozpoznać.
- W aplikacji Google Meet można zgłosić niedozwolone zachowania, korzystając z panelu kontrolnego w dolnej części ekranu i wybierając „Więcej opcji > Zgłoś nadużycie”. Google Meet oferuje również pożyteczne informacje na temat bezpiecznej konfiguracji:
<https://support.google.com/meet/>

Minimalny
wiek
użytkownika

13+

Expert view of the risks...



Rating wg NetAware



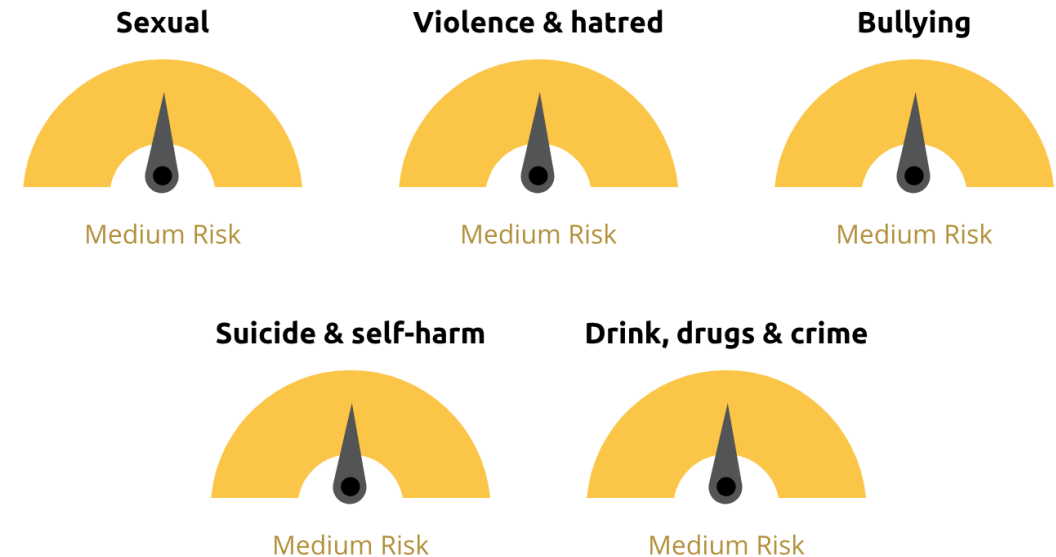
ZOOM

- Zoom to stworzona z myślą o środowisku biznesu aplikacja służąca obsłudze wideokonferencji, obecnie niezmiernie rozpowszechniona wśród osób prywatnych i w szkolnictwie (bardzo dobrze sprawdza się w zdalnym nauczaniu).
- Koniecznie upewnij się, że nauczyciele i rodzice innych dzieci nadzorują wideorozmowy. Więcej informacji na temat aplikacji Zoom w szkolnictwie (wraz ze wskazówkami dotyczącymi bezpieczeństwa) znajdziesz na stronie: <https://zoom.us/education>.
- Do „Zoombombingu” dochodzi, gdy osoba niezaproszona dołącza do spotkania, by natychmiast potem je opuścić – do takich zdarzeń może dochodzić, gdy linki do spotkań są udostępniane publicznie. Dziecko musi wiedzieć, że nie może publicznie udostępniać linków do spotkań i nauczyć się zarządzać uczestnikami konferencji, korzystając z informacji dostarczonej przez Zoom: <https://support.zoom.us/hc/en-us/articles/115005759423>.

Minimalny
wiek
użytkownika



Expert view of the risks...



Rating wg NetAware



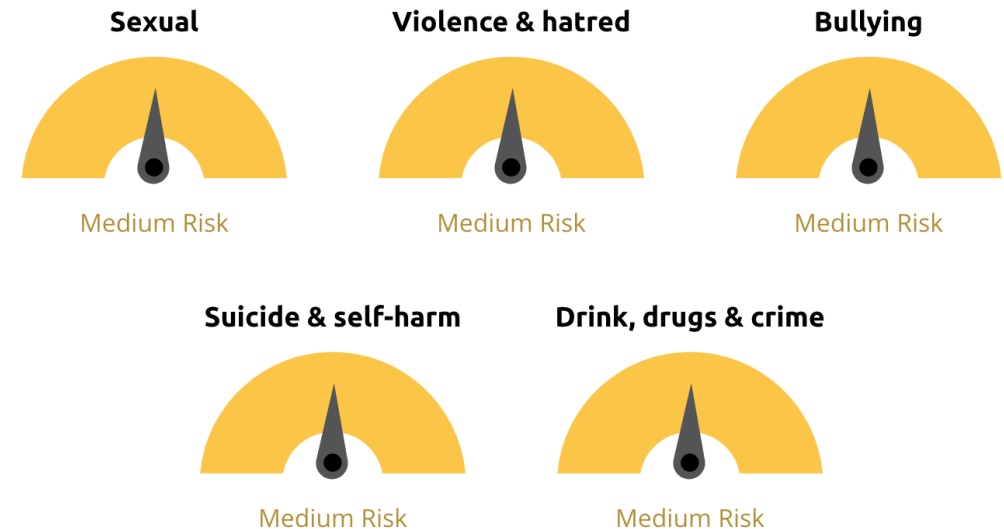
SKYPE

- Upewnij się, że dziecko dodaje do listy kontaktów wyłącznie osoby, które zna osobiście. Po otrzymaniu zaproszenia od osoby nieznajomej, powinno ją zignorować lub zablokować.
- Formy zgłaszania problemów na Skypie są różne dla urzędzeń przenośnych i stacjonarnych. Sprawdź dostępne informacje na stronie:
<https://support.skype.com/en/faq/FA10001/how-do-i-report-abuse-on-skype?q=report>

Minimalny
wiek
użytkownika



Expert view of the risks...



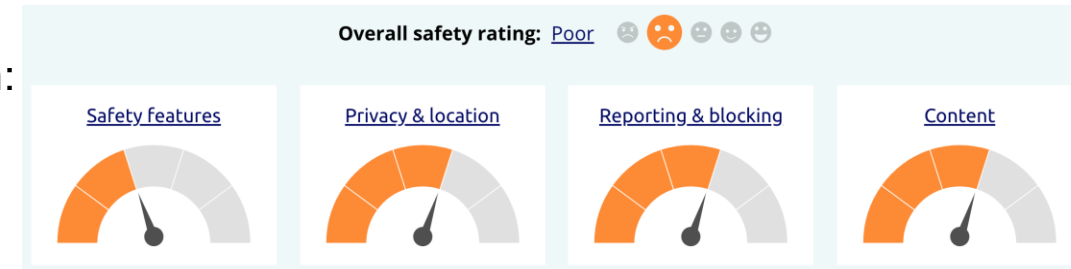
Rating wg NetAware



TWITCH

- Twitch to popularna wśród graczy internetowych (tzw. *gamerów*) platforma obsługująca streamingi na żywo, umożliwiającą udostępnianie innym użytkownikom relacji z rozgrywek, by mogli je obserwować i komentować w czasie rzeczywistym. Można tu również samemu obserwować rozgrywki i rozmawiać (korzystając z funkcji *chat*) z innymi graczami. Do trwającej na Twitchu rozgrywki nie można dołączyć – ale istnieje opcja rozmowy z innymi użytkownikami, również obserwującymi grę w czasie rzeczywistym.
- Pokaż dziecku, jak blokować w sekcji „*Prywatność*” w „*Ustawieniach*” tzw. szeptów (wiadomości prywatne) od nieznajomych: https://help.twitch.tv/s/article/how-to-manage-harassment-in-chat?language=en_US#BlockWhispersandMessagesfromStrangers
- Nadużycia, obraźliwe wypowiedzi i nękanie są sprzeczne z zasadami obowiązującymi w społeczności Twitch – natomiast jeśli dziecko trafi na którekolwiek z wymienionych zachowań, powinno (podobnie jak Ty) wiedzieć, jak je zgłosić: https://help.twitch.tv/s/article/how-to-manage-harassment-in-chat?language=en_US#FileaUserReport#FileaUserReport

Minimalny
wiek
użytkownika



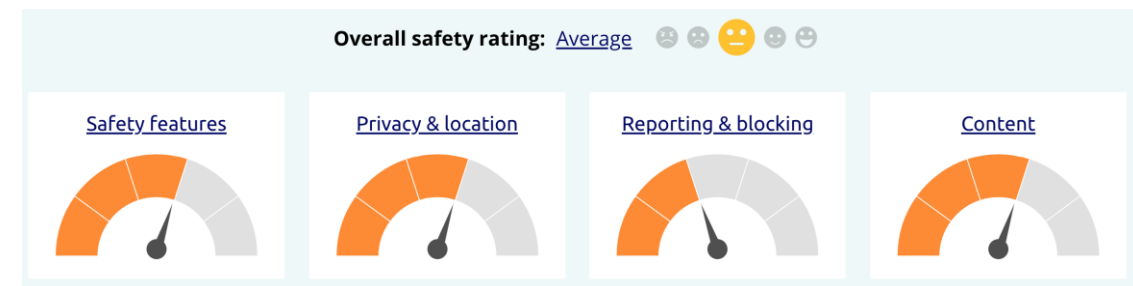
Rating wg NetAware



DISCORD

- Discord to popularna wśród *gamerów* aplikacja obsługująca połączenia głosowe i wymianę wiadomości tekstowych. Służy komunikacji oraz wymianie wskazówek i rad z innymi graczami.
- Sprawdź wspólnie z dzieckiem ustawienia prywatności. Włączcie opcję „*Chroń mnie*”, by kontrolować rozmówców i tematykę.
- Dla potrzeb platformy Discord powstał dedykowany Przewodnik dla rodziców (*Parents Guide*): <https://blog.discordapp.com/parents-guide-to-discord-c77d91793e9c>
- Na Discordzie można również rozmawiać z innymi użytkownikami na „*serwerze*” publicznym. Jeżeli umożliwisz dziecku korzystanie z serwerów publicznych (rozwiązanie niezalecane), zapewnij dziecku nadzór rodzica lub opiekuna podczas wszelkich interakcji.

Minimalny
wiek
użytkownika



Rating wg NetAware



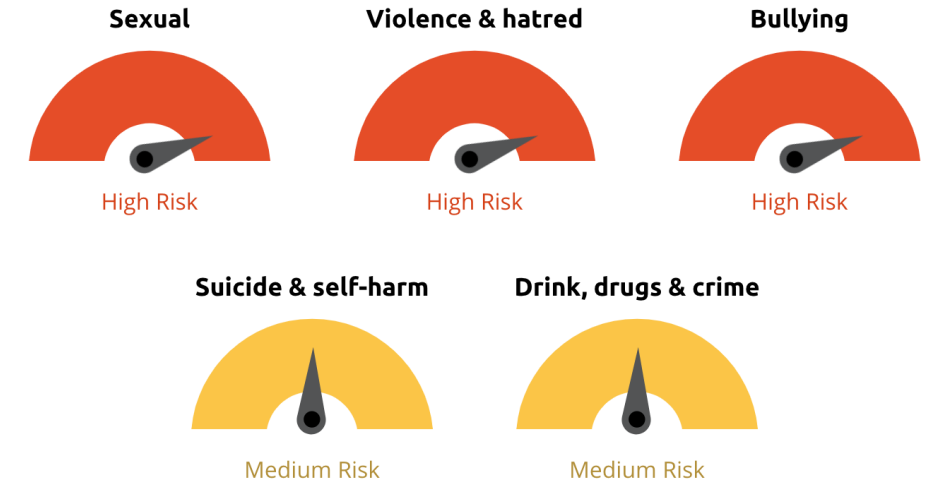
STEAM

- Steam to internetowa platforma rozrywkowa i aplikacja służąca dzieciom do grania w gry, tworzenia ich i dyskusowania na ich temat. Można tu również rozmawiać z innymi użytkownikami platformy – za pośrednictwem grup, tzw. klanów lub z wykorzystaniem funkcji *chat* w poszczególnych grach. Na Steamie użytkownicy mogą również uruchamiać streamingi z rozgrywek na żywo.
- Steam posiada funkcję kontroli rodzicielskiej pod nazwą *Family View*, umożliwiającą rodzicom zatwierdzanie dozwolonych elementów platformy: gier, dostępu do treści tworzonych przez społeczność Steam, konwersacji i forów. Jeżeli zdecydujesz się na korzystanie z opcji *Family View*, Steam zapewnia informacje na temat prawidłowej konfiguracji:
https://support.steampowered.com/kb_article.php?ref=5149-EOPC-9918
- Wejdź na poniższą stronę, by uzyskać szczegółowe informacje na temat ustawień prywatności w Steamie:
https://support.steampowered.com/kb_article.php?ref=4113-YUDH-6401&l=english

Minimalny
wiek
użytkownika



Expert view of the risks...



Rating wg NetAware



MOŻESZ ZE MNA ROZMAWIAĆ O WSZYSTKIM

Jak zacząć rozmawiać z dzieckiem o ich aktywności w internecie? Podsuwamy kilka wskazówek:

- Wyjaśnij dziecku, że rozumiesz, że internet jest świetnym miejscem do zabawy, działań twórczych, nauki i nawiązywania kontaktów. Przypomnij mu również, że zawsze może z Tobą porozmawiać, jeżeli coś je zmartwi lub zaniepokoi.
- Zapewnij dziecko, że nie będziesz przesadzać z reakcjami; że starasz się po prostu je chronić.
- Zapewnij dziecko, że interesujesz się jego życiem – w internecie i w świecie rzeczywistym.
- Podkreśl, że rozumiesz, że dziecko będzie korzystało z internetu w celach szkolnych lub podczas rozmów z przyjaciółmi.
- Poproś dziecko, by Ci pokazało, co najbardziej lubi robić online i aplikacje, z których korzysta, żebyś i Ty mógł(-ogła) je poznać i zrozumieć.
- Prowadź rozmowę w tonie pozytywnym; jednocześnie mów otwarcie o wszystkim, co Cię niepokoi. Możesz powiedzieć „*Ta strona mi się bardzo podoba*”, albo „*Trochę mnie martwią rzeczy, które widziałem(-am) na tej stronie*”.
- Zapytaj dziecko, czy coś je w internecie zaniepokoiło. Zapewnij je, że zawsze może przyjść i porozmawiać. Zapytaj o znajomych dziecka w internecie i o ich tożsamość.
- Zapytaj dziecko, co jego zdaniem jest odpowiednie dla dzieci w poszczególnych grupach wiekowych – spraw, by dziecko czuło się częścią procesu decyzyjnego.

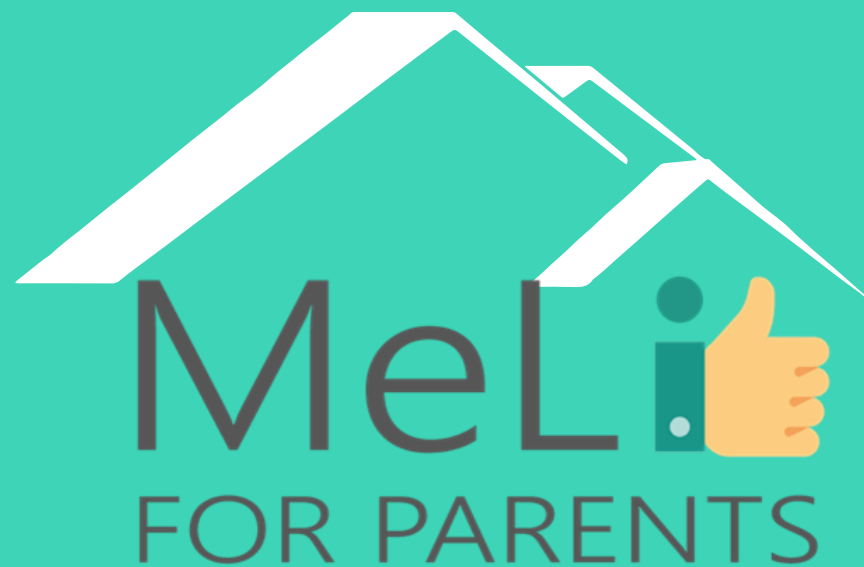


Kilka wskazówek, które warto przekazać dziecku:

- Sprawdź źródło informacji: sprawdź nagłówek strony internetowej i jej adres – czy wygląda na wiarygodny? Niektóre strony celowo zmieniają wygląd i grafikę, by użytkownicy wierzyli w ich autentyczność.
- Szukaj materiału dowodowego: jeżeli dana wiadomość pojawia się wyłącznie na stronach, o których nigdy nie słyszałeś(-aś), może nie być prawdziwa.
- Zapoznaj się szczegółowo z treścią artykułu. Zadaj sobie pytanie, czy sprawia wrażenie rzetelnego. Przemyśl ewentualną motywację publikowania określonych treści. Skonsultuj się z kimś, komu ufasz.

FAKE NEWSY: NAUCZ SIĘ JE ROZPOZNAWAĆ I NIGDY ICH NIE ROZPOWSZECHNIAJ!

- Fałszywe informacje (tzw. *fake newsy*) to w internecie codzienność. Osoby pozbawione skrupułów opanowały wyrafinowane techniki sprawiania, by nieprawdziwe informacje wydawały się prawdziwe. Należy zawsze zachowywać daleko idącą ostrożność – dotyczy to szczególnie osób pozbawionych doświadczenia, naiwnych i podatnych na wpływ z zewnątrz.
- W związku z powyższym trzeba poświęcać wiele uwagi metodom rozpoznawania *fake newsów* i unikać ich rozpowszechniania wśród znajomych. Jeżeli damy się wciągnąć w pułapkę, staniemy się współwinni tworzenia treści cyfrowych zanieczyszczających internet i sprawiających, że staje się on nierzetelnym źródłem.



<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ



Źródła

- Fran C. Blumberg, Patricia J. Brooks and others – *Rozwój poznawczy w kontekstach cyfrowych*, 2017 (wyłącznie wersja angielska)
- <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17482798.2019.1701056>
- <http://www.unesco.org/new/en/communication-and-information/media-development/media-literacy/mil-as-composite-concept/>
- <https://oese.ed.gov/files/2019/10/corporationforpublicbroadcastingNAR.pdf>

Źródła

- Tracey Burns, Francesca Gottschalk – *Badania edukacyjne a innowacyjność. Oświata dla dzieci XXI wieku. Dobrostan emocjonalny w erze cyfrowej*, 2019 (wyłącznie wersja angielska)
- <https://core.ac.uk/reader/95734>
- Jon Brown – *Zagrożenia dla dzieci w internecie: siła wpływu, ochrona, prewencja*, 2017 (wyłącznie wersja angielska)
- <https://www.net-aware.org.uk/>
- <https://www.nspcc.org.uk/>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



MeLi
FOR PARENTS

Media cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa B.1.1 Budowanie komunikacji i zaufania



Spis treści

Celem niniejszej jednostki szkoleniowej jest

udzielenie rodzicom i opiekunom wsparcia w procesie nabywania podstawowej wiedzy na temat różnych postaw rodzicielskich, zasad komunikacji i działań służących budowaniu zaufania stanowiących podstawę dowolnej działalności edukacyjnej, szczególnie (lecz nie tylko) w obszarze mediów. Uczestnikom zostaną przedstawione ogólne informacje na temat plusów i minusów związanych z poszczególnymi postawami, oraz korzystania z właściwego języka wypowiedzi i doboru terminologii..

01

Postawy rodzicielskie

02

Style i wymiary komunikacji

03

Zasady prowadzenia
rozmowy (reguły
konwersacyjne)

04

Kultura dialogu



MeLi 
FOR PARENTS



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS

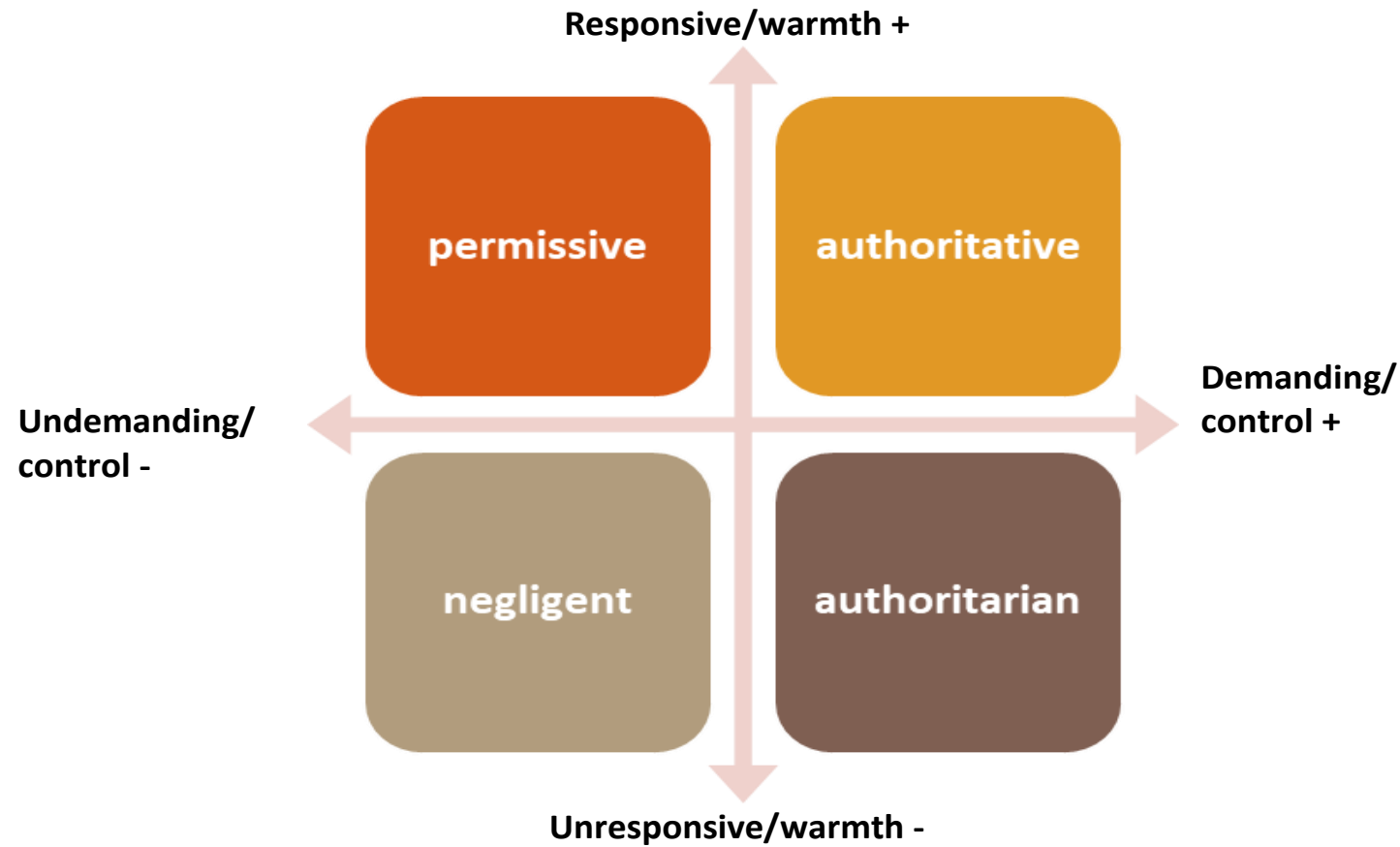
W tej części jednostki
szkoleniowej
zaprezentujemy cztery
postawy rodzicielskie, wraz z
ich ekspresją pod kątem
zachowań dzieci w
internecie.

B.1.1.1 **Postawy** **rodzicielskie**

Czym są postawy rodzicielskie?

Mianem postaw rodzicielskich określa się ogólne wzorce charakteru interakcji rodzicielskiej z dzieckiem, które sklasyfikowano według wymiarów kontroli rodzicielskiej (tj. nadzoru, oczekiwań, obowiązujących zasad) i ciepła rodzicielskiego (tj. responsywności i wsparcia). Na podstawie połączenia wymienionych wymiarów opracowano poniższe schematy:

Cztery postawy rodzicielskie:



Opis postaw rodzicielskich



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS

Rodzice permissywni

- działają afirmacyjnie, nie stosują kar, są akceptujący
- zachęcają dziecko do samokontroli bez wprowadzania zasad
- unikają stosowania kontroli i siły

Rodzice asertywni

- reagują na potrzeby dziecka i zachęcają do dialogu w sprawach spornych
- kształtując działania dziecka, opierają się na zdrowym rozsądku i sile z odwołaniem do konkretnych tematów
- zachęcają do komunikacji werbalnej

Postawy
rodzicielskie

Rodzice zaniedbujący

- są niezaangażowani, często nieobecni
- Zaspokajają podstawowe problemy dziecka, lecz niechętnie angażują się głębiej
- mają zerowe lub niskie oczekiwania wobec dziecka i rzadko się z nim komunikują

Rodzice autorytarni

- wymuszają posłuszeństwo w oparciu o kontrolę i siłę
- stosują standardowy zestaw zasad, których dziecko ma bezdyskusyjnie przestrzegać
- dążą do utrzymania porządku i tradycyjnych struktur

Postawy rodzicielskie – internet



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS

Rodzice permissywni

- nie stosują zasad ani ograniczeń w obszarze dostępu dziecka do internetu
- pozwalają dziecku na samokontrolę pod względem zachowań i aktywności w internecie

Rodzice asertywni

- wprowadzają zasady dotyczące aktywności dziecka w internecie
- monitorują aktywność dziecka w internecie
- korygują zachowania niewłaściwe i
- nagradzają zachowania właściwe

Postawy rodzicielskie – internet

Rodzice zaniedbujący

- nie są responsywni ani wymagający w obszarze dostępu dziecka do internetu
- wykazują ograniczone zaangażowanie w obszarze korzystania przez dziecko z internetu, nie monitorują zachowań dziecka online

Rodzice autorytarni

- są mało elastyczni; wprowadzają ścisłe zasady korzystania przez dziecko z internetu
- nie uwzględniają możliwości uczestniczenia przez dziecko w decyzjach związanych z aktywnością online



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS

W tej części jednostki
szkoleniowej dowiemy
się, czym jest
komunikacja i omówimy
cztery wymiary
komunikacji.

B.1.1.2 Wymiary komunikacji

Czym jest komunikacja?

- Słowo „komunikacja” pochodzi od dwóch wyrażeń łacińskich: *communis* – wspólnie oraz *agere* – robić coś lub przedsięwziąć; można je zatem interpretować jako „robienie (czegoś) wspólnie” => *communicare*.
 - Aby nauczyć się robienia czegoś wspólnie, musimy się nawzajem rozumieć.
 - Wymaga to różnorodnych form wypowiedania się; dzięki odpowiedniej komunikacji sprawiamy, że inni zaczynają rozumieć nas, a my – ich.
- Komunikację można zatem zdefiniować jako dwukierunkowy proces przekazywania komunikatu (lub komunikatów), połączony ze świadomym wysiłkiem na rzecz zrozumienia intencji drugiej strony.



Wymiary komunikacji

Wymiar werbalny

Korzystanie ze słów, z języka, podczas wypowiedzi (słownej), również w formie pisemnej

Wymiar niewerbalny

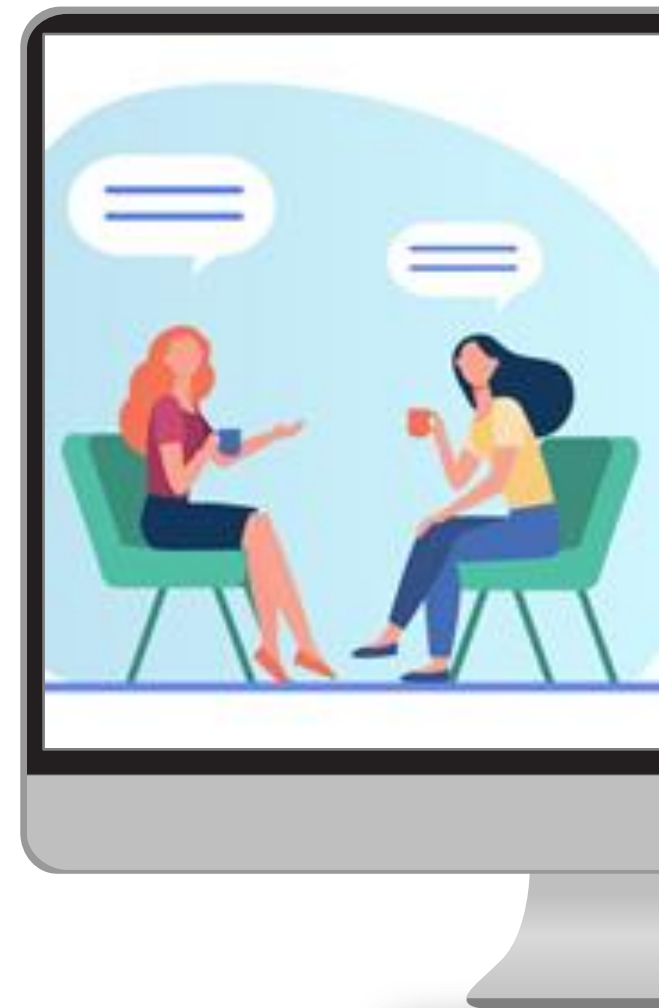
Mimika, gesty, postawa ciała, spojrzenie

Wymiar parawerbalny

Ton i natężenie głosu

Wymiar pozawerbalny

Oświetlenie, inne głosy i dźwięki, temperatura i inne czynniki zewnętrzne





Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS

W tej części jednostki
szkoleniowej wyjaśnimy
cztery style komunikacji
w kontekście
przedstawionych postaw
rodzicielskich.

B.1.1.3 Style komunikacji

Czym są style komunikacji?

Mianem stylów komunikacji określamy szeroko pojęte sposoby (wzorce i przyzwyczajenia) komunikowania się z innymi. Zrozumienie poszczególnych stylów komunikacji może radykalnie podnieść jakość nawiązywanych relacji, ponieważ poziom umiejętności radzenia sobie z trudnymi rozmowami zależy bezpośrednio od umiejętności porozumiewania się z innymi – a budowanie istotnych relacji jest zasadniczym elementem sukcesu w każdym obszarze życia.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Style komunikacji



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Osoby bazujące na komunikacji pasywnej:

- mają trudności z utrzymaniem kontaktu wzrokowego
- nie umieją mówić „nie”
- kierują się nastawieniem „płynę z prądem”
- mają nieprawidłową postawę ciała

Osoby bazujące na komunikacji pasywno-agresywnej:

- często bywają sarkastyczne
- wypowiadają się w sposób sprzeczny ze sposobem działania
- mają wyraz twarzy zaprzeczający wypowiedziom
- mają trudności z uznawaniem emocji (własnych i cudzych)

Osoby bazujące na komunikacji agresywnej:

- wypowiadają się w sposób świadczący o poczuciu wyższości
- często przerywają innym, są słabymi słuchaczami
- są kontrolujące lub wymagające
- wypowiadają się w sposób oskarżycielski
- wpatrują się w rozmówcę intensywnie lub z irytacją
- marszczą brwi
- krytykują/ zastraszają rozmówców lub im grożą

Osoby bazujące na komunikacji asertywnej:

- umieją w pewny sposób wyrażać pragnienia i potrzeby
- zachęcają do wyważonych rozmów, zapewniających obu stronom możliwość wypowiedzi
- posługują się komunikatami w pierwszej osobie (np. „czuję się sfrustrowany, gdy”)
 - umieją mówić „nie”
 - utrzymują kontakt wzrokowy



Przykładowe zwroty

agresywne

„Robimy jak ja chcę, albo wcale.”
„Mam rację, a ty nie.”
„Bo ja tak mówię.”
„Należy mi się.”

pasywne

„To nie ma większego znaczenia.”
„Najbardziej zależy mi na tym, żeby wszyscy się dogadywali.”

pasywno- agresywne

„Dobra, wszystko jedno.”

Po niegrzecznej, sarkastycznej lub krzywdzącej wypowiedzi:
„Żartowałem.”

asertywne

„Jestem odpowiedzialny za własne poczucie szczęścia.”
„Szanuję potrzeby i opinie innych.”
„Wszyscy mamy prawo do wypowiedzenia się z szacunkiem i szczerze.”

MeLi 
FOR PARENTS

W tej części jednostki
szkoleniowej
przedstawimy cztery
reguły konwersacyjne
Grice'a.

B.1.1.4
Zasady
prowadzenia
rozmowy
(reguły
konwersacyjne)

Reguły konwersacyjne

Maksyma ilości i momentu

Dobór właściwego momentu zwiększa prawdopodobieństwo pożądanego odbioru komunikatu.

Maksyma sposobu

Komunikat pozbawiony wieloznaczności. Jasno wyrażone komunikaty ułatwiają ich zrozumienie.

Maksyma odniesienia

Komunikat istotny dla odbiorcy podnosi poziom akceptacji jego treści.

Maksyma jakości

Należy przekazywać wyłącznie informacje istotne i prawdziwe.



Kultura dialogu

MeLi
FOR PARENTS

 Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



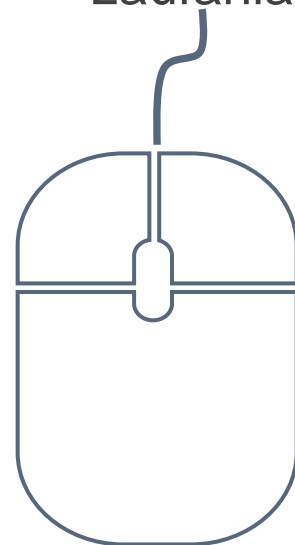
Podsumowanie

W ramach niniejszej jednostki szkoleniowej omówiliśmy
wpływ różnorodnych czynników na komunikację i proces budowania
zaufania:


Postawy rodzicielskie
w jaki sposób
działamy




Formy komunikacji
w jaki sposób
się
wypowiadamy
i wyrażamy




Kultura dialogu




Style komunikacji
w jaki sposób się
wypowiadamy i
wyrażamy




Reguły konwersacyjne
jakimi
zasadami się
posługujemy

Materiał do przemysleń



Postawy rodzicielskie

Jaką postawę rodzicielską reprezentujesz? Który opis pasuje do Twoich najczęstszych zachowań?



Style komunikacji

Jak wygląda Twoja interakcja z dzieckiem? Który z przedstawionych stylów komunikacji najlepiej ją opisuje?



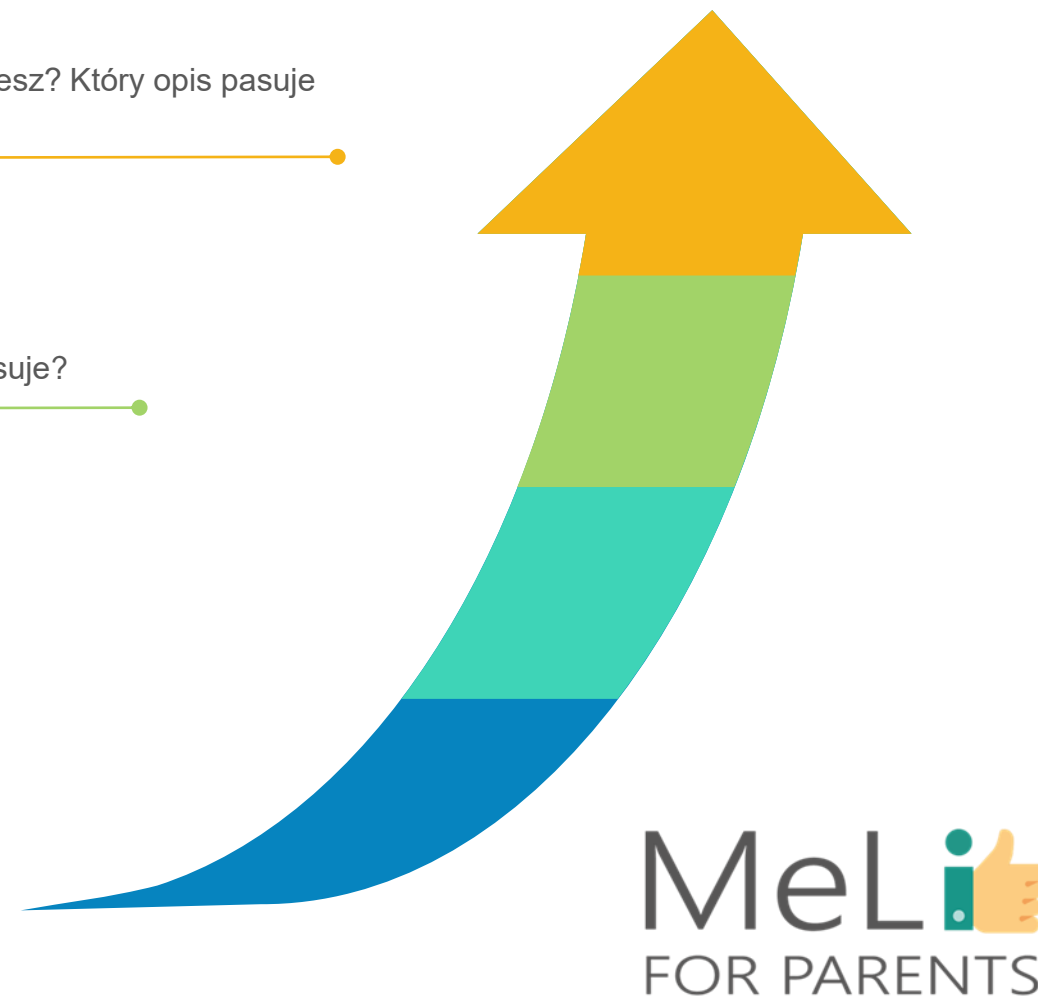
Formy komunikacji

Czy jesteś świadomy(-a) znaczenia czynników „zewnętrznych” prowadzenia rozmów – na przykład pod względem miejsca, w którym je prowadzisz (miejsce ciche lub głośne)? Jak sądzisz – w jakim stopniu może to decydować o przebiegu rozmowy?



Reguły konwersacyjne

W jaki sposób upewniasz się, czy Twój komunikat dotarł do adresata? Czy wypracowałeś(-aś) szczególne metody bardziej skutecznego porozumienia się z dzieckiem?



Źródła

<http://handbook.parentnets.com/en/index.html>

❖ <http://globalkidsonline.net/>

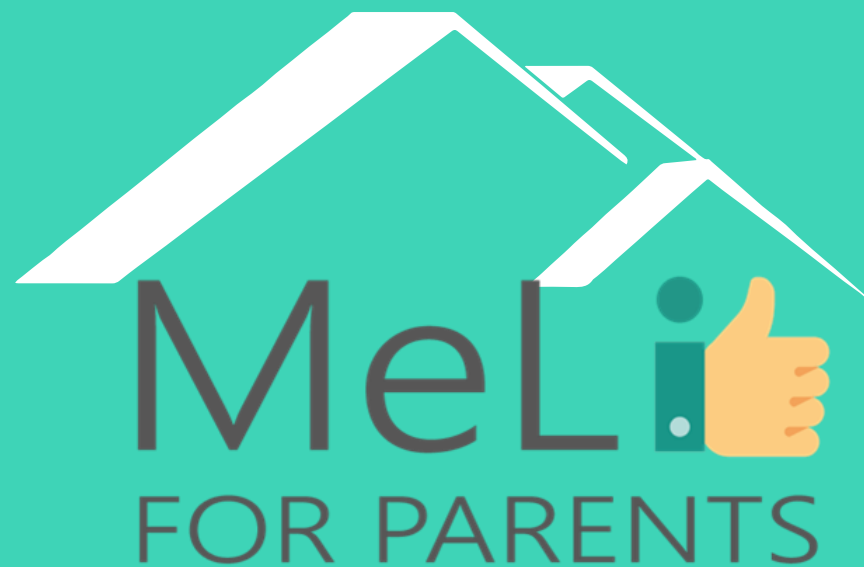
❖ <https://www.parentingscience.com/parenting-styles.html>

❖ <https://www.verywellfamily.com/types-of-parenting-styles-1095045>

❖ <https://www.parentingforbrain.com/4-baumrind-parenting-styles/>

❖ <https://www.yourarticlelibrary.com/management/communication/7-principles-of-communication-explained/53333>

❖ <https://soulsalt.com/communication-style/>



<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ





MeLi 
FOR PARENTS

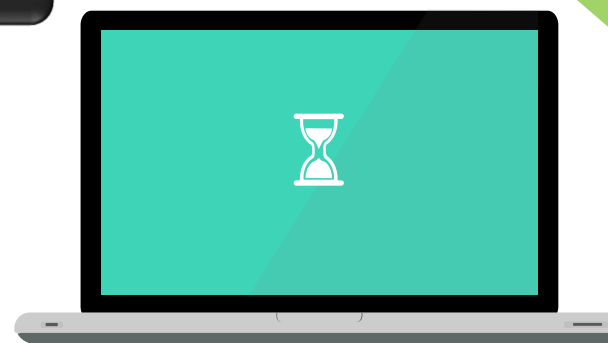
Edukacja medialna dla rodziców

B.1.4: Narzędzia kontroli rodzicielskiej



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi 
FOR PARENTS



B.1.1. Rodzinne zasady ekranowe

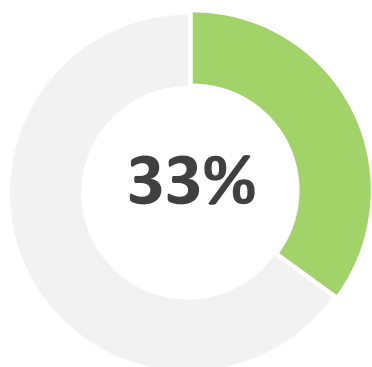


Zakaz nie jest rozwiązaniem!

Dzieci nie są świadome zagrożeń czyhających w Sieci.
Dlatego ważna jest **rozmowa z dzieckiem i jego ochrona.**

Rozwiązaniem nie jest zakaz dostępu do urządzeń mobilnych; może spowodować agresję i ograniczenie kontaktu z rówieśnikami.

Rodzice powinni być razem z dziećmi w świecie wirtualnym,
towarzyszyć im tak samo online jak offline.



Dzieci i młodzież poniżej 18 roku życia to **jedna trzecia wszystkich użytkowników Sieci na świecie.**

Liczba dzieci korzystająca z Internetu rośnie, spada też wiek, w którym dzieci zaczynają przygodę z urządzeniami ekranowymi.

Statystyki

7 godz.
22 min

6 godz.
12 min



Nastolatki w Australii (13-18 lat)
spędzają tygodniowo przed
komputerem 43.6 godziny
(6.2 godz. dziennie)

Średni dzienny czas ekranowy w USA
wynosi 7 godz. 22 min, z wyłączeniem
zadań domowych





Skutki pandemii



W okresie pandemii **49%** dzieci spędza ponad 6 godzin dziennie w Internecie, w porównaniu do **8%** przed pandemią. Najpopularniejsze aplikacje używane przez dzieci to **YouTube, Netflix i TikTok.**



Czas ekranowy dla dzieci w różnym wieku

Czas ekranowy wpływa na to, jak dziecko funkcjonuje. Ważne, **by wszyscy członkowie rodziny mieli nałożone limity.**

- **Dzieci do 2 roku życia nie powinny mieć dostępu do urządzeń elektronicznych.**
Potrzebują za to: **kontaktu z rodzicem, ruchu wspierającego rozwój fizyczny i nerwowy, snu.**

Limity

2-5 lat

1 godz. dziennie;
tylko w obecności
rodziców i z
przewagą relacji
bezpośrednich

6-12 lat

2 godz. dziennie;
rodzice powinni
spędzać czas z
dzieckiem online i
tłumaczyć, z czym
można się
zetrząć w Sieci

13 lat i więcej

ok. 2 godz. dziennie;
rodzice powinni
interesować się, co
dziecko robi w Sieci i
zachęcać je do
dobrego wykorzystania
nowych technologii

Czynniki sprzyjające nadużywaniu mediów:

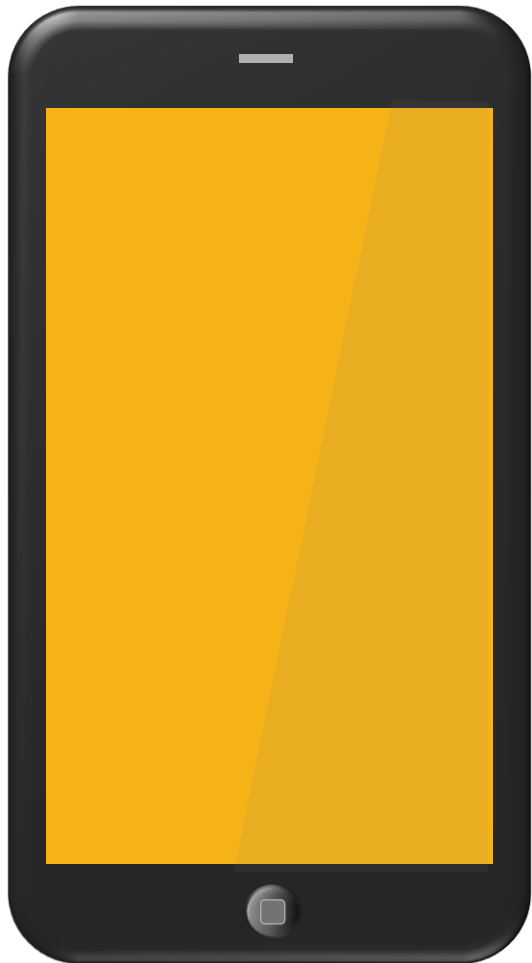
- niekontrolowana „inicjacja cyfrowa”
- brak limitów dostępu do Internetu/do urządzeń mobilnych
- nadaktywność na portalach społecznościowych
- brak hobby, nuda
- brak edukacji cyfrowej w szkole i w domu
- złe relacje rodzinne



Czas na przerwę



Zasady ekranowe – co to takiego?



Zbiór reguł określających sposób używania urządzeń mobilnych przez dzieci i ich rodziców, które wyznaczają granice i ramy korzystania z sieci w domu.

Zasady ekranowe – jak zacząć?

- Rodzice powinni być zgodni i przekazywać **takie same komunikaty**.
- Nie warto odkładać rozmowy nt. zasad. Wybierz **przyjazny czas i miejsce**.
- Zacznij od najprostszycz działań, na które dziecko zareagowało pozytywnie.
- Jeśli w domu wychowują się dzieci w różnym wieku, zaakcentuj **zróżnicowanie zasad**.



Zasady ekranowe – jak zacząć?

- Możesz zaproponować dziecku wybór dnia, od kiedy nowe zasady będą obowiązywać – **nie dalej niż tydzień od rozmowy.**
- Podaj **konkretne zasady**, np. 1 godzina dziennie
- **Zapisz zasady na kartce** (mogą być rysunki, plansze z symbolami itp.) i zawieś je w widocznym miejscu.



Twoja inicjatywa



- Poszukaj informacji o **aplikacjach dostępnych dla dzieci** i zachowaniach właściwych dla ich wieku
- Używaj technologii do **sprawdzania filmów/gier/aplikacji** używanych przez Twoje dziecko/dzieci
- Poszukaj **aplikacji edukacyjnych** i poleć je swojemu dziecku/dzieciom. Obejrzyj strony przyjazne dzieciom.



Obserwuj i reaguj

Chroniąc dziecko:



- **Pozwól mu robić błędy, oferuj pomoc.**
- Obserwuj, co się dzieje i **reaguj**, gdy podejrzewasz, że zostało oszukane w Sieci
- Jeśli trzeba, umów **wizytę ze specjalistą/terapeutą**



Ograniczenia



- Nie pozwól używać urządzeń ekranowych **na godzinę przed snem.**
- Zachęcaj, by w czasie rozwiązywania zadań domowych dziecko **nie korzystało z mediów społecznościowych.**



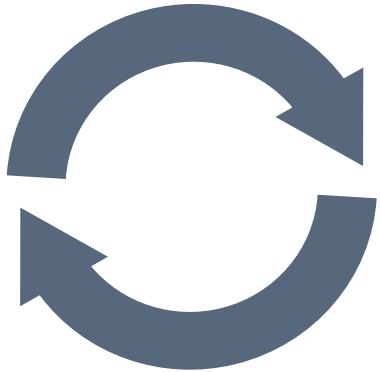
Ograniczenia



- Stwórz **spersonalizowane zasady ekranowe** odpowiednie dla Twojej rodziny – Waszych wartości i stylu wychowania.
- Nie używaj technologii jako jedyne go sposobu na wyciszenie dziecka. Ucz je uspokajania oddechu, dzielenia się emocjami, koncentracji na problemie.



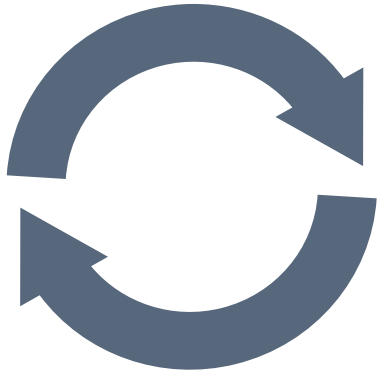
Komunikacja



- Pamiętaj o **komunikacji twarzą w twarz**. Małe dzieci najlepiej uczą się poprzez rozmowy w dwukierunkowej komunikacji.
- Rozmawiaj z dzieckiem o zasadach bezpieczeństwa w Sieci i o zagrożeniach takich jak **cyberbullying** czy **sexting**.
- Mów o zasadach ekranowych całej rodzinie, by **wszyscy stosowali wyznaczone reguły**.



Komunikacja



- Te same zasady stosuj offline i online: **poznaj kolegów swojego dziecka w Sieci.**
- Pytaj, na jakie strony wchodzi i **co je interesuje w Internecie.**
- Nie ograniczaj się do obserwacji, **baw się dobrze z dzieckiem w Sieci**, oglądaj z nim filmy, graj w gry.

Aktywność życiowa



- **Planuj rodzinny czas offline.**
- **Zachęcaj dziecko do zdrowego trybu życia, czytania, rozmów, spacerów.**
- **Stwórz strefy bez ekranu, jak sypialnia czy jadalnia. Określ jedno miejsce ładowania urządzeń mobilnych.**

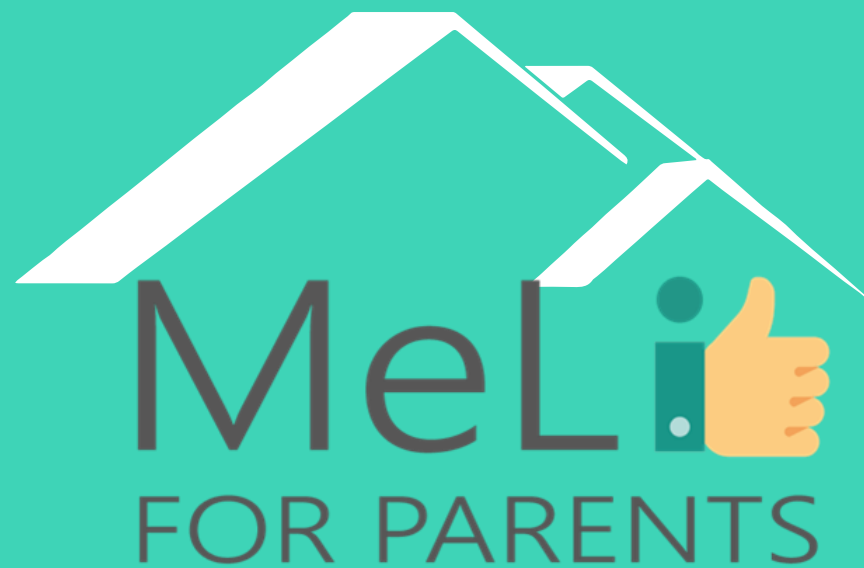
Aktywność życiowa



- **Wyłączaj urządzenia**, gdy są nieużywane. Ich działanie w tle może rozpraszać dziecko.
- **Nie ulegaj presji** jak najszybszego zaznajamiania dziecka z nowymi technologiami. Dzieci szybko się uczą.
- **Bądź wzorem dla dziecka** – ograniczaj własny czas ekranowy.

Czas na pytania





<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY



Źródła

❖ *“Children in a Digital World”,*
United Nations Children’s Fund
(UNICEF), December 2017

❖ *“Technology and teenagers”*

<https://parents.au.reachout.com/skills-to-build/wellbeing/technology-and-teenagers>

❖ *“What do we really know about kids and screens?”*

<https://www.apa.org/monitor/2020/04/cover-kids-screens>

❖ *Parents Alarmed As Kids’ Screen Time Skyrockets During COVID-19 Crisis—Here’s What You Can Do*

<https://parents-together.org/parents-alarmed-as-kids-screen-time-skyrockets-during-covid-19-crisis-heres-what-you-can-do/>

Pytania samosprawdzające

1. Dla dzieci poniżej 2 roku życia:

- a) zaleca się nieużywanie żadnych urządzeń ekranowych
- b) zaleca się używanie urządzeń ekranowych nie dłużej niż 1 godzinę dziennie
- c) zaleca się używanie urządzeń ekranowych nie dłużej niż 1,5 godziny dziennie
- d) zaleca się używanie urządzeń ekranowych nie dłużej niż 2 godziny dziennie
- e) zaleca się używanie urządzeń ekranowych nie dłużej niż 3 godziny dziennie

2. Dla dzieci w wieku 2-5 lat:

- a) zaleca się nieużywanie żadnych urządzeń ekranowych
- b) zaleca się używanie urządzeń ekranowych nie dłużej niż 1 godzinę dziennie
- c) zaleca się używanie urządzeń ekranowych nie dłużej niż 1,5 godziny dziennie
- d) zaleca się używanie urządzeń ekranowych nie dłużej niż 2 godziny dziennie
- e) zaleca się używanie urządzeń ekranowych nie dłużej niż 3 godziny dziennie

Pytania samosprawdzające

3. Dla dzieci w wieku 6-12 lat:

- a) zaleca się nieużywanie żadnych urządzeń ekranowych
- b) zaleca się używanie urządzeń ekranowych nie dłużej niż 1 godzinę dziennie
- c) zaleca się używanie urządzeń ekranowych nie dłużej niż 1,5 godziny dziennie
- d) zaleca się używanie urządzeń ekranowych nie dłużej niż 2 godziny dziennie
- e) zaleca się używanie urządzeń ekranowych nie dłużej niż 3 godziny dziennie

4. Zasady ekranowe

- a) to zbiór zasad określających sposób używania urządzeń ekranowych przez dzieci i rodziców
- b) wyjaśniają, jak używać urządzenia ekranowe
- c) określają limity przeglądania Internetu w domu
- d) powinny być dostosowane do wieku i potrzeb dziecka
- e) a, c i d są prawdziwe

Pytania samosprawdzające

5. Przed rozmową na temat zasad ekranowych

- a) nie rób żadnych przygotowań, zacznij konwersację, gdy masz na to ochotę
- b) rodzice powinni wspólnie ustalić najważniejsze sprawy, żeby wysyłać spójny komunikat
- c) skup się tylko na treści rozmowy (odpowiedni czas i dobra atmosfera nie są ważne)
- d) nie zapomnij podkreślić, że wszystkie zasady będą identyczne dla każdego członka rodziny
- e) bądź gotów na wyjaśnienie, że zasady ekranowe dotyczą tylko dzieci

6. Określając ramy czasu ekranowego

- a) planuj rodzinny czas offline
- b) nigdy nie pozwalaj na używanie urządzeń ekranowych później niż godzinę przed snem
- c) poddaj się presji zapoznania dziecka z nowymi technologiami najwcześniej jak to możliwe
- d) żadna odpowiedź nie jest poprawna
- e) a i b są poprawne

Pytania samosprawdzające

7. Gdy zasady ekranowe zostaną określone

- a) bądź wzorem dla swojego dziecka; ogranicz własny czas ekranowy, ucz dziecko o komunikacji online
- b) porozmawiaj z resztą rodziny (zwłaszcza z osobami, które czasem opiekują się Twoimi dziećmi) o zasadach ekranowych panujących w Twoim domu
- c) czas w Internecie nie musi być spędzany samotnie; baw się ze swoim dzieckiem, oglądając filmy, grając w gry komputerowe
- d) nie używaj technologii jako jedynej i najważniejszej metody wyciszenia dziecka
- e) wszystkie powyższe są poprawne

8. Jakie czynniki sprzyjają nadużywaniu mediów przez nieletnich?

- a) niekontrolowana „inicjacja cyfrowa”
- b) dobre relacje rodzinne
- c) ograniczanie dostępu do Internetu/urządzeń mobilnych
- d) brak hobby, nuda
- e) a i d są poprawne

The logo for 'MeLi FOR PARENTS' is centered within a white house-shaped outline with a teal border. The text 'MeLi' is in a large, dark grey font, with the 'i' in 'Li' replaced by a teal dot and a thumbs-up icon. Below it, 'FOR PARENTS' is written in a smaller, dark grey font. The background features a yellow silhouette of a city skyline.

MeLi
FOR PARENTS

Kompetencje cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa B.1.2: Podstawy cyberbezpieczeństwa



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Spis treści

Podstawy cyberbezpieczeństwa

W ramach niniejszej jednostki szkoleniowej uczestnikom zostaną przedstawione podstawy cyberbezpieczeństwa podczas korzystania z komputerów, smartfonów i tabletów; celem modułu jest również zwiększenie świadomości znaczenia właściwych narzędzi i technik zabezpieczeń.

**A**

Bezpieczeństwo kont

1. Dlaczego silne hasła są ważne
2. Ustawianie silnych haseł

B

Programy antywirusowe i zabezpieczające przed złośliwym oprogramowaniem

1. Dlaczego zabezpieczenia są ważne
2. Zapora sieciowa (*Firewall*)
3. Źródła oprogramowania antywirusowego

C

Aktualizacje systemu operacyjnego

1. Dlaczego należy aktualizować system
2. Gdzie szukać informacji o aktualizacji

MeLi 
FOR PARENTS



B.1.2.A

Bezpieczeństwo
kont

A. Bezpieczeństwo kont



Dlaczego silne hasła są ważne

Jak wiemy, internet stał się dla większości z nas bardzo ważną częścią życia codziennego. Służy do komunikacji, obsługi transakcji kupna i sprzedaży, rozrywki, nauki i kontaktów towarzyskich.

By móc korzystać z większości (lub wszystkich) wymienionych funkcji, zakładamy konta **zawierające nasze dane i zapewniające obsługę powyższych funkcjonalności.**

W wypadku wielu usług zdarza nam się korzystać z tego samego konta (zwykle jest to konto Google); oznacza to, że dostęp do wielu serwisów jest zabezpieczony tym samym hasłem.

W związku z tym jest oczywiste, dlaczego wszystkie konta muszą być zabezpieczone silnym hasłem.



Wskazówki – jak ustawić silne hasło

Unikaj pospolitych słów

Ustawiając hasło, wiele osób wybiera takie słowa, jak *default* (*domyślne*), *blank*, a nawet *password* (*hasło*). Wszystkie są bardzo łatwe do odgadnięcia – lepiej unikać sztampy.

Unikaj danych osobowych

Nazwiska i daty urodzenia też są bardzo częstym i równie nieskutecznym wyborem. Są łatwe do odgadnięcia nawet dla nieznajomych – nasze podstawowe dane (imię, nazwisko, datę urodzenia) można dzisiaj znaleźć w mediach społecznościowych.



Wskazówki – jak ustawić silne hasło

Wybieraj długie hasła

Jako że do cyberataków są m.in. używane komputery wypróbowujące ciągi znaków, by włamać się na dane konto, im więcej znaków w Twoim hasle, tym lepiej – tym trudniej będzie komputerowi je złamać.

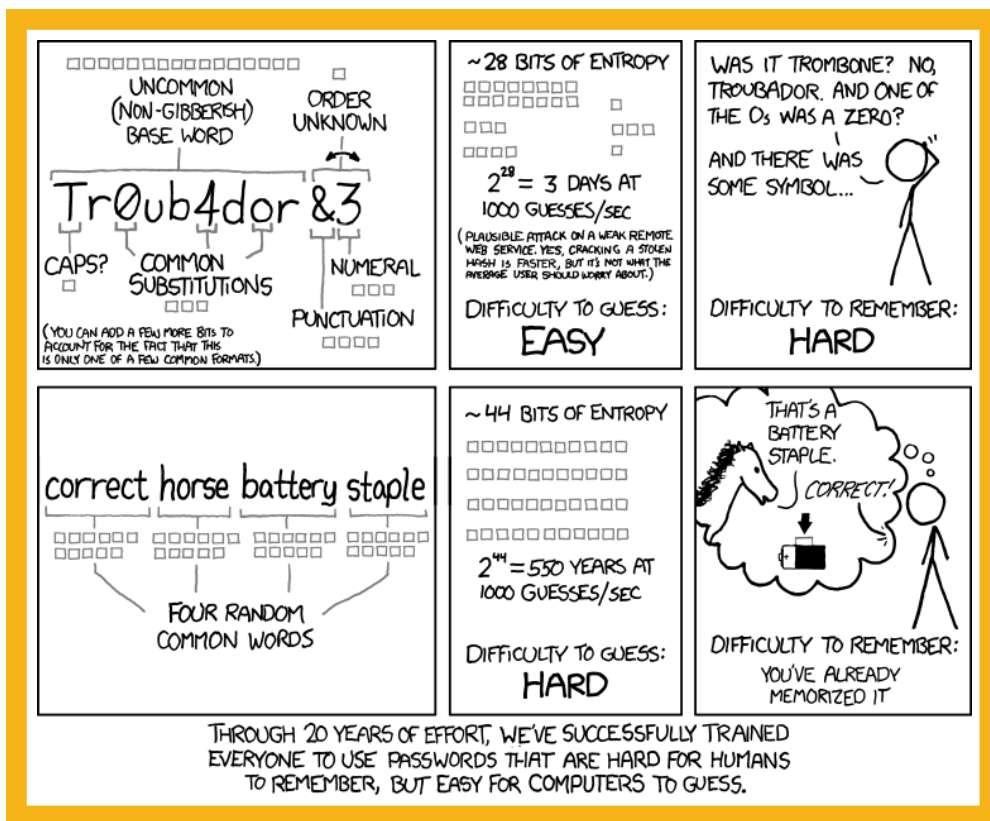
Nie korzystaj z tego samego hasła, zabezpieczając różne konta

Każde konto należy zabezpieczyć innym hasłem: nawet jeżeli ktoś na przykład odgadnie Twoje hasło do Facebooka, nie będzie mógł z niego skorzystać, by włamać się na Twój rachunek bankowy.



Metoda *Passphrase* / *Diceware*

- Metoda polega na odrzuceniu zwyczajowych porad – np. by zastąpić litery w wybranym słowie-haśle symbolami lub cyframi. W zamian zaleca się korzystanie z **ciągu wybranych losowo, autentycznych słów** (*passphrase* – fraza, zwrot pełniące funkcję hasła; znana jest również nazwa „*hasło pomocnicze*”).
- Kluczowym elementem jest zwrot „**WYBRANYCH LOSOWO**”. By osiągnąć odpowiedni poziom losowości, na podstawie mechanizmu Diceware opracowano listę tzw. Słów Diceware (*Dice* – kości do gry, metoda odwołuje się do rzutu kością), gdzie każdemu słowu przypisano liczbę pięciocyfrową. Poszczególne elementy liczby obejmują cyfry od 1 do 5: koncepcja polega na tym, by pięciokrotnie rzucić kością, by wygenerować jedno słowo stanowiące część hasła. Zaleca się korzystanie przynajmniej z 6 słów zawierających przynajmniej 17 znaków bez spacji ogółem.
- By skorzystać z metody hasła pomocniczego można również sięgnąć po metodę tradycyjną, *oldschoolową*: otworzyć dowolny słownik losowo sześć razy i z każdej strony wybrać po jednym słowie do ciągu stanowiącego hasło.



Komiks z lewej strony slajdu (autor: XKCD) ilustruje skuteczność opisaney metody.

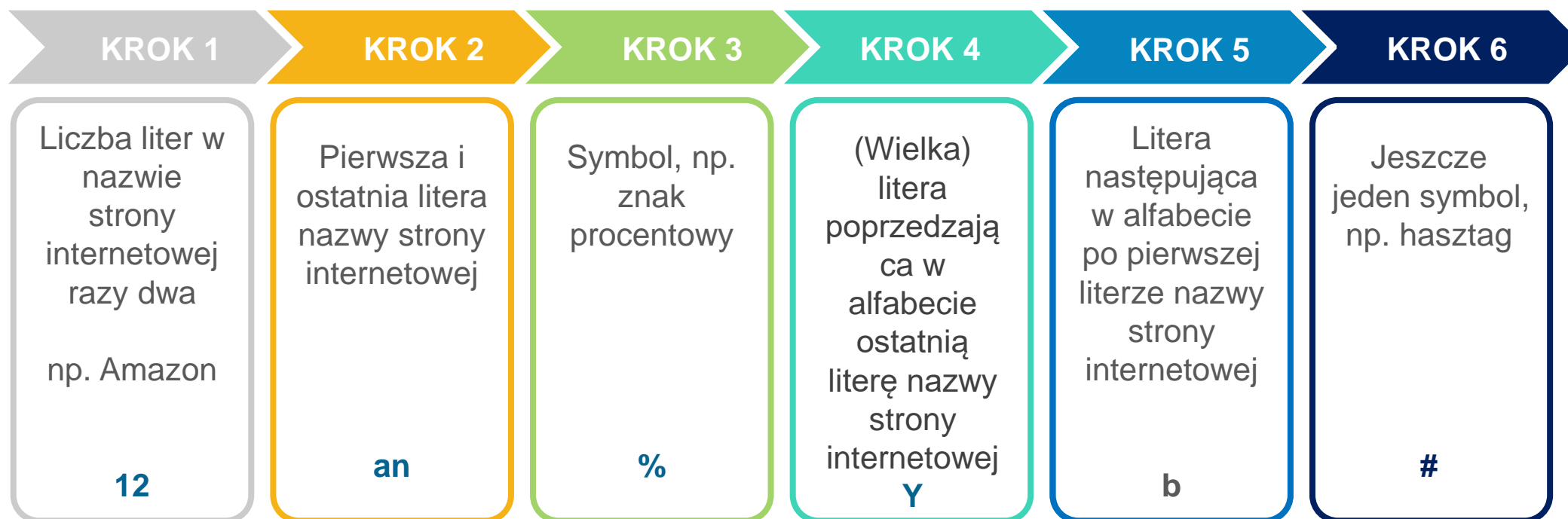


Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS

Wzory

Jedną z metod tworzenia złożonych haseł zawierających małe i wielkie litery, cyfry i symbole jest wygenerowanie wzoru lub zestawu zasad tworzenia haseł, dzięki którym nie będziemy zmuszeni do zapamiętywania poszczególnych haseł. Musimy jedynie zapamiętać mechanizm, którym się posłużyliśmy. Poniżej podano przykład generujący hasło **12an%Yb#**:



Inne sposoby na silne hasło



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Zwroty zawierające skróty myślowe w postaci kodów lub akronimów

Korzystaj ze znanych zakodowanych fraz. Jeżeli jesteś w stanie skojarzyć frazę ze stroną internetową – tym lepiej. Przykłady:

- **14A&A41dumaS** (*jeden za wszystkich, wszyscy za jednego – „Trzej Muszkieterowie”, Dumas*)
- **2BorNot2B_ThatIsThe?** (*być albo nie być, oto jest pytanie – „Hamlet”, Szekspir*)



Hasła zawierające wspólne elementy, dopasowane oddzielnie dla każdego serwisu internetowego

W tym wypadku mamy do czynienia ze spójnym mechanizmem – część hasła jest stała, a resztę jesteśmy w stanie zapamiętać dzięki nazwie strony.

- **ABT2_uz_AMZ!** (*About to use Amazon – zaraz zrobię zakupy w Amazonie*)
- **ABT2_uz_BoA!** (*About to use Bank of America – zaraz wejdę na rachunek w Bank of America*)



Baw się klawiaturą

Potraktuj klawiaturę jak deskę kreślarską. Przyciskaj klawisze według określonego wzoru, by ustawić hasło. Na przykład **1Qsxdrgnk00** to hasło powstałe z kształtu wielkiej litery W na klawiaturze.



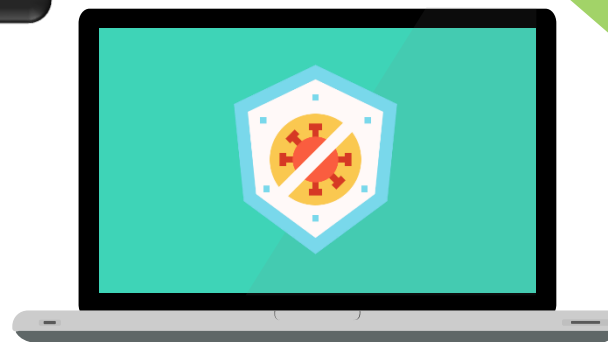
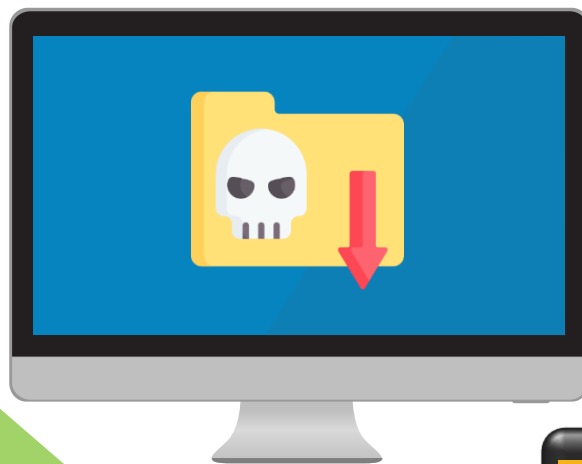
MeLi
FOR PARENTS

Korzystaj z generatorów haseł losowych

Istnieje szereg narzędzi internetowych służących do tworzenia długich haseł dowolnego przeznaczenia, na przykład darmowy [Avast Random Password Generator](#), umożliwiający wybór rodzajów znaków, które chcemy zawrzeć w hasle (wielkie i małe litery, cyfry, symbole).



MeLi 
FOR PARENTS



B.1.2.B

Programy
antywirusowe i
zabezpieczające
przed złośliwym
oprogramowaniem



Programy antywirusowe i zabezpieczające przed złośliwym oprogramowaniem



- W komputerze i w innych urządzeniach należy instalować dwa ważne rodzaje programów: antywirusowe i zabezpieczające przed złośliwym oprogramowaniem.
- **W świecie komputerowym funkcjonuje 5 typów wirusów i złośliwego oprogramowania: wirusy, robaki komputerowe, konie trojańskie (tzw. trojany), Spyware (oprogramowanie szpiegujące) oraz Adware (niechciane oprogramowanie służące do wyświetlania reklam).**

Wirus

- Złośliwe oprogramowanie, które zyskuje dostęp do systemu, ukrywając się w pobranych plikach lub urządzeniach przenośnych, takich jak pamięć USB.
- Po przedostaniu się do systemu wirus zaczyna się rozprzestrzeniać – stąd nazwa.
- Celem wirusa jest modyfikacja, uszkodzenie lub zniszczenie plików, oraz wywołanie awarii systemu.

Robak komputerowy

- Robaki infiltrują sieć, by zyskać dostęp do wszystkich podłączonych urządzeń.
- Spowalniają pracę sieci, przejmując istotne ilości pasma i narażając użytkowników na opóźnienia i na utratę przesyłanych danych.

Koń trojański

- Trojany ukrywają się w innych rodzajach oprogramowania, podszywając się pod pożyteczne programy.
- System jest „oszukiwany”, by uwierzytelnić dostęp dla konia trojańskiego, który następnie otwiera „tylne drzwi” do systemu.
- Zapewniają hakerom dostęp do systemu w roli wiarygodnych użytkowników.



Programy antywirusowe i zabezpieczające przed złośliwym oprogramowaniem



Spyware

- Oprogramowanie szpiegujące nie powoduje bezpośrednich uszkodzeń, natomiast podpiną się pod system i pozostaje w ukryciu, rejestrując działania użytkownika.
- Następnie Spyware zamieszcza zebrane informacje w sieci, by rozpoznać słabości systemu i wzorce zachowań użytkownika w celu zwiększenia szans powodzenia ataków *phishingowych*.
 - Inne rodzaje oprogramowania szpiegującego mogą spowalniać pracę łącza internetowego lub powodować zmianę ustawień, np. domyślnej wyszukiwarki.

Adware

- Adware bombarduje użytkownika nieustannymi reklamami, wybranymi lub losowymi, w celu wypromowania określonego produktu w oparciu o dotychczasowe aktywności w internecie.
- Zdarza się, że reklamy przekierowują użytkownika na strony *phishingowe* – nie są zatem tak nieszkodliwe, na jakie mogą wyglądać.



Programy antywirusowe i zabezpieczające przed złośliwym oprogramowaniem

- Celem programów antywirusowych i zabezpieczających przed złośliwym oprogramowaniem jest zapewnienie urządzeniom ochrony przed złośliwymi atakami.
- W przeszłości każdy rodzaj złośliwego ataku wymagał zastosowania innego oprogramowania zabezpieczającego.
- Programy antywirusowe i zabezpieczające przed złośliwym oprogramowaniem łączą w sobie obecnie różne formy ochrony przed różnymi rodzajami zagrożeń – nie musimy instalować odrębnego oprogramowania dla każdego rodzaju zagrożenia.





Programy antywirusowe i zabezpieczające przed złośliwym oprogramowaniem: opcje

- Obecnie ochrona komputera jest zadaniem raczej prostym – w internecie dostępne są darmowe programy zabezpieczające przed złośliwym oprogramowaniem.
- Co najistotniejsze, system Windows oferuje własne zabezpieczenia przed wirusami i złośliwym oprogramowaniem.



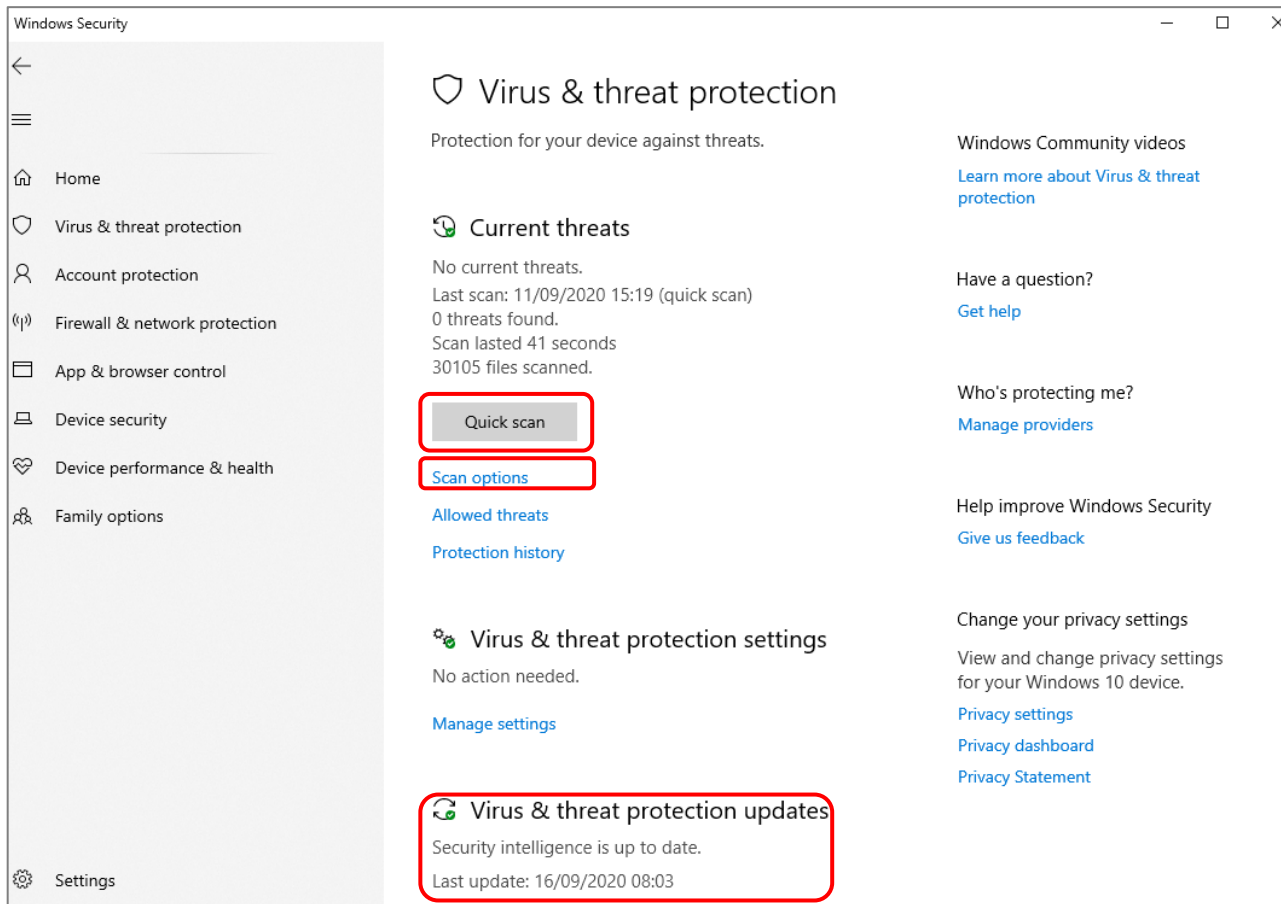


Zabezpieczenia w systemie Windows

Wraz z postępem technologicznym, cyberataki stają się coraz bardziej złożone, a stosowane metody stale się zmieniają. Niezależnie zatem od tego, z jakich programów zabezpieczających korzystamy, należy je aktualizować na bieżąco, by system „uczył się” nowych zagrożeń i sposobów radzenia sobie z nimi. W tej części szkolenia omówimy obsługę i aktualizacje zabezpieczeń systemu Windows.

W menu Windows znajdź pozycję „Zabezpieczenia Windows” i kliknij opcję „Ochrona przed wirusami i zagrożeniami”. Pokaże się okno (patrz lewa strona slajdu). Po kliknięciu opcji „Szybkie skanowanie” system wyszuka oczywiste zagrożenia. By przeszukać system szczegółowo, kliknij „Opcje skanowania” i wybierz **Pełne skanowanie**, **Skanowanie niestandardowe** lub **Skanowanie przy użyciu programu Windows Defender Offline**.

W dolnej części okna widoczny jest status aktualizacji ochrony przed wirusami i zagrożeniami. Należy ustawić w nim opcję automatycznego sprawdzania aktualizacji: gdy pojawi się nowe zagrożenie, system pobierze możliwie szybko konieczne dane.



Zapora sieciowa (*Firewall*)

Co to jest *firewall*?

Wyobraź sobie *firewall* jako **sieć**, filtrującą dane wychodzące i przychodzące w Twoim urządzeniu. Sieć dopuszcza wyłącznie ruch danych uznany za konieczny i zdrowy.

By ustawić *firewall*, ponownie wejdź w „Zabezpieczenia Windows” i kliknij opcję „Zapora i ochrona sieci”.

Pojawi się okno. Upewnij się, że tryb *Firewall* (*Zapora*) jest włączony dla wszystkich wyświetlonych opcji.



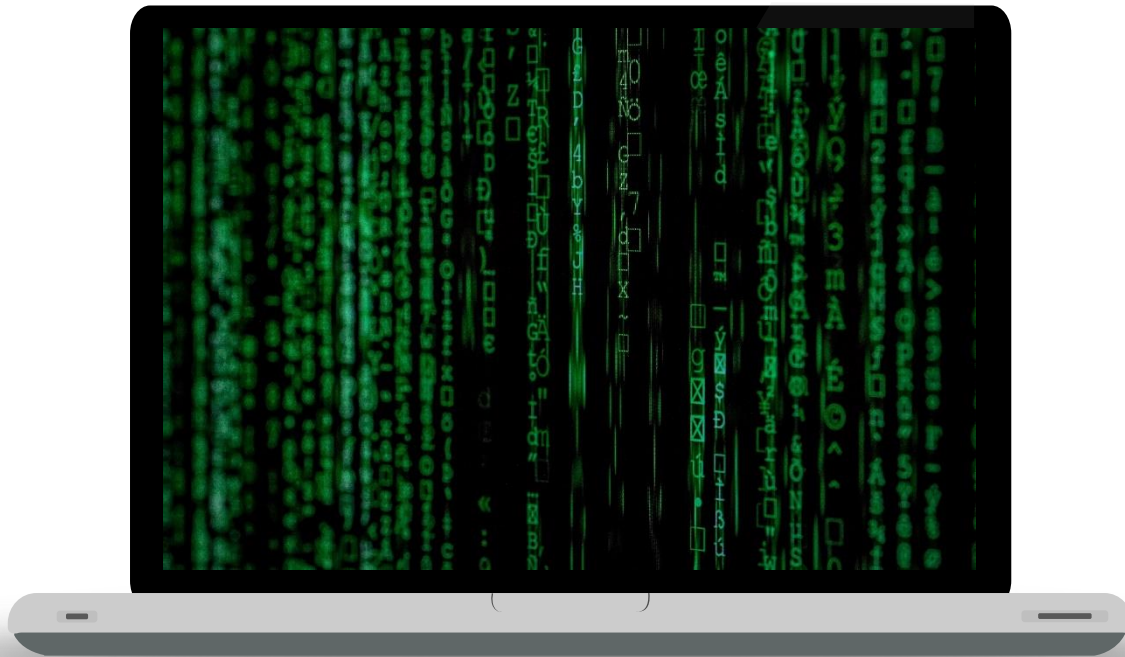
Inne rodzaje programów antywirusowych i zabezpieczających przed złośliwym oprogramowaniem

Jak wspomniano uprzednio, poza Zabezpieczeniami Windows dostępne są inne rodzaje zabezpieczeń:

- opcje **darmowe**, na przykład [Avast](#), oraz
- opcje **płatne**, na przykład [Kaspersky](#).

Programy obu opcji można **pobrać** z internetu (Avast jako program darmowy jest dostępny natychmiast, Kaspersky podaje kod aktywacji po dokonaniu zakupu).

Innym rozwiązaniem jest zakup **dysku** z oprogramowaniem, a następnie zainstalowanie programu w urządzeniu. Ta metoda jest natomiast coraz rzadsza: korzystanie z płyt CD jest znacznie mniej wygodne i znacznie bardziej kosztowne, niż pobranie programu z sieci.





Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi 
FOR PARENTS



B.1.2.C

Aktualizacje
systemu
operacyjnego

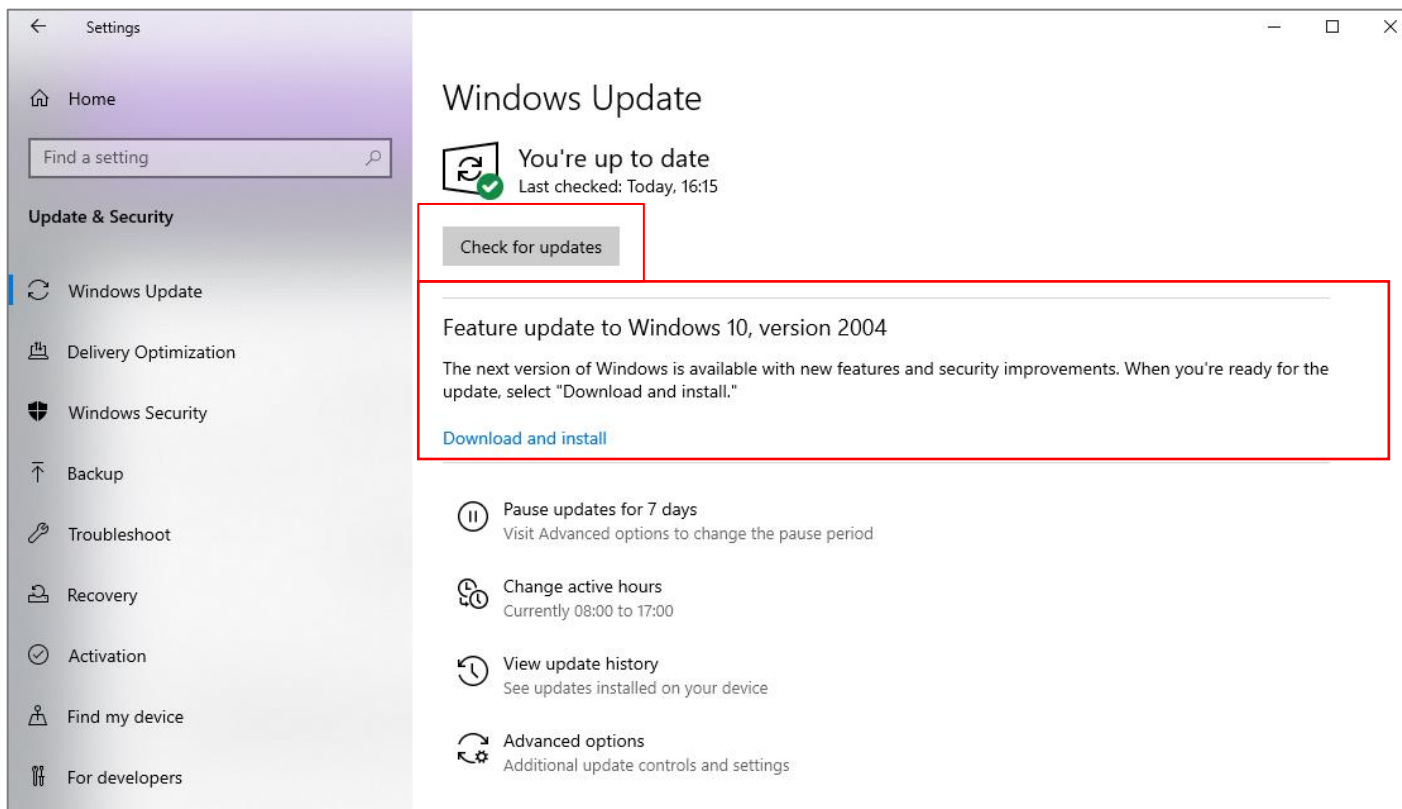
Aktualizacje systemu operacyjnego

- System operacyjny urządzenia to program zarządzający całością zainstalowanego oprogramowania i sprzętu podłączonego do komputera.
- System operacyjny częściowo odpowiada za bezpieczeństwo urządzenia, umożliwiając dostęp do urządzenia i opcję korzystania z jego zasobów wyłącznie uprawnionym użytkownikom.
- Bardzo ważne jest aktualizowanie systemu operacyjnego urządzenia, by zapewnić sobie ochronę przed wszystkimi – w tym najnowszymi – zagrożeniami.





Aktualizacje systemu operacyjnego



By dokonać aktualizacji systemu operacyjnego, kliknij przycisk „*Windows*” w dolnej lewej części ekranu lub naciśnij klawisz „*Windows*” na klawiaturze. Wejdź w „*Ustawienia Windows*” i kliknij opcję „*Aktualizacje i zabezpieczenia*”.



Pojawi się okno. Kliknij opcję „*Sprawdź, czy są dostępne aktualizacje*”. Jeżeli konieczna będzie instalacja aktualizacji, w oknie pojawi się stosowny opis i cel aktualizacji oraz przycisk „*Pobierz i zainstaluj*”.

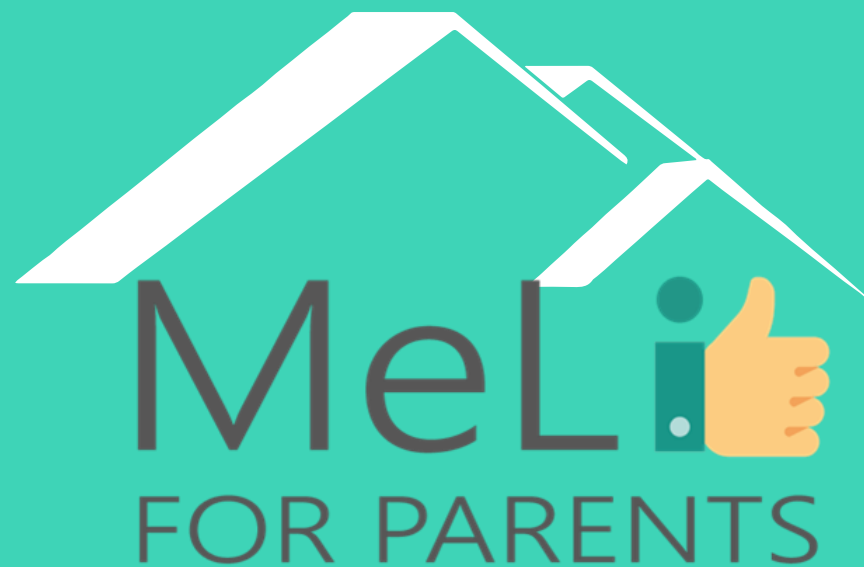


Źródła

❖ *Jak ustawić silne hasło.* Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://blog.avast.com/strong-password-ideas>

❖ Ikony flaticon, <https://www.flaticon.com/home>

❖ *Strona główna Diceware Passphrase.* Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://theworld.com/~reinhold/diceware.html>



<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ



The logo for 'MeLi FOR PARENTS' is centered within a white house-shaped outline with a teal border. The text 'MeLi' is in a large, dark grey font, with the 'i' in 'Li' replaced by a teal dot and a thumbs-up icon. Below it, 'FOR PARENTS' is written in a smaller, dark grey, all-caps font. The background features a yellow silhouette of a city skyline.

MeLi
FOR PARENTS

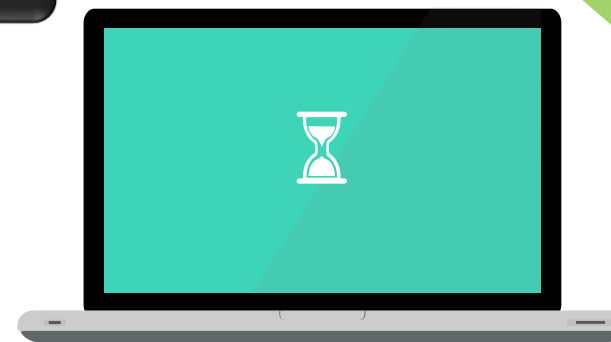
Edukacja Medialna dla Rodziców

B.1.4: Narzędzia kontroli rodzicielskiej



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi 
FOR PARENTS



1.4.1. Zachowania dzieci

Pozytywny wpływ mediów

Media pełnią wiele różnych funkcji, min. edukacyjną, informacyjną czy kulturalną. Aby mogły odciskać pozytywny wpływ na młodych ludzi, powinny być **dostoswane do ich wieku i rozwoju.**



Badania przeprowadzone pod koniec lat 60. wykazały, że młodzież, która oglądała programy edukacyjne była **lepiej przygotowana do rozpoczęcia nauki, miała większe poczucie własnej wartości, a w szkole uzyskiwała lepsze oceny.**

Stymulacja przez media

Programy telewizyjne o treści edukacyjnej, zachęcającej do zdobywania wiedzy mogą **wspomóc rozwój dziecka**, zachęcając je do odkrywania świata również poza medialnego.



Dla rozwoju kreatywności najbardziej stymulujące okazało się radio, a nie telewizja ani media drukowane. Media cyfrowe dają całkiem nowe możliwości, np. **e-porady, webinary itd.**

Media to narzędzie, które zapewnia edukację, komunikację i rozrywkę, ale jednocześnie **może być zagrożeniem dla nieświadomych niebezpieczeństw młodych ludzi.**

Popularne aplikacje

Do najpopularniejszych aplikacji wśród dzieci i nastolatków należą:

- **Whatsapp**
- **TikTok**
- **Facebook**
- **Messenger**
- **YouTube**
- **Instagram**
- **Kik**
- **Snapchat**



Whatsapp



Aplikacja ma **2 miliardy użytkowników w 180 krajach**. Jest najbardziej popularna w Indiach, Niemczech, Rosji i Wielkiej Brytanii. Od 2020 roku Whatsapp posiada funkcję pisanie klawiaturą Braillofską poprzez Voiceover mode.

Whatsapp pozwala użytkownikom na **wysyłanie wiadomości i filmów oraz wykonywanie bezpłatnych połączeń telefonicznych** – pod warunkiem, że ich urządzenia cyfrowe są podłączone do Internetu. Aplikacja powstała dla osób, które skończyły 16 lat.

Whatsapp



Whatsapp łączy się z listą kontaktów z telefonu, aby **automatycznie zlokalizować znajomych** korzystających z tej aplikacji. Możliwość rozmawiania i ślania wiadomości na różnych telefonach i różnych systemach wpłynęła na jego dużą popularność.

Dzięki bezpłatnym rozmowom telefonicznym Whatsapp od kilku lat znajduje się w gronie najpopularniejszych mediów społecznościowych.

Whatsapp



Kontakt przez Whatsapp mogą nawiązać tylko osoby, które go pobrały. Aplikacja pozwala na tworzenie grup składających się z 256 użytkowników.

Bezpieczeństwo - wiadomości są **widoczne tylko dla nadawcy i adresata.**

Przy rejestracji whatsapp używa **podwójnego uwierzytlnienia polegającego na wpisaniu hasła wysłanego na telefon.**



Wcześniej znany jako Musical.ly. To aplikacja pozwalająca **tworzyć i dzielić się krótkimi nagraniami wideo.**

Najpopularniejsze nagrania zawierają taniec, śpiew lub synchronizację ust do popularnych piosenek, ale popularne są również inne treści: skecze, DIY czy life-hacki.

Klipy nagrane na TikToku mogą być udostępnione również na innych mediach społecznościowych. Filmiki mogą być udostępnione **publicznie lub prywatnie, tylko dla znajomych.**



Co rodzic powinien wiedzieć:

- piosenki i nagrania video zawierają **przekleństwa i treści seksualne**, bo użytkownikami są młodzi ludzie jak i dorośli
- pod nagraniami pojawiają się komentarze dotyczące ciała wykonawcy czy nawiązania seksualne
- zdobywanie **polubień i subskrybentów** jest jednym ze sposobów na poczucie się akceptowanym i ważnym

Facebook



Największe medium społecznościowe na świecie, z ponad 2.7 miliardami aktywnych użytkowników w drugiej połowie 2020 roku. Pozwala śledzić **wiadomości z kraju i ze świata**, informacje lokalne, repertuar teatrów, kin i filharmonii, promocje i rabaty w sklepach czy obejrzeć menu restauracji – wszystko dzięki funkcji polubienia fanpage'a danej firmy.

Na Facebooku można także oglądać nagrania **wideo, teledyski czy memy**. Chociaż używają go **głównie ludzie dorośli**, to część nastolatków wciąż z niego korzysta.

Facebook jest dostępny dla osób, które **ukończyły 13 lat**.



Facebook



Facebook powstał głównie po to, by umożliwić komunikowanie się osób, które mają założony profil w aplikacji. Każdy użytkownik może publikować zdjęcia, nagrania wideo, pisać wiadomości czy komentować profile znajomych.

Dzięki niemu można zobaczyć **co dzieje się u znajomych, kontaktować się z rodziną i przyjaciółmi.**

Facebook wyświetla **spersonalizowane reklamy.**

Czas na przerwę





Messenger



Służy do **wysyłania wiadomości oraz dzielenia się zdjęciami i nagraniami video**. Używa jej 1,3 miliarda ludzi.

Messenger umożliwia rozmawianie poprzez Facebooka oraz Instagrama. Funkcja video chat pozwala oglądać nagrania wideo, teledyski i programy telewizyjne, także z wykorzystaniem **rzeczywistości rozszerzonej** i naklejek selfie. Przy jej pomocy można również wykonywać płatności przez Internet.

Mimo że wcześniej mobilny Messenger był silnie połączony z Facebookiem, jest to **oddzielna aplikacja**, na której można logować się za pomocą innych danych.



Jest to platforma wideo. Każdy jej użytkownik może stworzyć profil, by **dzielić się swoimi nagraniami wideo** i oglądać materiały publikowane przez innych. Można tworzyć playlisty.

Każde wideo posiada **sekcję komentarzy** i każde może zostać polubione.

Platforma jest dostępna dla użytkowników, którzy **ukończyli 18 lat**. Trzynastolatkowie mogą z niej korzystać za zgodą rodziców.



Co rodzic powinien wiedzieć:

- w 2018 i 2019 Youtube był **najpopularniejszą platformą internetową wśród młodzieży w wieku 13-17 lat**, korzystało z niej 85% respondentów
- Youtube stworzył specjalną aplikację **dla dzieci poniżej 7 roku życia – Youtube Kids**, gdzie treści dostosowane są do nieletniego widza. W aplikacji wykorzystane są **narzędzia kontroli rodzicielskiej i filtry** blokujące nieodpowiednie filmy. Odnotowane przypadki dowodzą, że **nie daje to 100% pewności**, iż niewłaściwe treści nie dotrą do dziecka.



kik.

Aplikacja dostępna na iPhone'ach i urządzeniach z Androidem. Służy do **wysyłania wiadomości (o nielimitowanej długości), zdjęć i filmów**. Wersja podstawowa jest bezpłatna. Podobna do Whatsapp, ale ma wewnętrzną przeglądarkę, skłaniającą do dłuższego używania aplikacji.

Zapewnia dostęp do naklejek, generatora memów, gier i aplikacji w stylu randkowym, **pozwalającym rozmawiać z nieznanymi osobami, co wywołuje niepokój u rodziców**. Kik jest dostępny od 13 roku życia.



kik.

Kik posiada sklep z **botami nastawionymi na interakcje**. Pozwalają na rozmowę, udział w quizach, dają wskazówki dotyczące mody, gry, urody, stylu życia. Jeśli użytkownik nie ma znajomych, dają dostęp do czatu, co pozwala poznać nowe osoby.

Przy rejestracji podaje się **imię, datę urodzenia i nazwę użytkownika**. Kik pozwala użytkownikom kontaktować się z osobami z listy kontaktów, które też mają konto. **Email czy numer telefonu nie jest publiczny**. W celu dodania połączenia na Kiku należy znać nazwę użytkownika. W Kiku można dokonać zakupów naklejek. W tym celu użytkownik musi posiadać kartę kredytową powiązaną z kontem Google Play lub iTunes.



kik.

Co rodzic powinien wiedzieć:

- pozwala na kontakt z osobami, które podzieliły się swoją nazwą użytkownika; **pod względem bezpieczeństwa Kik nie ma najlepszej reputacji**
- Kik specjalizuje się w marketingu ukrytym, tzw. czatach promowanych, czyli rozmowach między markami a użytkownikami aplikacji; w Polsce reklamę w aplikacji wykorzystywały marki Tymbark i Mbank
- popularność aplikacji wynika **z gwarancji anonimowości i szansy poznania nowych ludzi**; podkreśla się, że interfejs jest przyjazny i intuicyjny.

Snapchat



Aplikacja pozwala dzielić się zdjęciami i filmikami, które są **usuwane po ich wysłaniu**. Osoby korzystające ze Snapchata mogą jednak robić **zrzuty ekranu**, naruszając w ten sposób zasadę bezśladowego wysyłania wiadomości.

Młodzież używa tego narzędzia do przesyłania **śmiesznych, również zawstydzających zdjęć**, które z założenia nie mają być upublicznione. Użytkownicy mogą wysyłać prywatne wiadomości, tworzyć czaty grupowe, przysyłać dokumenty czy pieniądze. Aplikacja jest dostępna **od 13 roku życia**.

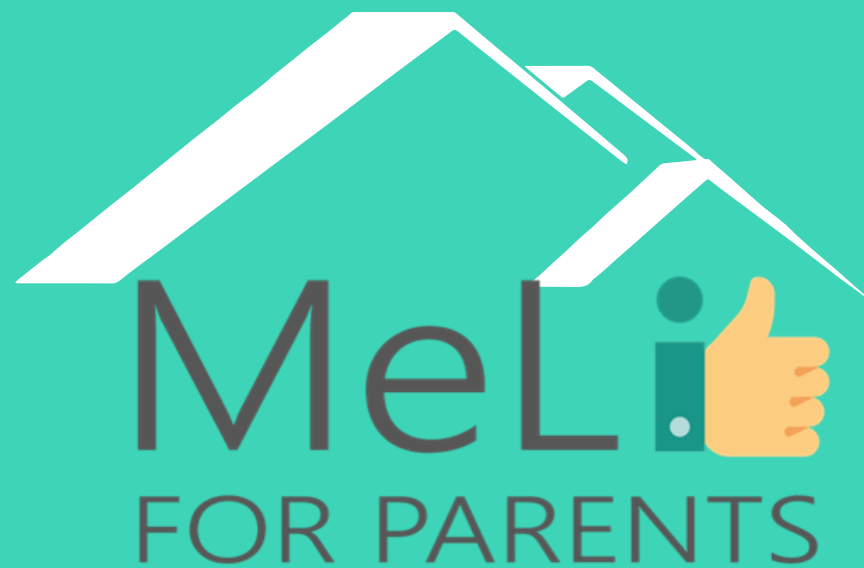


Co rodzic powinien wiedzieć:

- Pozorne znikanie treści może zachęcać do rozsyłania nieodpowiednich materiałów
- Treści prezentowane na Snapchacie w funkcji Discover - będące zbiorem artykułów, filmów, quizów - są niepokojące. Typowy nagłówek jaki możemy tam znaleźć: "THIS is What Sex Does To Your Brain".

Czas na pytania





<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY



Źródła

❖ Social Media Fact Sheet,
<https://www.pewresearch.org/internet/fact-sheet/social-media/>

❖ *What is whatsapp?*
<https://www.digitaltrends.com/mobile/what-is-whatsapp/>

❖ <https://parents.au.reachout.com/skills-to-build/wellbeing/social-media-and-teenagers>

❖ <https://wearesocial.com/blog/2020/10/social-media-users-pass-the-4-billion-mark-as-global-adoption-soars/>

Pytania samosprawdzające

1. WhatsApp jest aplikacją, która:

- a) pozwala na wysyłanie wiadomości lub filmów
- b) powstała dla osób, które ukończyły 13 lat
- c) pozwala na kontakt z każdym innym użytkownikiem
- d) może być używana bez połączenia z Internetem
- e) pozwala na tworzenie grup do 1000 osób

2. TikTok

- a) jest płatny
- b) jest używany tylko przez młodych ludzi
- c) obsługuje nagrania wideo trwające od 15 do 360 sekund
- d) zawiera wideo, które najczęściej przedstawia osoby tańczące, śpiewające i/lub lub wykonujące synchronizację ust do popularnych piosenek
- e) zawiera tylko głupoty

Pytania samosprawdzające

3. Wszyscy użytkownicy Facebooka

- a) mogą publikować zdjęcia i nagrania wideo
- b) mogą przeglądać wideo, teledyski i memy
- c) muszą mieć ukończone 13 lat
- d) mogą być na bieżąco z tym, co słychać u ich przyjaciół i utrzymywać kontakt z rodziną/przyjaciółmi
- e) wszystkie powyższe

4. Youtube to

- a) platforma do wykonywania połączeń
- b) platforma do dzielenia się zdjęciami
- c) platforma wideo
- d) platforma z darmowymi zdjęciami
- e) platforma językowa

Pytania samosprawdzające

5. Instagram to aplikacja

- a) dostępna dla wszystkich, bez ograniczeń wiekowych
- b) pozwalająca publikować zdjęcia lub 15-sekundowe nagranie wideo/audio, z opcją dostępu tylko dla przyjaciół albo dla wszystkich
- c) pozwala użytkownikom edytować pliki, dodawać filtry lub używać dodatkowych efektów ulepszających zdjęcia
- d) b i c są prawdziwe
- e) żadna z powyższych nie jest prawdziwa

Pytania samosprawdzające

7. Snapchat jest aplikacją, która

- a) pomaga Ci rozpoznać utwory muzyczne, więc jeśli jakiś utwór utkwił Ci w pamięci, Snapchat umożliwi jego identyfikację
- b) jest cyfrowym notatnikiem, zawierającym wszystkie informacje, które musisz zapamiętać lub zebrać w jednym miejscu
- c) pozwala użytkownikom na dzielenie się zdjęciami, które są usuwane po ich wysłaniu
- d) liczy kalorie spalane podczas ćwiczeń
- e) oferuje nieograniczony dostęp do jego biblioteki artykułów prasowych, czasopism akademickich, książek i audiobooków

8. Za którą z tych aplikacji trzeba płacić?

- a) Facebook
- b) Netflix
- c) Snapchat
- d) TikTok
- e) WhatsApp



MeLi
FOR PARENTS

Edukacja medialna dla rodziców

B.1.4: Narzędzia kontroli rodzicielskiej

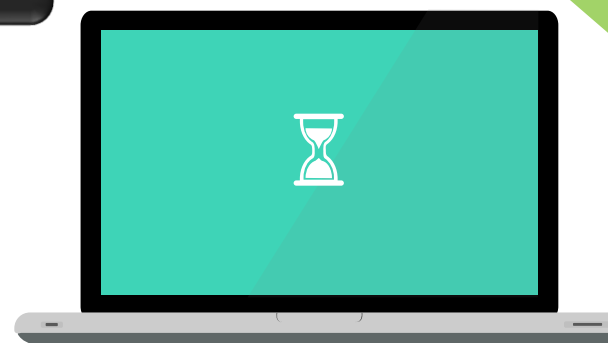


Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS



B.1.3
Dziecięce
uzależnienia



Uzależnienie od internetu

Uzależnienie – stan psychiczny, a czasami fizjologiczny, wynikający z interakcji między organizmem ludzkim a substancjami. Typowe objawy, w tym zmiany behawioralne i inne reakcje, obejmują chęć ciągłego lub okresowego stosowania danej substancji w celu uzyskania efektów odurzenia.

Podtypy uzależnienia od Sieci

1. uzależnienie od cyber-relacji
2. uzależnienie od cyberseksu
3. przymus korzystania z Internetu
4. przesyt informacyjny
5. uzależnienie od komputera



Uzależnienie od cyber-relacji



Uzależnienie od relacji cybernetycznych obejmuje przymus korzystania z czatu i nawiązywanie znajomości online. Nazywa się to również zależnością emocjonalną. Między dwiema osobami rozwija się wysoce intymna relacja. Uzależnienie od cyberrelacji wiąże się z niemożnością nawiązania relacji offline.



Aktywność cyberseksualna – kompulsywne korzystanie z serwisów pornograficznych, rozmowy erotyczne, zakup treści pornograficznych. Ta kategoria obejmuje dewiacje seksualne: pedofilię, ekstremalny ekshibicjonizm i inne aberracje związane ze światem wirtualnym. Anonimowość, możliwość zapomnienia i wygoda sprzyjają tej formie uzależnienia.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS

03

Kompulsywne korzystanie z Internetu

Przymus uprawiania hazardu online, grania w gry komputerowe i robienia zakupów w Sieci. Wszystkie te działania mogą zawierać czynnik konkurencji lub ryzyka, potencjalnie ekscytujące dla użytkownika Internetu.





Potrzeba ciągłego gromadzenia danych z Internetu. Gromadzenie możliwie dużych ilości informacji/danych służy podejmowaniu lepszych decyzji, a tym samym zdobywaniu większego prestiżu społecznego. W rzeczywistości zjawisko to powoduje przeciążenie informacyjne uniemożliwiające jego wykorzystanie.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS

05

Uzależnienie od komputera

Wszelkie czynności związane z wewnętrznym przymusem korzystania z komputera (nawet offline). Dolegliwość najczęściej objawia się graniem w gry komputerowe – nawet w pasjansa.



Czas na przerwę



Skutki przymusu korzystania z Sieci

- fizjologiczne i fizyczne
- psychologiczne
- moralne
- społeczne
- intelektualne
- finansowe



Skutki fizjologiczne i fizyczne

- stan kręgosłupa
- problemy z prawidłową posturą
- problemy ze wzrokiem
- zaburzenia jedzenia i snu
- zaburzenia pamięci, szумы uszne i/lub osłabienie kości



Skutki psychologiczne

- depresja
- agresja
- zatarcie granic między światem realnym i wirtualnym
- samoizolacja od rodziny i przyjaciół
- doświadczanie poczucia bezpieczeństwa tylko podczas używania komputera/smartfona
- upośledzenie koncentracji
- myśli i/lub próby samobójcze



Skutki moralne

Zależą od przeglądanych treści internetowych (np. pornografii, namiarów na zakup narkotyków, opisów zażywania narkotyków, instrukcji produkcji materiałów wybuchowych, witryn sekt religijnych itp.). Dzieci są również szczególnie narażone na pedofilię internetową.



Skutki intelektualne

- bezkrytyczna wiara w możliwości smartfonów
- upośledzone zainteresowanie nauką
- szok informacyjny (przesyt informacyjny)
- bezkrytyczna wiara w informacje w Sieci



Skutki finansowe

Mogą wiązać się z wydatkami na zakupy online, korzystaniem z płatnych aplikacji i/lub gier komputerowych, a także z hazardem online. Konsekwencje finansowe obejmują zachowanie rodziców, jeśli pożyczki są zaciągane na drogie urządzenia dla dziecka. Długoterminowe następstwa mogą obejmować koszt leczenia i/lub psychoterapii.



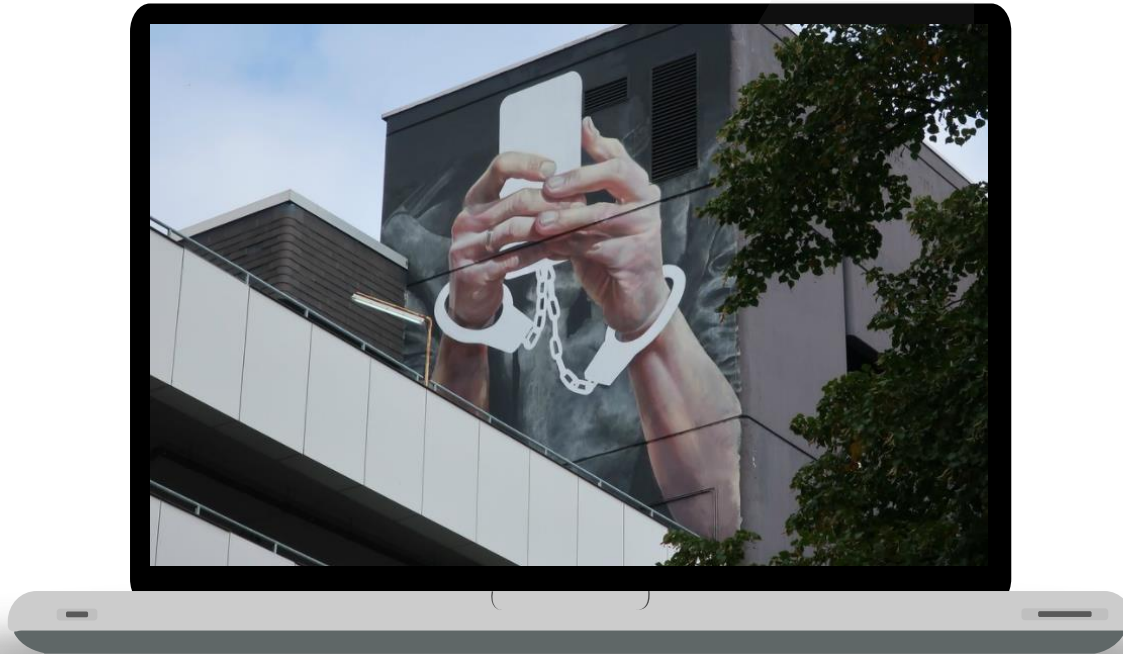
FOMO i FOBO

FOMO

Fear of Missing Out – strach przed przegapieniem czegoś interesującego w trybie offline: niepokój, że moi znajomi świetnie się bawią beze mnie, a także obawa, że mogę zapomnieć o imprezie lub spotkaniu; kompulsywna potrzeba sprawdzania treści publikowanych przez znajomych, aby wiedzieć, co się dzieje.

FOBO

Fear Of Being Offline – strach przed światem bez powiadomień, bez możliwości sprawdzenia wiadomości komunikatora, bez dostępu do własnych danych. To także niepokój o brak dostępu do internetu, co wiąże się z działaniami mającymi na celu zapobieganie rozłączeniu sieci



Czy kiedykolwiek doświadczyłeś JOBO?



JOBO to Radość Bycia Offline. W przeciwieństwie do FOBO polega na świadomym procesie wyznaczania granic aktywności online. Ograniczenia obecności w Internecie są stosowane w celu wywołania poczucia dobrego samopoczucia fizycznego i psychicznego.



Najczęstsze objawy uzależnienia

- słabe wyniki w szkole
- wydłużony czas ekranowy, osłabienie innych zainteresowań
- zaniedbywanie przyjaciół i znajomych
- problemy z koncentracją, unikanie rozmowy
- okłamywanie rodziców w sprawie czasu ekranowego
- agresja w odpowiedzi na prośbę o wyłączenie urządzenia lub na limitowane jego użycie
- zaburzenia snu, problemy z zasypianiem

Reakcja na uzależnienie od Sieci



Rozmowa z dzieckiem

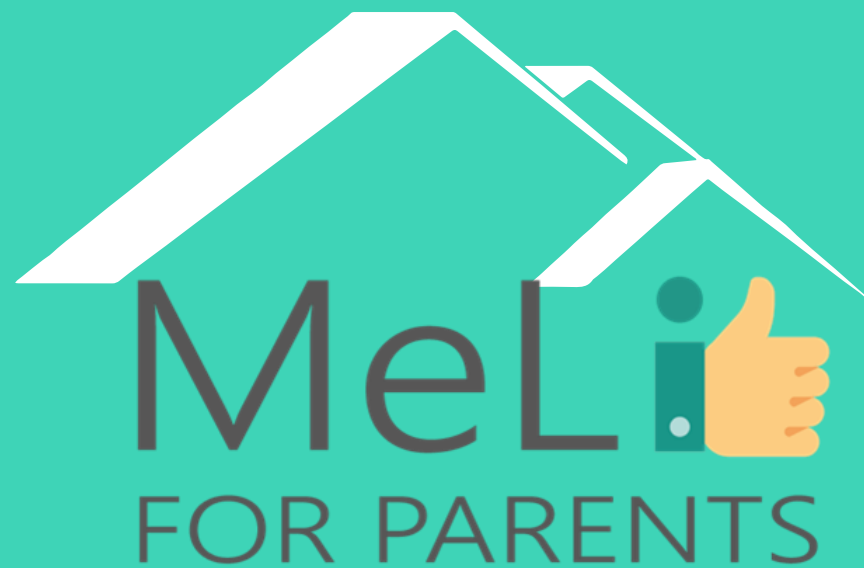


Konsultacje u specjalisty



Czas na pytania





<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY



Źródła

❖ <https://www.addictioncenter.com/drugs/internet-addiction/>.

❖ <http://netaddiction.com/>

❖ <https://www.betterhealth.vic.gov.au/>

Pytania samosprawdzające

1. Uzależnienie do komputera:

- a) obejmuje przymus rozmowy na czacie i znajomości internetowe
- b) objawia się potrzebą ciągłego zbierania danych
- c) jest przymusem używania komputera (nawet offline)
- d) jest przymusem uprawiania hazardu w Sieci, grania w gry i robienia zakupów online
- e) wszystkie powyższe

2. Fizjologiczne i fizyczne skutki uzależnienia od Internetu

- a) zależą od przeglądanych treści
- b) zależą od używanego urządzenia cyfrowego
- c) mogą wiązać się z wydatkami w Internecie
- d) mogą skutkować zaburzeniami jedzenia i snu
- e) b i d są prawdziwe

Pytania samosprawdzające

3. W kwestii konsekwencji społecznych uzależnienie od Internetu może:

- a) powodować szok informacyjny
- b) powodować zastępowanie osobistych kontaktów interakcjami w Sieci
- c) wiązać się z wydatkami na zakupy w Internecie
- d) wpływać na relacje z rodziną i przyjaciółmi
- e) a i c są prawdziwe

4. Fear Of Missing Out (FOMO)

- a) to lęk, że moi przyjaciele świetnie się bawią beze mnie
- b) to strach przed zapomnieniem o imprezie lub spotkaniu
- c) to przymus nieustannego sprawdzania, co się dzieje u znajomych
- d) wiąże się z koniecznością ciągłego eksponowania własnego życia
- e) wszystkie powyższe

Pytania samosprawdzające

5. JOBO to

- a) Joy Of Being Offline
- b) Joy Of Being Out of school
- c) Joy Of Being Obedient
- d) Joy Of Becoming Outgoing
- e) Joy Of Becoming Optimistic

6. Najczęstsze symptomy uzależnienia od Internetu to:

- a) problemy z koncentracją, brak kontaktu
- b) zmiany nastroju
- c) wydłużony czas ekranowy, zmniejszone zainteresowanie dotychczasowymi hobby
- d) błaganie rodziców o wydłużenie czasu grania/przeglądania sieci
- e) wszystkie powyższe

Pytania samosprawdzające

7. Gdy rozpoznałaś(-eś) u swojego dziecka objawy uzależnienia od Internetu

- a) umawiasz wizytę u specjalisty, nawet gdy dziecko nie okazuje chęci spotkania z nim
- b) rozmawiasz z dzieckiem, proponując mu nowe formy aktywności jako pierwszy krok do ograniczenia wykorzystania technologii
- c) zakazujesz dziecku używania urządzeń mobilnych
- d) to tylko problem mojego dziecka, nie trzeba w to wciągać całej rodziny
- e) rodzice potrafią pokonać każdy problem związany z uzależnieniem od Sieci

8. Przed rozmową z moim dzieckiem dotyczącą objawów uzależnienia od Internetu:

- a) nie muszę się przygotowywać
- b) nie okazuję obaw w związku z zachowaniem dziecka i świadomości jego aktualnych problemów
- c) nic nie mówię o możliwych skutkach uzależnienia
- d) jestem przygotowana (-ny) na deklarację dziecka, że nie ma żadnych problemów i nie widzi potrzeby zmiany
- e) jest otwarta (-ty), pozwolę więc dziecku na ustalenie granic, które mnie się nie podobają



MeLi
FOR PARENTS

Media cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa B.1.4: Narzędzia kontroli rodziciele
– Poziom PODSTAWOWY



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Spis treści

WPROWADZENIE DO KONTROLI RODZICIELSKIEJ

Szkolenie z zakresu kontroli rodzicielskiej w ramach kursów kompetencji medialnych dla rodziców obejmuje wiedzę ogólną i informacje praktyczne w obszarach zagrożeń związanych z korzystaniem z internetu, konieczności chronienia dzieci w czasie ich aktywności w sieci oraz ewentualnych rozwiązań domowych. Szkolenie obejmuje trzy poziomy.

01

POZIOM PODSTAWOWY - WPROWADZENIE

Treści w internecie; zagrożenia;
aktywność dzieci online;
obserwacja rodzicielska

02

POZIOM PODSTAWOWY – JAK CHRONIĆ DZIECKO

Wprowadzenie do narzędzi kontroli
rodzicielskiej; filtry, urządzenia i ich
funkcjonalności

03

POZIOM ŚREDNIO ZAAWANSOWANY - ROZWIĄZANIA

Zarządzanie treścią internetową;
blokowanie treści; ustawienia
urządzeń; gotowe rozwiązania

04

POZIOM ZAAWANSOWANY – OPCJE PRAKTYCZNE

Narzędzia zaawansowane;
ustawienia sieci; rozważania
indywidualne



MeLi 
FOR PARENTS

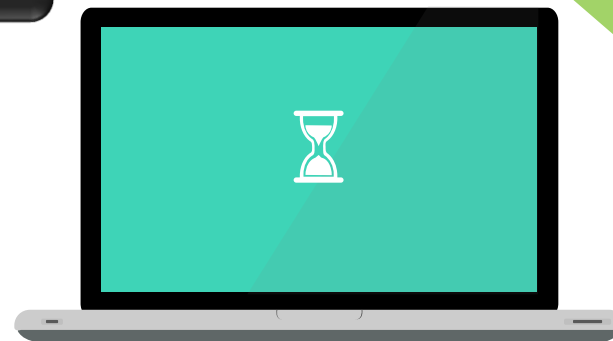


Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi 
FOR PARENTS



B.1.4
Kontrola
rodzicielska

Wprowadzenie i oczekiwania





CYFROWA OPIEKA RODZICIELSKA

Współczesne dzieci korzystają z telefonów komórkowych lub komputerów, by:

- ❖ odrabiać lekcje,
- ❖ wysyłać wiadomości tekstowe w ramach kontaktów towarzyskich,
- ❖ grać w gry,
- ❖ kręcić filmiki lub robić zdjęcia,
- ❖ zamieszczać publiczne posty na platformach społecznościowych.

Dzieci spędzają wiele czasu przed ekranami różnych urządzeń; naszą rolą jest zapewnienie im możliwie produktywnego i bezpiecznego środowiska cyfrowego.

Niezbędne umiejętności rodzicielskie:

Wiedza na temat mediów

Rodzice muszą rozumieć internetowe środowisko, w którym ich dzieci spędzają wiele czasu, jak również wybierane przez nie aplikacje i aktywności.

Ocena treści

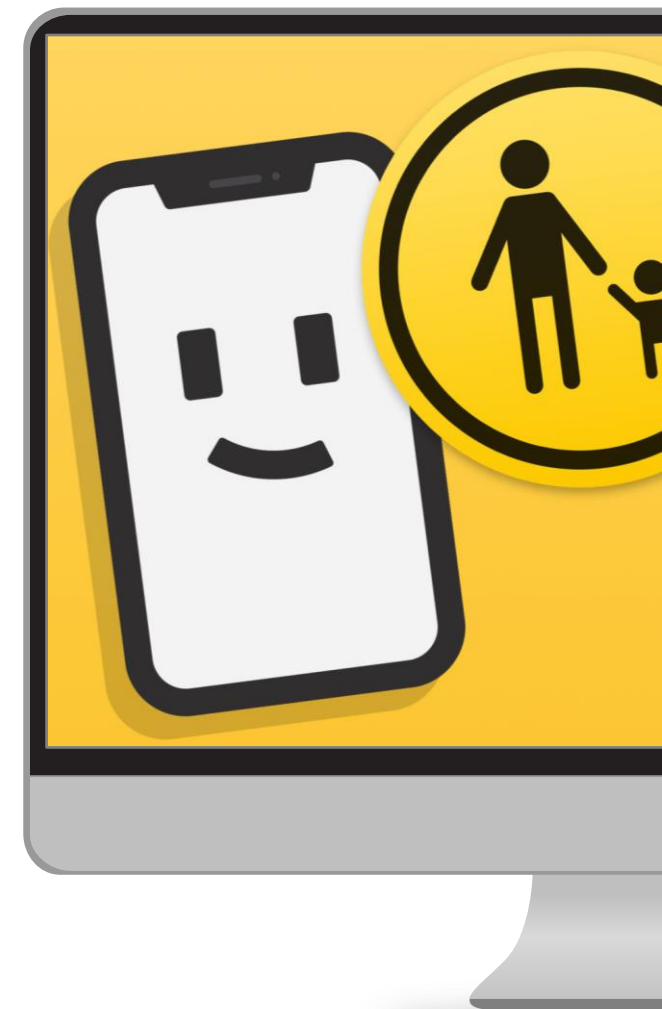
W sieci dostępny jest ogrom informacji – niektóre treści są pożyteczne, inne szkodliwe. Rodzice muszą umieć oceniać treści i zarządzać nimi.

Rozpoznawanie zagrożeń

Reklamy, treści przeznaczone dla dorosłych, mowa nienawiści, hazard, używki, przestępcy seksualni – korzystając z internetu, dzieci są narażone na liczne niebezpieczeństwa.

Ochrona i edukacja

Rodzice muszą umieć wyjaśnić dzieciom ryzyko związane z obecnością w sieci, zaproponować rozwiązania spraw potencjalnie trudnych i negocjować z dziećmi, by wdrażać zadowalające wszystkich rozwiązania.





KONTROLA RODZICIELSKA

Rozwiązania twarde czy miękkie?

Istnieją dwa rodzaje narzędzi kontroli (zapobiegawczej): „miękki” i „twardy”.

➤ „*Miękkie*” narzędzia kontroli rodzicielskiej: pogłębianie wiedzy w obszarze opcji i funkcji medialnych; nauka wprowadzania równowagi w korzystaniu z urządzeń domowych; nauka negocjowania z dzieckiem w kwestii zdrowych zasad korzystania z internetu. Wymienione narzędzia wymagają umiejętności koniecznych przez cały okres sprawowania cyfrowej opieki rodzicielskiej.

➤ „*Twarde*” narzędzia kontroli rodzicielskiej: ustawienia urządzeń i oprogramowania lub aplikacje, które można zainstalować, by chronić dziecko przed niewłaściwymi treściami lub zachowaniami w internecie.



NIEWŁAŚCIWE TREŚCI

Internet zapewnia praktycznie nieograniczone możliwości dotarcia do wszelkich treści. Treści edukacyjne są pożyteczne – natomiast dzieci nie powinny mieć dostępu do treści niewłaściwych, takich jak:

- ❖ sceny zawierające elementy przemocy,
- ❖ obrazy przedstawiające napaści o charakterze seksualnym,
- ❖ mowa nienawiści,
- ❖ propaganda,
- ❖ negatywne stereotypy...

Należy również pamiętać, że internet ułatwia nawiązywanie kontaktów z użytkownikami z całego świata, a niektórzy mogą mieć złe zamiary.

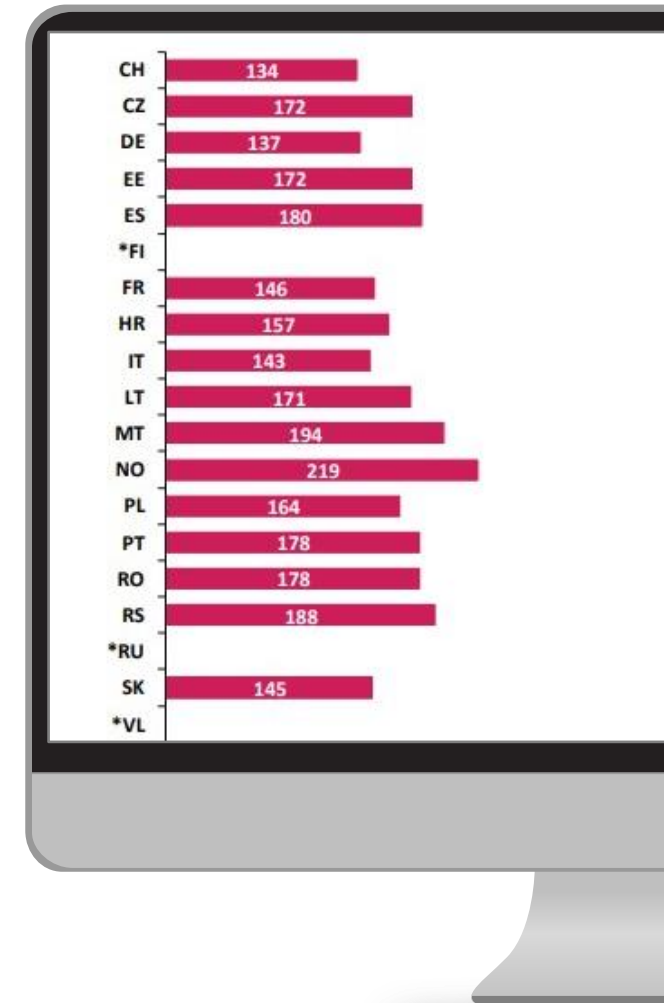


NIEWŁAŚCIWE TREŚCI

- treści przeznaczone dla odbiorców dorosłych
- informacje o narkotykach i innych używkach
- mowa nienawiści
- cyberdręczenie
- hazard
- reklamy zachęcające do konsumeryzmu
- negatywne stereotypy
- niepokojące wiadomości
- treści służące zwiększeniu „klikalności” komercyjnej lub linki przekierowujące
- przestępczość
- przemoc
- informacje o broni
- „wyzwania” potencjalnie prowadzące do niebezpiecznych zachowań

• KONTROLOWANIE CZASU SPĘDZANEGO PRZEZ DZIECKO PRZED EKRADEM

- ❖ Dzieci spędzają wiele godzin dziennie w internecie; rodzice się martwią. Z unijnego raportu „*Dzieci w sieci 2020*” (*EU Kids Online 2020*) wynika, że europejskie dzieci spędzają przed ekranami 167 minut dziennie.
- ❖ Wydłużony czas ekranowy może niekorzystnie wpływać na rozwój dziecka, w tym na pamięć, poziom koncentracji i umiejętności językowe.
- ❖ Wydłużony czas ekranowy może również pogarszać jakość snu i obniżać poziom aktywności fizycznej, co prowadzi do otyłości, pogorszenia wyników w nauce, a nawet problemów ze zdrowiem psychicznym.
- ❖ W erze cyfrowej opieka rodzicielska oznacza konieczność wdrożenia przez wszystkie rodziny **domowego (rodzinnego) planu czasu ekranowego**.



Źródło: EU Kids Online 2020

CZAS EKRAŃOWY ZALECANY DLA POSZCZEGÓLNYCH GRUP WIEKOWYCH

18-24 miesiące

Baby smart

Dzieci w wieku poniemowlęcym w wieku od 18 do 24 miesięcy

- ✓ krótki czas ekranowy pod nadzorem rodziców
- ✓ spotkania przez internet służące kontaktom z członkami rodziny przebywającymi poza domem.

Do 3 lat

Dzieci w wieku przedszkolnym

- ✓ maksymalnie godzina dziennie
- ✓ dobór wysokojakościowych programów i/lub aktywności umożliwiających wspólny udział członków rodziny
- ✓ rozpoczęcie procesu wykształcania w dziecku zdrowych przyzwyczajeń

Od 3 do 7 lat

Pierwszoklasiści

- ✓ czas ekranowy jest szansą na interakcję z dzieckiem.
- ✓ wspólne granie w gry
- ✓ wspólne oglądanie wysokojakościowych programów edukacyjnych
- ❑ UWAGA: zbyt długi czas przed telewizorem to zły czas ekranowy.

Od 8 do 12 lat

Niezależność

- ✓ nie sprawdzają się zasady identyczne dla wszystkich
- ✓ rodzice sami decydują, jak długi powinien być czas ekranowy i jakie treści są dozwolone
- ✓ dzieci w wieku od 8-12 lat spędzają przed ekranem 4-6 h dziennie.
- ❑ Rodzice nie zawsze wiedzą, co dziecko ogląda.

Nastolatki+

Doskonała znajomość technologii

Rodzice muszą:

- ✓ wiedzieć, z jakich mediów korzysta dziecko,
- ✓ być świadomi zagrożeń i
- ✓ podstaw bezpieczeństwa cyfrowego.

Rodzice muszą także:

- ✓ wyjaśnić dziecku rodzaje ryzyka, z jakim może zetknąć się w sieci,
- ✓ proponować odpowiednie rozwiązania,
- ✓ negocjować z dzieckiem, by dojść do porozumienia.

Czego dzieci szukają?

Historia wyszukiwania treści przez dzieci jest najlepszym źródłem wiedzy o ich zainteresowaniach. Na pierwszym miejscu znajdują się filmiki i strony mediów społecznościowych.

Co dzieci znajdują?

obok przedstawiono wyniki szeroko zakrojonego badania przeprowadzonego w 2018 r. przez firmę Kaspersky Labs.

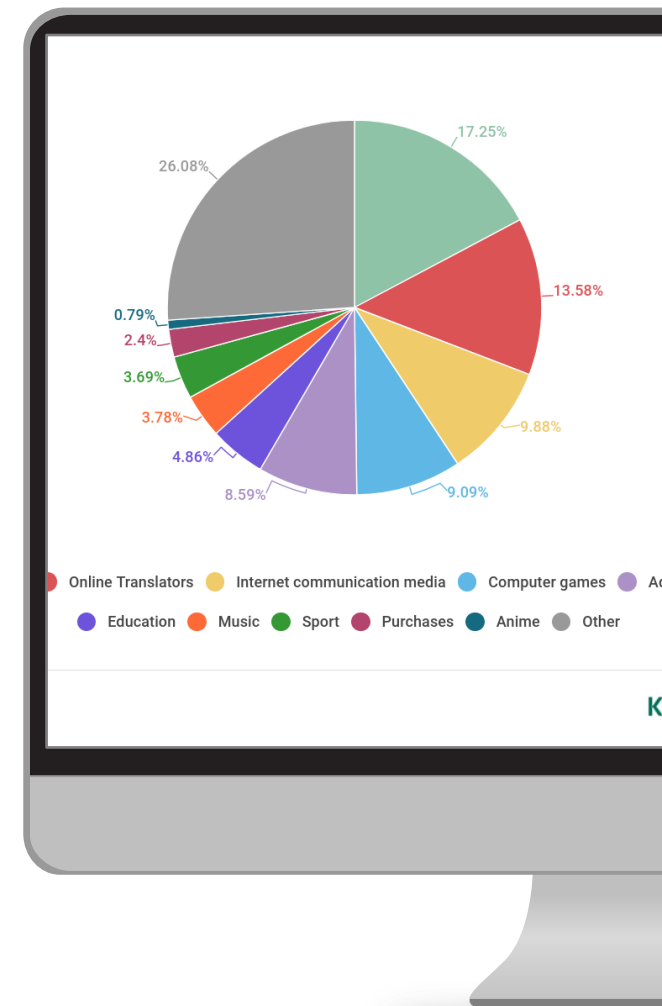
Co mogą zrobić rodzice?

Miej wiedzę na temat mediów. Buduj relację opartą na zaufaniu. Rozmawiaj z dzieckiem i je ucz. Bądź dla dziecka wzorem do naśladowania.

Kontrola rodzicielska

Dowiedz się możliwie dużo o kontroli rodzicielskiej. Podejmij decyzję o najlepszych rozwiązaniach dla Twojej rodziny. Naucz się wdrażać wybrane rozwiązania i stale je aktualizuj.

Do czego dzieci mają dostęp?



Kontroluj sposób wyszukiwania informacji przez dziecko

Najlepszym źródłem informacji o zainteresowaniach dziecka jest jego **historia** wyszukiwania, zapisana w najbardziej popularnych wyszukiwarkach (Bing, Google, Yahoo!). Historię wyszukiwania możesz przeglądać na różne sposoby (patrz kolejny slajd).

Historia
wyszukiwania

Bezpieczne
wyszukiwarki

Niektóre komercyjne narzędzia kontroli rodzicielskiej skanują treść stron internetowych, wysyłając rodzicom natychmiastowe powiadomienie, gdy dziecko trafi na stronę z niepożądaną treścią.



Sprawdź historię wyszukiwania

Przycisk „Historia”

Otwórz wyszukiwarkę, z której korzysta dziecko. Kliknij trzy kropki w górnym prawym rogu ekranu. Z listy opcji wybierz i kliknij przycisk „Historia”, by przejrzeć całą historię wyszukiwania.

Konto Google

Jeżeli dziecko ma konto Google, wejdź w jego ustawienia. Znajdziesz tam i możesz przejrzeć całą historię wyszukiwania.

Dostawcy internetu

U niektórych dostawców internetu można zamówić usługę dostępu do historii wyszukiwania dla elektronicznego adresu gospodarstwa domowego, lub opcji zalogowania się na własne konto na stronie dostawcy i przejrzania historii wyszukiwania.

Incognito

Nawet jeżeli dziecko korzysta z sieci w trybie *incognito* (anonimowo), komercyjne narzędzia kontroli rodzicielskiej umożliwiają sprawdzenie prywatnej historii wyszukiwania na telefonach i tabletach z systemem Android.





BEZPIECZNE WYSZUKIWARKI

Kontroluj treści, do których dziecko ma dostęp

Powstało kilka wyszukiwarek przeznaczonych dla dzieci i domyślnie filtrujących niewłaściwe treści. Oto kilka przykładów:

✓ **Kiddle (dla dzieci powyżej 4 roku życia)**

(<https://www.kiddle.co/>),

✓ **Kidoz (dla dzieci powyżej 4 roku życia)** (<https://kidoz.net/>),

✓ **KidzSearch (dla dzieci powyżej 10 roku życia)**

(<https://www.kidzsearch.com/>),

✓ **Google Scholar (dla dzieci powyżej 13 roku życia)**

(<https://scholar.google.com/>)

Nastolatki zapewne nie zechcą z nich korzystać, ale warto nimi zainteresować młodsze dzieci.

➤ *Uwaga: większość wymienionych wyszukiwarek radzi sobie doskonale z wyrażeniami anglojęzycznymi – nieco gorzej z wyszukiwaniem słów w innych językach.*





BEZPIECZNE PRZESZUKIWANIE INTERNETU – WSKAZÓWKI

- Bądź na bieżąco z wiedzą na temat zagrożeń i standardów bezpieczeństwa w internecie.
- Naucz dziecko, by nigdy nie ujawniało w internecie swoich danych osobowych.
- Korzystaj z bezpiecznych wyszukiwarek i bezpiecznego oprogramowania rodzinnego.
- Jeżeli dziecko trafi na niepożądane treści, kaź mu natychmiast wyłączyć komputer bez klikania czegokolwiek.
- Bądź otwarty(-a) na rozmowę. Udzielaj informacji, nie oceniając.

Czy są pytania?





DOBRE MANIERY W INTERNECIE

Netykieta to „*etykieta internetowa*” – kodeks uprzejmych zachowań w sieci, obowiązujący w takich obszarach, jak

- wymiana wiadomości mailowych,
 - media społecznościowe,
 - pokoje rozmów (*chat rooms*),
- komentowanie treści na stronach internetowych,
 - gry z udziałem wielu uczestników,
- inne kategorie komunikacji w internecie.

Doświadczeni użytkownicy internetu sprzeciwiają się nieodpowiednim komentarzom i brakowi dobrych manier w sieci. Zachowuj się rozsądnie. Dwie podstawowe zasady ogólne:

- ✓ **traktuj innych użytkowników internetu – podobnie jak osoby, z którymi masz do czynienia w świecie rzeczywistym – z szacunkiem; i**
- ✓ **zastanów się, zanim coś zrobisz lub napiszesz.**

NETYKIETA

Pomyśl, zanim klikniesz!

Oto złota zasada każdego zachowania w internecie



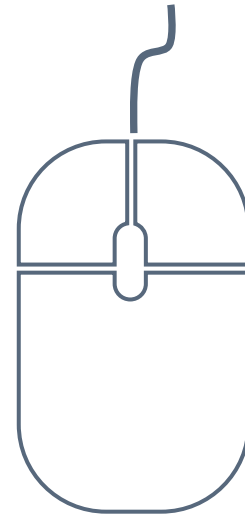
Szanuj prywatność – własną i cudzą

Nie udostępniaj danych osobowych ani zdjęć lub filmików, jeżeli osoba, której wizerunek się na nich znajduje, mogłaby sobie nie życzyć ich publikacji.



Dbaj o język!

Nie przeklinaj. Nie używaj obraźliwego języka w komunikacji prywatnej ani publicznie.



Pracuj nad dobrymi manierami w internecie



Prosimy nie spamować!

Nie spamuj – nie wysyłaj innym bez uzgodnienia obszernych treści.



Zachowaj umiarkowanie w reakcjach

Unikaj zamieszczania w sieci prowokacyjnych lub obraźliwych komentarzy.

NETYKIETA

Pomyśl, zanim coś udostępnisz!

Twój cyfrowy ślad zostaje w internecie na zawsze.



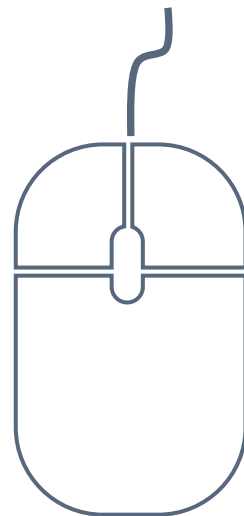
Prosimy nie trollować!

Nie irytuj innych uporczywą czepliwością i denerwującymi komentarzami.



Unikaj zaogniania sytuacji

Unikaj reagowania na negatywne komentarze kolejnym negatywnym komentarzem. Staraj się być uprzejmy(-a) – napisz coś pozytywnego.



Pracuj nad dobrymi manierami w internecie



Współpracuj

Witaj się z innymi, nawiązując kontakt. Dziękuj za pomoc. Gdy ktoś zada pytanie, a Ty znasz odpowiedź, zaproponuj rozwiązanie.



Koncentruj się

Trzymaj się tematu podczas dyskusji w internecie.



CO JEST POPULARNE WŚRÓD DZIECI?

Aplikacje, z których dzieci często korzystają

Dorastając, dzieci korzystają z różnych urządzeń w ramach kontaktów towarzyskich. Poniżej znajduje się krótka lista najczęściej używanych aplikacji społecznościowych, omówionych w „*Materiałach dla Rodziców*”.

MeLi 
FOR PARENTS

- **Tik Tok** (poprzednia nazwa: Musical.ly): treści wideo z opcjami aktywności kreatywnej
- **Spotify**: aplikacja muzyczna, w której dzieci mogą tworzyć listy ulubionych wykonawców, a następnie słuchać wybranej muzyki.
- **Minecraft**: bardzo popularna gra eksploracyjno-konstrukcyjna.
- Aplikacje społecznościowe:
 - **YouTube**
 - **Instagram**
 - **Snapchat**
 - **Viber**
 - **WhatsApp** i
 - **(Facebook) Messenger**

Czy są pytania?

Pytania można zadawać na
czacie lub poprosić o
udzielenie głosu



Chodźmy na
przerwę!

MeLi 
FOR PARENTS

Następna sesja:
narzędzia kontroli
rodzicielskiej



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

NARZĘDZIA KONTROLI RODZICIELSKIEJ

Aplikacje wspierające opiekę rodzicielską w erze
cyfrowej

Narzędzia kontroli rodzicielskiej ograniczają dostęp do nieodpowiednich treści

- ✓ stanowią element usług cyfrowych albo gier
- ✓ mogą być wbudowane w urządzenia przenośne/ oprogramowanie
- ✓ lub być dostępne na zasadach komercyjnych

❖ **Narzędzia kontroli rodzicielskiej** pomagają w obserwowaniu urządzeń, z których korzysta dziecko, a także poczty elektronicznej, profili w mediach społecznościowych, wiadomości tekstowych i innych funkcjonalności urządzeń przenośnych

❖ **Filtry treści** to popularna kategoria narzędzi kontroli rodzicielskiej ograniczających dostęp do określonych treści w internecie

❖ Istnieją również **narzędzia kontroli aktywności internetowej** dla rodziców zaniepokojonych potencjalnie nieodpowiednimi rozmowami lub aktywnościami dziecka





ZAKRES STOSOWANIA NARZĘDZI KONTROLI RODZICIELSKIEJ

Narzędzia kontroli rodzicielskiej możemy stosować w zakresie większości oprogramowania i aplikacji codziennego użytku:

- systemów operacyjnych, np. Windows, iOS
- przeglądarek internetowych
- oprogramowania
- aplikacji na komputery osobiste lub urządzenia przenośne
- sieci Wi-Fi
- usług świadczonych przez dostawców internetu

Funkcjonalność narzędzi kontroli rodzicielskiej

FUNKCJONALNOŚĆ NARZĘDZI KONTROLI RODZICIELSKIEJ

Proste w obsłudze aplikacje, zawierające całościowe instrukcje instalacji i obsługi



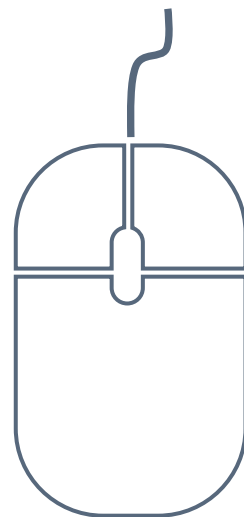
Kontrola treści

Większość narzędzi kontroli rodzicielskiej umożliwia blokowanie stron internetowych uznawanych przez nas za nieodpowiednie dla dziecka.



Kontrola użytkownika

Ograniczenie korzystania z urządzeń przez wprowadzenie limitów czasowych lub zakazu określonych form użytkowania.



Chroń swój dom



Kontrola oprogramowania

Wiele narzędzi kontrolnych to narzędzia zarządzania użytkowaniem komputera, wymuszające zastosowanie określonego oprogramowania.



Monitoring

Narzędzia śledzą lokalizację i formy aktywności związane z danym urządzeniem.



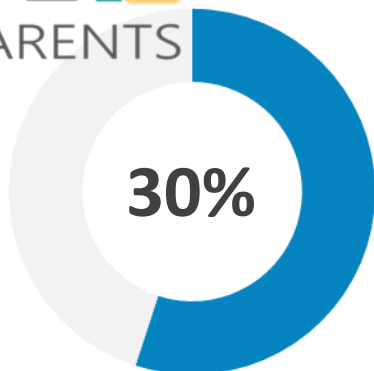
FILTRY INTERNETOWE; LIMITY CZASOWE; TREŚCI

- ❖ Dobre narzędzie kontroli rodzicielskiej zapewnia filtrację treści, blokując dostęp do stron internetowych zawierających treści pornograficzne, ukazujące przemoc itp.
- ❖ Filtracja treści działa wyłącznie pod warunkiem niezależności od wyszukiwarki i zastosowania na bezpiecznych stronach internetowych (HTTPS).
- ❖ Bez filtracji HTTPS obeznany z informatyką nastolatek może obejść system, założyć nowe konto lub skorzystać z urządzenia kolegi/ koleżanki.

Niekontrolowany dostęp do nieodpowiednich treści

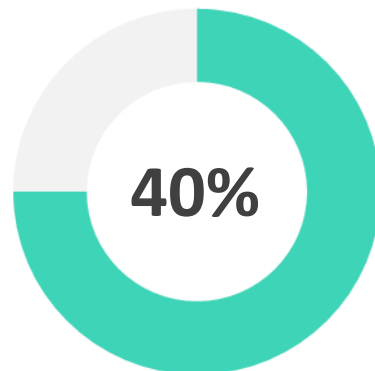
MeLi
FOR PARENTS

 Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



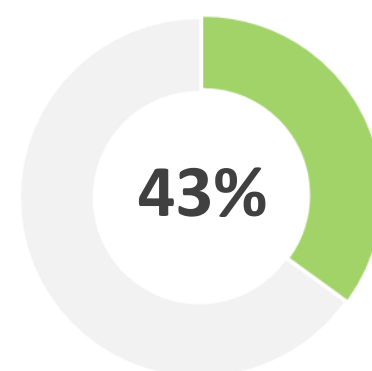
Nagie zdjęcia

Fundacja *Internet Watch*:
w 2019 roku 1/3 treści
seksualnych z
wizerunkami dzieci
stanowiły zdjęcia
zrobione samodzielnie –
¼ z nich przez dzieci od
11 do 13 roku życia



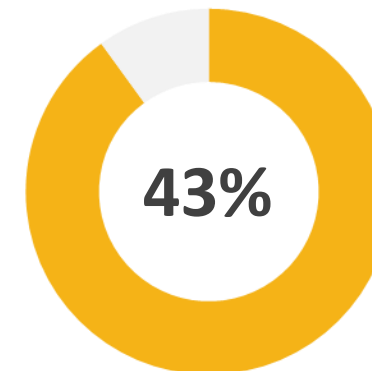
Seksting

Badanie aplikacji
Jimini z 2019 r.: 40%
dzieci otrzymało i
wysłało wiadomość z
kategorii „seksting”
przed ukończeniem
13 roku życia



Nieznajomi

Cybersafe Ireland: 43%
dzieci od 8 do 13 roku
życia rozmawia z
nieznajomymi w
internecie; 1/3 z nich
rozmawia z nieznajomymi
codziennie lub
przynajmniej raz w
tygodniu



Gry z elementami przemocy

Cybersafe Ireland: 43% 10-
letnich chłopców gra w gry
przeznaczone dla osób
powyżej 18 roku życia,
zawierające elementy
przemocy i treści o
charakterze seksualnym,
nieodpowiednie dla dzieci w
tym wieku.



KONTROLA DANYCH OSOBOWYCH

- ❖ Kontroluj dane osobowe zbierane przez tzw. ciasteczka, kamerki internetowe i mikrofony, a także na stronach internetowych oraz przez aplikacje i gry i oprogramowanie w sieci.
- ❖ Wybrane ustawienia powinny być dopasowane do wieku dziecka, platformy, z której korzystają oraz rodzaju informacji, które udostępniają (na przykład ustawienia prywatności na kontach w mediach społecznościowych)
- ❖ Dzieci muszą rozumieć, że ślad cyfrowy może być trwały.



USUWAMY TZW. CIASTECZKA W PRZEGLĄDARCE CHROME

- Otwórz przeglądarkę Chrome.
- Kliknij trzy kropki w górnym prawym rogu, by wejść w „*Ustawienia*”.
- Przewiń w dół, kliknij opcję „*Więcej narzędzi*”.
- Kliknij opcję „*Wyczyść dane przeglądania*”.
- W sekcji „*Pliki cookie i inne dane witryn*” wybierz ciasteczka do usunięcia zależnie od opcji.
- Kliknij „*Wyczyść dane*”.
- Możesz także wyczyścić pamięć podręczną, w której komputer przechowuje informacje o przeglądanych wcześniej stronach, by ładowały się szybciej przy kolejnych wizytach.



KONTROLUJ URZĄDZENIA

Obserwuj urządzenia, z których korzysta dziecko

Współczesne dzieci korzystają z różnorodnych urządzeń podłączonych do internetu. Systemy narzędzi kontroli rodzicielskiej muszą nadążać za dziecięcymi preferencjami. Rodzice muszą znać zasady działania

Rodzice muszą znać zasady działania

- systemów operacyjnych (Windows, iOS),
- przeglądarek internetowych,
- oprogramowania,
- sieci domowych.

Przed wybraniem narzędzia kontroli rodzicielskiej należy upewnić się, że jest ono kompatybilne z wszystkimi rodzajami urządzeń wykorzystywanych w gospodarstwie domowym – np. zasady kompatybilności są różne dla systemów macOS i iOS.





WYBIERAMY ODPOWIEDNIE NARZĘDZIE

Funkcjonalność narzędzi kontroli rodzicielskiej jest zróżnicowana. Zanim wybierzesz najlepsze rozwiązanie dla swojej rodziny, sprawdź:

- ✓ opinie – pomogą ci podjąć decyzję w kwestii optymalnych rozwiązań;
- ✓ limity liczby profili lub urządzeń, z których korzysta dziecko;
- ✓ cennik dla limitów związanych z urządzeniami (większość komercyjnego oprogramowania kontroli rodzicielskiej działa na zasadach subskrypcji);
- ✓ dostępność darmowych narzędzi podstawowej ochrony urządzeń.

Jeżeli dziecko korzysta wyłącznie ze smartfona:

- ✓ sprawdź wbudowane aplikacje kontroli rodzicielskiej dla urządzeń przenośnych.



CHROŃ SWÓJ DOM

Rozwiązania sieciowe

Jeżeli instalacja narzędzi kontroli rodzicielskiej na każdym urządzeniu wydaje się zbyt trudna, rozważ rozwiązanie ogólnosieciowe, na przykład OpenDNS. Systemy DNS filtrują treść na poziomie routera, w związku z czym ustawienia obejmują wszystkie urządzenia w sieci.

PLUSY

- ✓ prostota instalacji;
- ✓ szeroko zakrojone, szybko wdrażane rozwiązanie.

MINUSY

- ✓ bardzo ogólny (nieszczegółowy) poziom kontroli;
- ✓ brak opcji szczegółowej obserwacji poszczególnych urządzeń, w odróżnieniu od narzędzi indywidualnych.



KORZYSTAJ Z DARMOWYCH NARZĘDZI GOOGLE

Założ konto

- ✓ W ustawieniach **Wyszukiwania** znajdź „*Filtry bezpiecznego wyszukiwania*”.
- ✓ Zaznacz pole obok opcji „*Filtruj wyniki o charakterze jednoznacznie seksualnym*”.
- ✓ U dołu ekranu kliknij opcję „*Zapisz*”.

Konto

Bezpieczne
przeglądanie
internetu

Bezpieczne wyszukiwanie treści

- ✓ Aby założyć konto, otwórz aplikację **Family Link** LUB wejdź na stronę ustawień **Family Link**.
- ✓ W górnym prawym rogu kliknij opcję „*Utwórz*”.
- ✓ Postępuj zgodnie z **instrukcjami**, by założyć konto.
- ✓ Na ekranie pokaże się potwierdzenie.

Bezpieczne
polecanie treści
z internetu

Play Store

- ✓ Otwórz Play Store.
- ✓ W górnym lewym rogu kliknij „*Ustawienia*”.
- ✓ Włącz **kontrolę rodzicielską**.
- ✓ Utwórz kod PIN.
- ✓ Zaznacz kategorie treści, które chcesz odfiltrować z aplikacji, gier i muzyki.

Kontroluj treści

Family Link

- ✓ Wybierz profil dziecka.
- ✓ W sekcji „*Ustawienia*” wybierz „*Zarządzaj ustawieniami*”, a następnie „*Filtry w Google Chrome*”.
- Wybierz żądane ustawienia:
 - **Zezwalaj na wszystkie strony**
 - **Próbuj blokować strony dla dorosłych**
 - **Zezwalaj tylko na wybrane strony**
- ✓ Wybierz opcję „*Zarządzaj stronami*”, by ręcznie zatwierdzić albo zablokować określone strony.

GOOGLE FAMILY LINK

Zarządzanie procesem przeglądania treści przez dziecko w wyszukiwarce Chrome

Wybierz profil dziecka w aplikacji **Family Link**. W **Ustawieniach** wybierz opcję **Zarządzaj ustawieniami**, następnie **Filtry w Google Chrome**. Spośród poniższych opcji wybierz żądane ustawienia:

Zezwalaj na wszystkie strony: dziecko będzie mogło wchodzić na wszystkie strony z wyjątkiem zablokowanych przez Ciebie.

Próbuj blokować strony dla dorosłych: strony zawierające treści o charakterze seksualnym i ukazujące przemoc zostaną ukryte.

Zezwalaj tylko na wybrane strony: dziecko będzie mogło wchodzić wyłącznie na strony, które zatwierdzisz.

Zarządzaj stronami, by ręcznie zezwolić na dostęp do określonych stron lub je zablokować.

Powyższymi ustawieniami możesz również zarządzać, klikając imię dziecka na stronie **families.google.com**.





KTO KORZYSTA Z TWOICH DANYCH OSOBOWYCH

- ❖ Kiedykolwiek udostępniasz swoje dane osobowe, masz prawo oczekiwać, że odbiorca będzie je chronił, szanując Twoje prawo do prywatności.
- ❖ Niestety często dochodzi do naruszenia obowiązku ochrony danych osobowych i ujawniania danych.
- ❖ Podmioty zbierające dane osobowe mogą sprzedawać je stronom trzecim.
- ❖ Cyberprzestępcy mogą sprzedawać dane dziecięce dane osobowe w tzw. ciemnej sieci, gdzie nabywcy wykorzystują je dla potrzeb oszustw podatkowych lub kradzieży tożsamości.



DZIECI A DANE OSOBOWE

- ❖ Dzieci często przybierają w internecie wyjątkową tożsamość. Należy je uczyć podejmowania właściwych decyzji dotyczących ich danych osobowych.
- ❖ Zapewnij dziecku wsparcie.
- ❖ Opanowanie właściwych zachowań i umiejętność chronienia własnej prywatności w internecie to kompetencje, które będą dziecku służyły przez całe życie.



DOBRE PRYZWYCZAJENIA ZWIĄZANE Z HASŁAMI

Dobre przyzwyczajenia związane z hasłami to niezbędny element gwarancji bezpieczeństwa danych osobowych. Naucz dziecko, że:

- hasłami nie wolno się z nikim dzielić, szczególnie z kolegami szkolnymi i innymi użytkownikami internetu;
- tworząc hasła, powinno unikać posługiwania się imieniem i datą urodzenia, a także imionami członków rodziny czy zwierząt domowych;
- hasła należy regularnie zmieniać, ustawiając różne hasła dla różnych kont.



KONTROLA KONTAKTÓW TOWARZYSKICH

Jak wygląda komunikacja w środowisku dziecięcym

Dzieci kontaktują się z kolegami/ koleżankami w mediach społecznościowych; dlatego muszą wiedzieć, że ich ślad cyfrowy może być wieczny; i zrozumieć, że wszelkie treści oglądane, udostępniane, zamieszczane i pobierane taki ślad zostawiają.

Dzieci korzystają z następujących kanałów komunikacji:

- wiadomości tekstowe
- wiadomości głosowe
- udostępnianie zdjęć
- tagowanie
- czat
- tzw. *stories* (historyjki zawierające zdjęcia i filmiki) na platformach Facebook i Instagram



UCZYMY BEZPIECZNEJ KOMUNIKACJI

Media społecznościowe

Ucz dziecko zasad wchodzenia w interakcję z osobami znajomymi i udostępniania danych osobowych innych osób wyłącznie za ich zgodą

Interakcja

Posty

Komentowanie

Należy uczyć dziecko odpowiednich form komentowania cudzych postów oraz kontrolowania własnych reakcji

Tajemnice

Wiadomości prywatne

Treści wysłane komunikatorem nie zawsze pozostają w pełni prywatne; istnieje również ryzyko rozpowszechnienia danych użytkowników wymieniających się wiadomościami.

Prywatność

Nieznajomi

Upewnij się, że Twoje dziecko umie chronić własną prywatność w sieci, nie udostępniając swoich danych nieznanym i nie nawiązując z nimi emocjonalnych ani innych relacji.



STARSZE DZIECI I ICH ZNAJOMI Z INTERNETU

Starsze dzieci mają dostęp do różnorodnych treści w telewizji, w grach lub w urządzeniach kolegów/ koleżanek – bywa, że rodzice martwią się interakcją, w jaką wchodzi ich dzieci:

- nawiązanie przez rodziców kontaktu ze znajomymi z internetu lub z innymi użytkownikami jest praktycznie niemożliwy;
- niektóre dzieci akceptują wybrane formy nadzoru; nie dotyczy to jednak większości.
- rodzice mają obowiązek przestrzegania prawa dziecka do prywatności;
- zachęcanie do rozmowy jest znacznie lepszym rozwiązaniem od stosowania oprogramowania kontroli rodzicielskiej jako oprogramowania szpiegującego.

Wszystkie wymienione przypadki uzasadniają stosowanie narzędzi **miękkiej kontroli rodzicielskiej**.



KONTROLA KONTAKTÓW TOWARZYSKICH

Obserwowanie kontaktów i wiadomości prywatnych

- ❖ Istnieją liczne serwisy umożliwiające obserwację kontaktów i wiadomości prywatnych, a także rozpoznawanie sytuacji potencjalnie niebezpiecznych.
- ❖ Niektóre wersje oprogramowania kontroli rodzicielskiej blokują nowe kontakty lub wyświetlają treść wiadomości prywatnych (dotyczy głównie krótkich wiadomości tekstowych – SMS; niestety opcja ta nie jest dostępna dla większości aplikacji pełniących funkcję komunikatorów, takich jak WhatsApp lub Snapchat).
- ❖ Śledzenie mediów społecznościowych również stanowi źródło informacji o kontaktach społecznych dziecka w internecie.
- ❖ Aby dysponować tego rodzaju formą kontroli musimy znać login i hasło dziecka lub przekonać je do zalogowania się i udzielenia zgody na instalację oprogramowania śledzącego.





KONTROLA KONTAKTÓW TOWARZYSKICH

Obserwacja aktywności dziecka w internecie

Niektóre wersje komercyjnych narzędzi kontroli rodzicielskiej oferują funkcjonalność umożliwiającą obserwację aktywności dziecka w internecie. Jest to pożyteczna opcja w następujących okolicznościach:

- ✓ gdy chcemy zapewnić sobie możliwość reagowania na prośby dziecka związane z dostępem do określonych treści lub wydłużenia czasu korzystania z urządzenia ekranowego;
- ✓ gdy chcemy zarządzać całością aktywności online, kontrolując raporty z aktywności i ograniczenia;
- ✓ gdy chcemy, by wszelkie wprowadzane przez nas zmiany były powielane w urządzeniu, z którego korzysta dziecko, gdy podłączy się do internetu.

Gdy dziecko podejmie próbę wejścia na zablokowaną stronę, narzędzie wyśle rodzicom powiadomienie przez aplikację lub stronę internetową, pocztą elektroniczną, wiadomością tekstową lub z wykorzystaniem kombinacji wymienionych opcji.



Weź udział w prostym quizie



Czy wiesz, ile godzin tygodniowo dziecko spędza na rozmowach (tzw. czatach) przez internet?



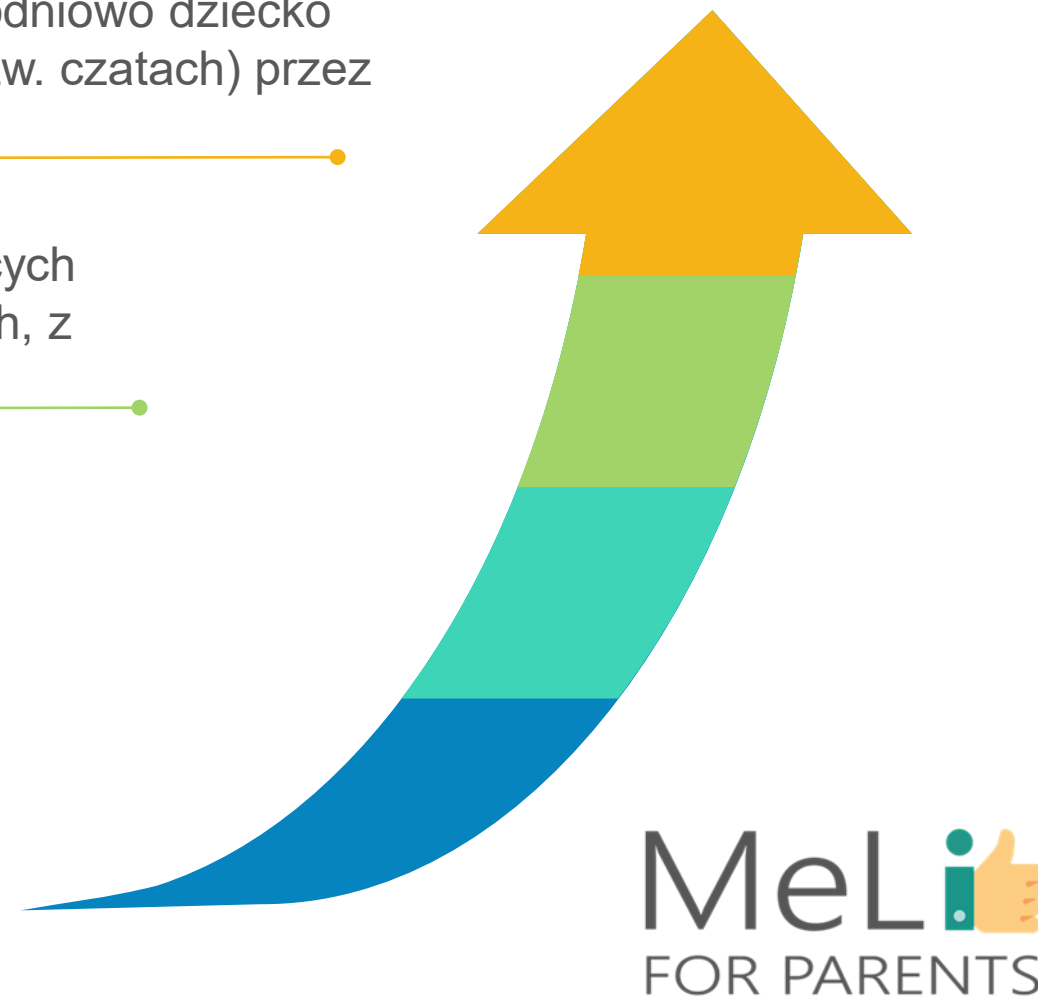
Czy korzystasz z narzędzi filtrujących strony internetowe w urządzeniach, z których korzysta dziecko?



Czy ustaliłeś(-aś) wspólnie z dzieckiem „*Domowe zasady korzystania z internetu*”?



Czy komputer, z którego dziecko korzysta w domu, znajduje się we wspólnej przestrzeni?

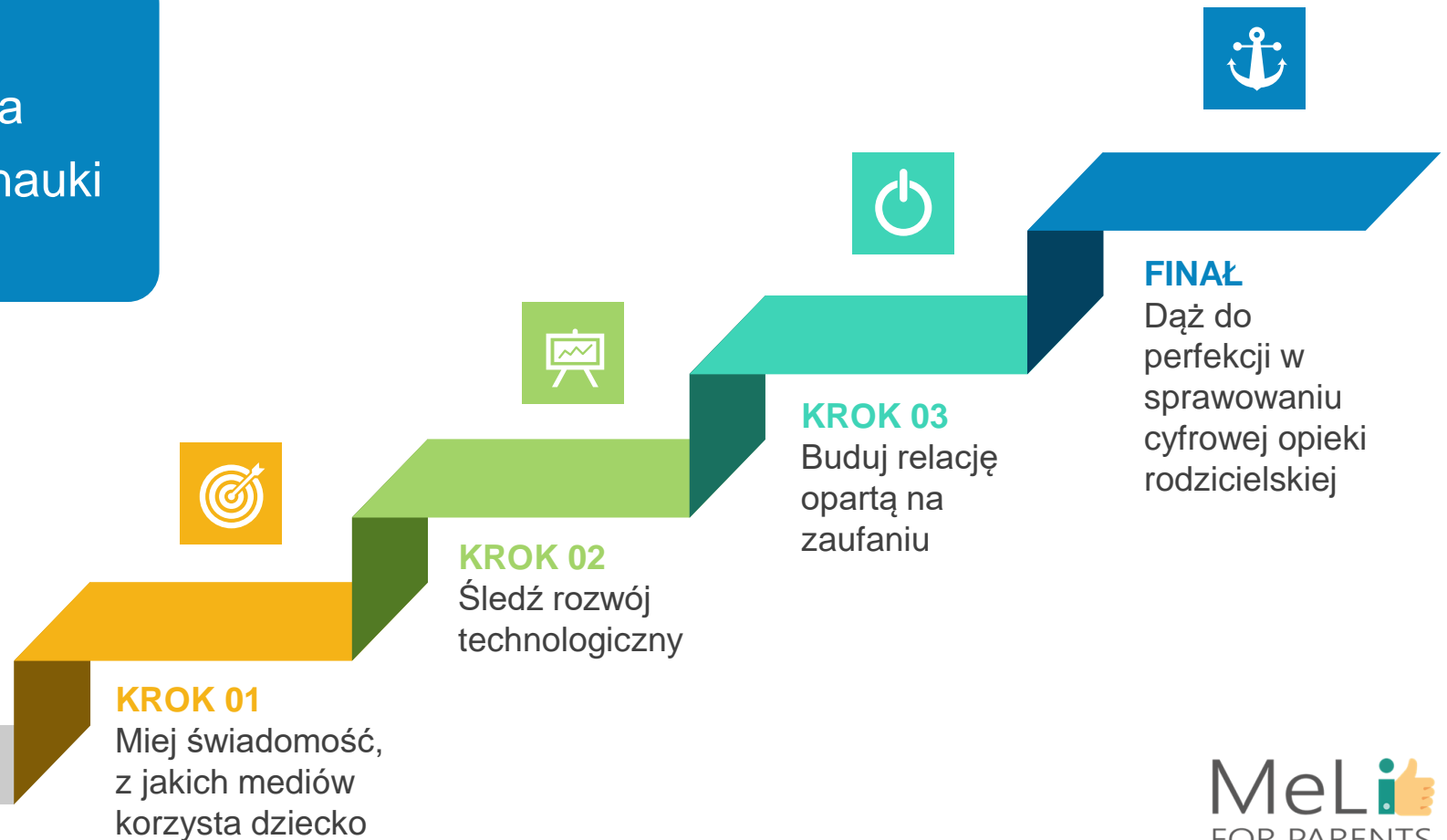


Quiz z możliwymi odpowiedziami „tak/nie”



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

O ile nie udzieliłeś(-aś)
odpowiedzi twierdzącej na
wszystkie pytania, wiele nauki
przed Tobą!



PODSTAWY – I CO DALEJ



Wychodząc poza podstawy przekonamy się, że systemy kontroli rodzicielskiej oferują właściwości zaawansowane.

Gdy opanujemy podstawy

Do opcji zaawansowanych należą monitoring aktywności dziecka na platformie YouTube, *geofencing* (dosł. ogrodzenia wirtualne, geolokalizacja) i zdalne blokowanie urządzeń: na przykład *geofencing* to narzędzie lokalizacyjne, umożliwiające śledzenie starszego dziecka, gdy przebywa z kolegami/ koleżankami poza domem. Wersje zaawansowane umożliwiają analizę treści stron internetowych, filtrowanie nieodpowiednich treści oraz dodawanie dobranych indywidualnie słów kluczowych, aplikacji i kategorii, które chcemy zablokować.

KONTROLA

Sprawowanie cyfrowej opieki rodzicielskiej wiąże się z licznymi wyzwaniami. Kontrola aktywności dziecka w internecie to marzenie wszystkich rodziców – natomiast wszyscy przekonamy się błyskawicznie, że relacja oparta na zaufaniu to najlepsze z dostępnych nam narzędzi nadzoru.



Pogłębiaj wiedzę
na temat mediów



Buduj zaufanie



Ucz

Źródła

❖ American Academy of Pediatrics (AAP),
Media and Children Communication Toolkit,
<https://www.aap.org/en-us/advocacy-and-policy/aap-health-initiatives/Pages/Media-and-Children.aspx>.

❖ Madigan, S., Browne, D., Racine, N., et. al.
Association Between Screen Time and
Children's Performance on a Developmental
Screening Test, *JAMA Pediatrics*.
2019;173(3):244-250.
doi:10.1001/jamapediatrics.2018.5056.

❖ EU Kids Online 2020: Survey results from
19 countries. This report maps the internet
access, online practices, skills, online risks
and opportunities for children aged 9–16 in
Europe. Teams of the EU Kids Online
network collaborated between autumn 2017
and summer 2019 to conduct a major
survey of 25,101 children in 19 European
countries.

❖ General Data Protection Regulation
https://www.european-council.europa.eu/media/assets/4/4F/1610075main_en.pdf



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Źródła

- ❖ https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/Children-And-Watching-TV-054.aspx
- ❖ <https://www.common sense media.org/about-us/our-mission/about-our-ratings/apps>
- ❖ <https://securelist.com/kids-report-2018/85912/>
- ❖ <https://www.kaspersky.com/blog/what-kids-search-online/22619/#:~:text=Today's%20netkids%20are%20most%20interested,Anime%20series%20also%20remain%20popular.>
- ❖ <https://childdevelopmentinfo.com/family-living/kids-media-safety/children-teens-web-internet-safety/internet-parental-controls-why-you-should-use-them/#gs.9ixl87>
- ❖ <https://www.pcmag.com/picks/the-best-parental-control-software>
- ❖ <https://sipbench.eu/transfer/FullStudyonparentalcontroltoolsfortheonlineprotectionofchildren.pdf>
- ❖ <https://www.additudemag.com/screen-time-parental-control-apps/>
- ❖ s.



MeLi
FOR PARENTS

Media cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa B.1.5: Cyberdręczenie i mowa nienawiści
w internecie



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Spis treści

CYBERDRĘCZENIE I MOWA NIENAWIŚCI W INTERNECIE

Niniejsza jednostka szkoleniowa służy głównie omówieniu znaczenia znajomości zjawisk cyberdręczenia i mowy nienawiści w internecie, oraz rozpoznawania ich przejawów wśród natłoku aktywności i treści internetowych.

Korzystanie z serwisów społecznościowych i przeglądanie internetu coraz częściej wiąże się z możliwością kontaktu z wymienionymi zjawiskami, również w roli ofiary. Rodzice muszą być głęboko świadomi skutków tego rodzaju praktyk dla młodych umysłów, chłonnych i podatnych na wpływy zewnętrzne.

01

Dręczenie a cyberdręczenie

Definicje, różnice i konsekwencje.

02

Mowa nienawiści

Jakie jest jej źródło? Rola technologii i umiejętność rozpoznawania zjawiska.

03

Świadomość rodzicielska

Dane dotyczące świadomości rodzicielskiej w obszarze występowania i przejawów przedmiotowych przestępstw. Znaczenie rozwijania kompetencji medialnych z myślą o bezpieczeństwie dziecka.

04

Co możemy zrobić

Strategie rozpoznawania zagrożeń i zwalczania cyberprzestępczości.



Czym jest dręczenie?

Dręczenie jest celowym działaniem, mającym na celu fizyczne lub emocjonalne zranienie, skrzywdzenie lub poniżenie dziecka. Działania takie mogą mieć miejsce w szkole, w miejscu publicznym, w grupie rówieśniczej lub w internecie.

Jeśli do dręczenia dochodzi w sieci, mówimy o cyberdręczeniu – jednej z form cyberprzemocy.

Cechą charakterystyczną znęcania się jest to, że nie jest sporadyczne. Wręcz przeciwnie, jest to zachowanie powtarzające się.





CECHY CHARAKTERYSTYCZNE DRĘCZENIA

- Dręczenie wiąże się z działaniami nasyconymi przemocą i polegającymi na zastraszaniu. Nad ofiarą może znęcać się jeden dręczyciel lub ich grupa.
- Nękanie słowne, napaść fizyczna, prześladowania – na przykład w środowisku szkolnym.
- Dręczyciele korzystają zazwyczaj z tak zwanej zmowy milczenia: nikt się im nie sprzeciwia, nikt nie ujawnia ich czynów. Często są również podziwiani – jakkolwiek skrycie – za brawurowe zachowania.

Od dręczenia do cyberdręczenia



- Współczesna technologia pozwala dręczycielom przenikać pod dachy ofiar, pojawiać się w każdym momencie ich życia, prześladować obraźliwymi wiadomościami, zdjęciami, filmikami wysyłanymi ze smartfonów lub umieszczanymi na stronach internetowych i w mediach społecznościowych.
- **Dręczenie przyjmuje formę cyberdręczenia.**
- W wielu krajach europejskich zarówno dręczenie jak i cyberdręczenie są ścigane na podstawie odrębnych przepisów prawnych – chociaż zazwyczaj jako okoliczności obciążające (dotyczy gróźb karalnych, zniesławienia, kradzieży tożsamości), nie jako czyny noszące same w sobie znamiona przestępstwa.



CECHY CHARAKTERYSTYCZNE CYBERDRĘCZENIA

Mianem cyberdręczenia określa się zespół agresywnych, celowych działań, podejmowanych przez jedną osobę lub grupę osób z **użyciem rozwiązań elektronicznych** (krótkich wiadomości tekstowych, MMS-ów, zdjęć, materiałów filmowych, poczty elektronicznej, tzw. pokoi rozmów (*chat rooms*), komunikatorów, stron internetowych, połączeń telefonicznych itp.) w celu wyrządzenia **szkody fizycznej lub psychicznej rówieśnikowi**, który nie jest w stanie się bronić.

DREŃCZENIE A CYBERDREŃCZENIE. RÓŻNICE.

DREŃCZENIE

- Dręczenie ma ograniczony zasięg: klasa, szkoła, grupa rówieśnicza...
- ... a **dręczyciele są znani ofiarom.**
- Do dręczenia dochodzi zazwyczaj w czasie zajęć szkolnych lub w drodze z domu do szkoły lub ze szkoły do domu.
- Dręczyciel ma **bezpośredni kontakt z ofiarą.**
- Zazwyczaj dręczycielami są osoby o silnym charakterze, **zdolne do narzucenia innym swojej woli siłą.**

CYBERDREŃCZENIE

- W cyberdręczenie mogą być uwikłane dzieci i osoby dorosłe **z całego świata.**
- Cyberdręczyciele mają **swobodę** robienia w internecie rzeczy, których nie mogliby robić w świecie rzeczywistym.
- Cyberdręczyciel jest **niewidzialny** lub uważa się za niewidzialnego, ponieważ **działa pod przykrywką technologii i ksywki**, którą przybrał w mediach społecznościowych.
- Każdy – mężczyzna i kobieta, **nawet osoba będąca w świecie rzeczywistym ofiarą** – może stać się cyberdręczycielem.

KONSEKWENCJE CYBERDREŃCZENIA

Ofiara miewa częste trudności z koncentracją, w domu, w szkole lub w pracy.

Myśl o prześladowaniu stale jej towarzyszy.

Ofiara zaczyna odczuwać lęk przy każdym wejściu do internetu.

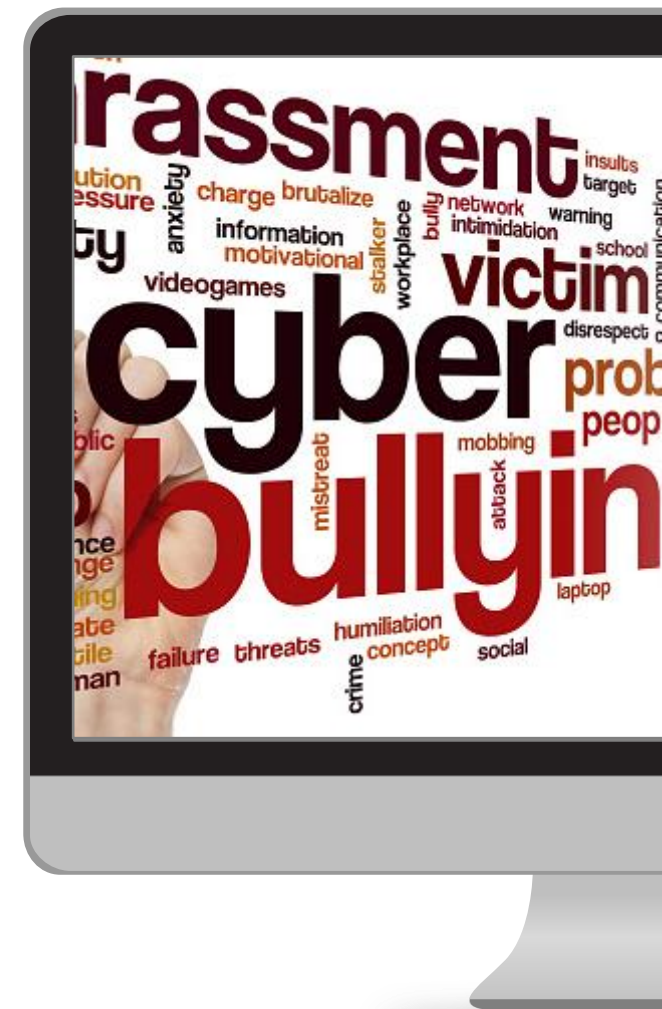
Porażka w rozwiązaniu problemu może **obniżyć samoocenę ofiary.**

Co nie mniej istotne, ofiara może czuć się **osamotniona**, tocząc w pojedynkę beznadziejną walkę.



W jaki sposób
dochodzi do
kontakty ofiary z
cyberdręczycielem?

Ofiara i dręczyciel często nie
znają się osobiście. Do
kontakty dochodzi zazwyczaj
w mediach
społecznościowych.



Czy moje dziecko jest ofiara cyberdręczyciela?

Znęcanie się w środowiskach internetowych zwykle odbywa się poza zasięgiem wzroku dorosłych.

Młody człowiek często nie ma odwagi wyznać, co się z nim dzieje. Jednak słowa nie zawsze są potrzebne, wystarczy dostrzec istotne różnice w zachowaniu :

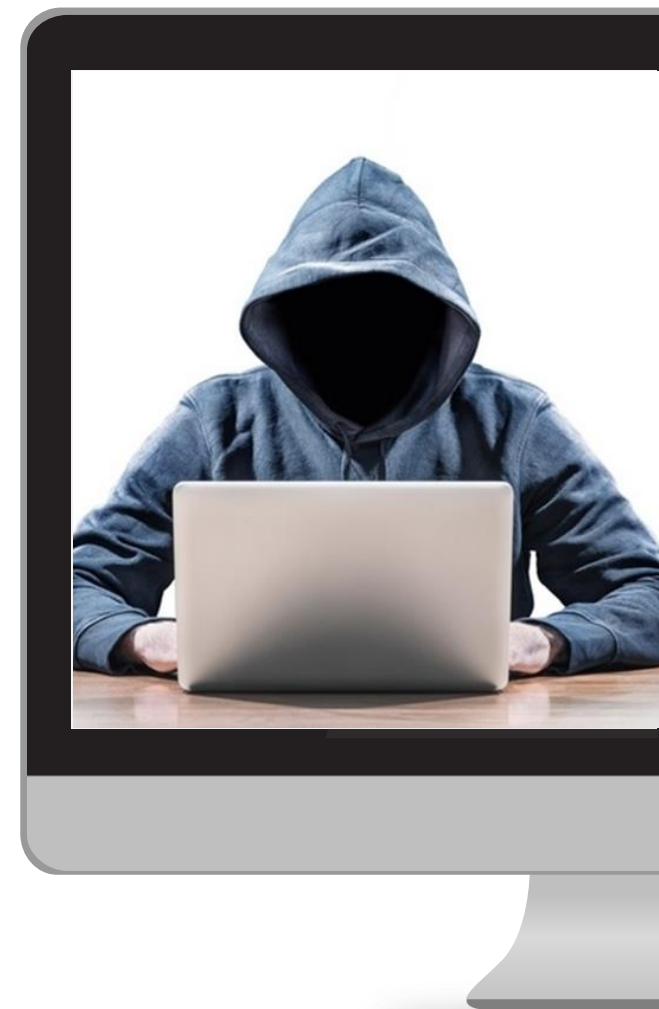
- Dziecko zaczyna wybierać samotne spędzanie czasu, unikając kontaktów społecznych i grup rówieśniczych, z którymi uprzednio było związane.
 - Dziecko zaczyna reagować emocjonalnie w nietypowy dla siebie sposób: złości się lub denerwuje w nieoczekiwanych momentach.
- Dziecko zaczyna spędzać mniej czasu w uprzednio lubianych mediach społecznościowych.
 - W telefonie dziecka zaczynają się pojawiać nowe numery telefonów lub wiadomości od nieznajomych/ nowych osób.



Czy moje dziecko jest cyberdręczycielem?

Cyberdręczycielem może być zostać każdy. Należy zwracać uwagę na objawy opisane przez psychologów. Oto 4 znaki szczególne cyberdręczyciela:

- Agresja jako zasadnicza forma kontaktu z innymi.
- Impulsywność (związana z brakiem samokontroli, uwalniana w doświadczeniu dominowania nad innymi).
- Niska tolerancja na frustrację i obowiązujące zasady.
- Brak poczucia winy związany z niewłaściwymi zachowaniami.

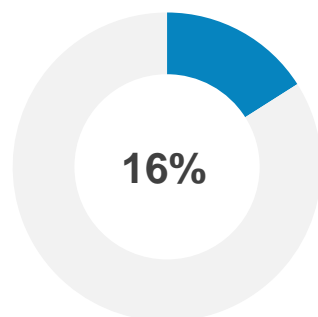


GARŚĆ DANYCH

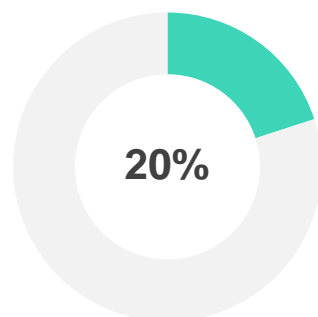


Zjawisko cyberdręczenia jest **wszechobecne**, natomiast trudno je **wyrazić w liczbach** na podstawie **obserwacji**.

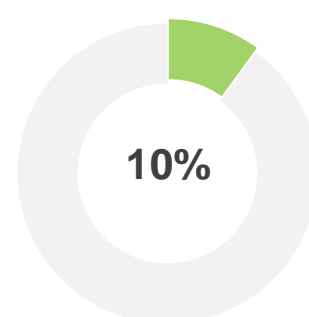
Oto wyniki najświeższych badań:



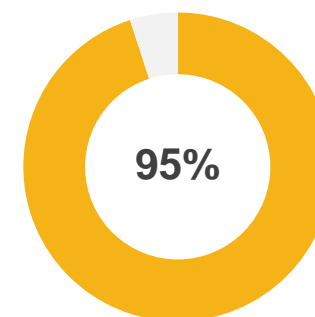
16 procent uczniów deklaruje, że stosowano wobec nich cyberdręczenie.



Jedna na 5 dziewcząt na świecie deklaruje, że była ofiarą cyberdręczenia.



Jedno na 10 dzieci na świecie deklaruje, że było ofiarą cyberdręczenia.



95 procent nastolatków na świecie deklaruje codzienną nieustanną obecność w internecie.



CYBERDRĘCZENIE A MOWA NIENAWIŚCI

- Mowa nienawiści i cyberdręczenie to **dwie odsłony tego samego zjawiska**, przejawy **przesyconego przemocą, niebezpiecznego i niesprawiedliwego sposobu korzystania z nowych mediów**, przy czym konsekwencje dotyczą zazwyczaj użytkowników najbardziej bezbronnych, głównie dzieci i młodzież w wieku szkolnym.
- Dlatego uważa się, że mowa nienawiści i cyberdręczenie wykorzystują te same środki dostępu i **prowadzą do identycznych konsekwencji**: obniżają samoocenę ofiar, wpływając na zdolności o największym znaczeniu.



CZYM JEST MOWA NIENAWIŚCI?

Mowa nienawiści jest stara jak świat.

Powstała jako **narzędzie celów politycznych lub religijnych**, czego dowodem są karty historii. W każdej epoce i we wszystkich regionach świata podżeganie do nienawiści **stwarzało idealne warunki do podziałów społecznych**, zmuszając ludzi do walki.

Środki pozyskiwania zwolenników przez głoszących nienawiść były ograniczone – do czasu **pojawienia się nowych technologii**.

DEFINICJA MOWY NIENAWIŚCI

Oto słownikowa definicja mowy nienawiści:
„Mowa nienawiści to publiczne głoszenie nienawiści lub zachęta do stosowania przemocy wobec określonej osoby lub grupy osób w oparciu o argumenty związane z pochodzeniem rasowym lub etnicznym, wyznaniem, płcią lub orientacją seksualną”.

Nie ulega kwestii, że wymienione argumenty są niezmiennie fałszywe, natomiast wykorzystują mechanizmy manipulacji, niekiedy ogromnie wyrafinowane i równie skuteczne.



Mowa nienawiści a technologia



- Nowe technologie otworzyły nowe granice w telekomunikacji. Liczba odbiorców uprzednio została zwielokrotniona przez telewizję – a internet umożliwia głoszenie dowolnego przekazu w świecie praktycznie darmowym i pozbawionym granic.



Mowa nienawiści w internecie

- Nawet jeżeli mamy do czynienia ze skutkami frustracji lub braku równowagi emocjonalnej jednostki lub grupy osób – nie zaś z rzetelnie przygotowanym projektem politycznym, społecznym lub religijnym – upowszechnianie idei nienawiści w internecie odbywa się szybko i ukorzenia głęboko, zwłaszcza w mediach społecznościowych. Podejrzani w związku z szeregiem niedawnych a kierowanych nienawiścią ataków terrorystycznych mieli za sobą wiele lat zamieszczania postów wyrażających nienawiść w mediach społecznościowych, co sugeruje, że serwisy społecznościowe przyczyniają się do radykalizacji sposobu myślenia.

MOWA NIENAWIŚCI W INTERNECIE I W ŚWIECIE RZECZYWISTYM



Trwałość

Przejawy mowy nienawiści w internecie pozostają aktywne przez lata w różnych formatach i na różnych platformach.

Niespodziewany powrót

Nawet po usunięciu określonej treści z sieci treść ta nie znika trwale.

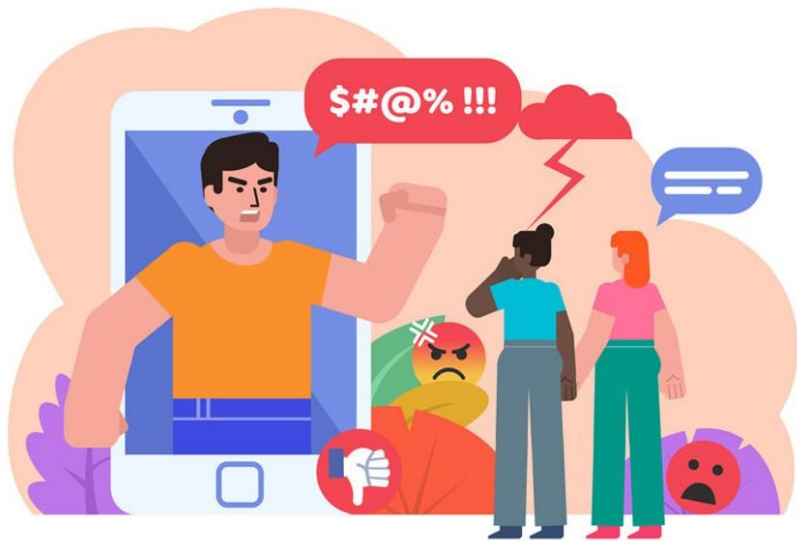
4 cechy charakterystyczne odróżniające mowę nienawiści w internecie i w świecie rzeczywistym

Anonimowość lub posługiwanie się pseudonimami lub fałszywymi nazwiskami

Internet jest miejscem, gdzie (przynajmniej teoretycznie) można działać anonimowo. Wielu wyrażających nienawiść użytkowników czuje się bezkarnie, nie odczuwając obawy, że zostaną rozpoznani.

Brak granic; możliwość szerokiego rozpowszechniania przekazu

Tą cechą karmi się opisywane zjawisko, zagrażając tym, którzy nie dysponują wystarczającymi narzędziami, by się bronić.

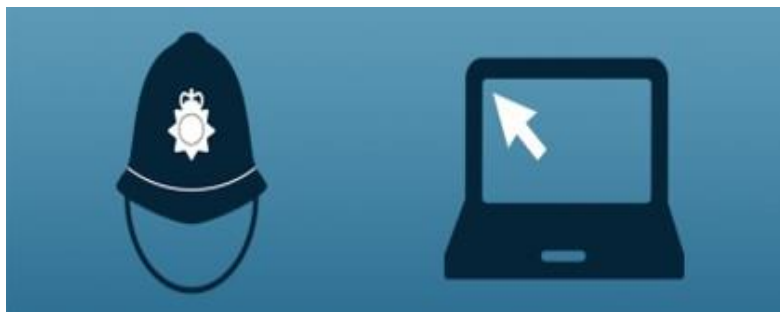


Rozpoznawanie mowy nienawiści

Aby odróżnić mowę nienawiści od uzasadnionej, zgodnej z prawem opinii wyrażanej publicznie – nawet jeżeli jest ona wątpliwa lub mało popularna – należy uwzględnić następujące elementy:

- treść i przekaz;
- kontekst wyrażanej idei;
- cel przyświecający autorowi wypowiedzi;
- sposób postrzegania wypowiedzi.

MeLi 
FOR PARENTS



Czy mowa nienawiści jest niezgodna z prawem?



W wielu krajach mowę nienawiści uznaje się za naruszającą prawo, chociaż – rzecz jasna – ogromnie trudno jest pogodzić prawo wolności słowa z prawem do ochrony przed nienawiścią. Unia Europejska w swoisty sposób wskazała drogę poprzez wydanie decyzji ramowej, w świetle której sankcjom karnym jako przestępstwo podlega publiczne nawoływanie do przemocy lub nienawiści skierowanej przeciwko grupie osób, którą definiuje się według rasy, koloru skóry, pochodzenia, wyznawanej religii lub światopoglądu albo przynależności narodowej lub etnicznej, lub przeciwko członkowi takiej grupy.

Działania na rzecz zwalczania mowy nienawiści w internecie



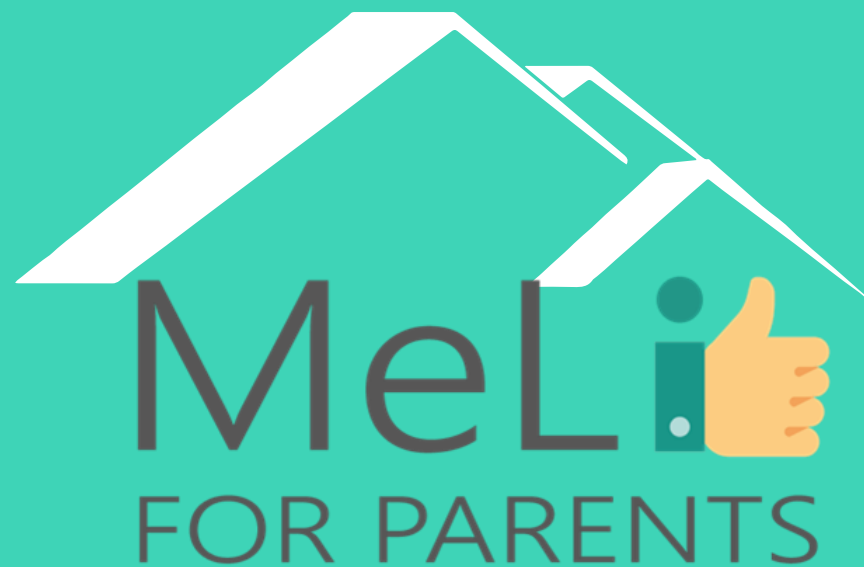
- W maju 2016 roku Komisja Europejska we współpracy z czterema gigantami informatyki i internetu (serwisami Facebook, Twitter i YouTube oraz firmą Microsoft) przedstawiła Kodeks Etyki na rzecz zwalczania niezgodnej z prawem mowy nienawiści w internecie.
- We wrześniu 2017 roku Komisja Europejska przyjęła komunikat zawierający zestaw wytycznych przeznaczonych dla platform internetowych, a opracowanych z myślą o zwalczaniu nielegalnych treści w internecie, w tym mowy nienawiści.
- 1 marca 2018 roku opublikowano Zalecenie Komisji Europejskiej w sprawie działań na rzecz skutecznego zwalczania nielegalnych treści w internecie.



MeLi
FOR PARENTS

Co możemy zrobić

- Odróżnianie obraźliwych komentarzy w internecie od niebezpiecznych wypowiedzi nawołujących do nienawiści może być wyzwaniem nawet dla osób dorosłych.
- Dzieci i młodzi ludzie w wieku szkolnym dopiero wykształcają umiejętności krytycznego myślenia – są zatem zagrożeni w znacznie większym stopniu.
- Częste rozmowy z dzieckiem i obserwacja jego aktywności w mediach społecznościowe nabierają w związku z tym znacznie większego znaczenia, niż zwykła zalecana praktyka: to konieczny warunek skuteczności ewentualnych interwencji!



<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ



Źródła

- <https://kidshealth.org>
- <https://whatis.techtarget.com/definition/cyberbullying>
- <https://dictionary.cambridge.org/it/dizionario/inglese/hate-speech>
- https://www.youtube.com/watch?v=on_y1yOnn4
- <https://rm.coe.int/starting-points-for-combating-hate-speech-online/16809c85ea>
- <https://www.aeseducation.com/blog/what-are-21st-century-skills>
- https://www.britishcouncil.hk/sites/default/files/21st_century_skills_0.pdf
- <https://www.cilvektiesibugids.lv/en/themes/freedom-of-expression-media/freedom-of-expression/hate-speech/how-to-recognise-hate-speech>

Źródła

- <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0221152>
- http://www.ala.org/aasl/sites/ala.org.aasl/files/content/aaslpubsandjournals/slr/vol2/SLMR_EvaluatingInformation_V2.pdf
- <https://www.slideshare.net/>
- <https://www.miur.gov.it/>
- <https://quizizz.com/>
- www.wizcase.com
- <https://www.wikipedia.org/>
- <https://www.diritto.it/cyberbullismo-fattispecie-criminosa-ed-orientamento-giurisprudenziale/>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



MeLi
FOR PARENTS

Media cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa I.1.1: Budowanie komunikacji i zaufania



Spis treści

Niniejsza jednostka szkoleniowa stanowi rozszerzenie jednostki B.1.1. Zostaną omówione następujące tematy:

01

Pośrednia i bezpośrednia edukacja cyfrowa

Rozmowy o korzystaniu z mediów i wywieranie wpływu przez dawanie dobrego przykładu

03

Działania służące budowaniu zaufania

Wspólne korzystanie z rozwiązań teleinformatycznych; wspólna obecność w świecie rozwiązań teleinformatycznych

02

Refleksja na temat własnego modelu korzystania z mediów

Zapoznanie się z wybranymi narzędziami samooceny i autorefleksji

04

Dawanie dobrego przykładu

Czy na pewno działamy zgodnie z zasadą jedności słów i czynów?





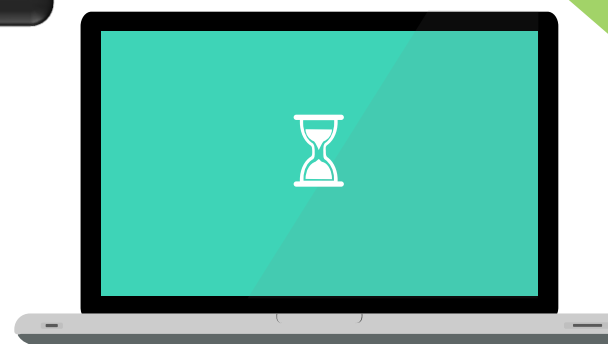
Informacje wprowadzające

Dzieci często narzekają, że rodzice nie mają dla nich czasu, ponieważ stale są wpatrzeni we własne urządzenia. W ramach niniejszej jednostki szkoleniowej uczestnicy zapoznają się ze znaczeniem własnych zachowań w kontekście praktyk edukacyjnych stosowanych wobec dzieci. Zastanowią się nad kryteriami uznawania określonych zachowań za bezpieczne, niebezpieczne, nietypowe itd.; poszerzą wiedzę na temat „*etyki więzi zbudowanych na szacunku*” oraz „*etyki ekspresyjnego umocowania*” (Clark 2013: 16), które mogą służyć jako narzędzia wspomagające komunikację.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS



1.1.1.

Pośrednia i
bezpośrednia
edukacja
cyfrowa

Bezpośrednia edukacja cyfrowa



MeLi
FOR PARENTS

Czym jest bezpośrednia edukacja cyfrowa?

Mianem bezpośredniej edukacji cyfrowej określamy dowolną aktywność ukierunkowaną na dzieci, służącą pogłębieniu zrozumienia przez dziecko szans i zagrożeń związanych z korzystaniem z mediów cyfrowych.

Z przeprowadzonego przed wybuchem pandemii COVID-19 badania „*Dzieci w Unii Europejskiej online w 2020 roku*” wynika, że 10-25% respondentów - 25.101 dzieci z 19 krajów europejskich, objętych badaniem w latach 2017-2019 – nigdy nie otrzymało jakichkolwiek informacji ani wytycznych związanych z bezpieczeństwem w sieci od rodziców, nauczycieli ani przyjaciół.





Sprawa najistotniejsza:
niech dziecko wie, że
zawsze może zwrócić
się do Ciebie o pomoc!!

Bezpośrednia edukacja cyfrowa

Im starsze dziecko i im częstszy i bardziej intensywny jego kontakt z urządzeniami i mediami cyfrowymi, tym większe znaczenie wprowadzenia obowiązujących zasad. Zasady te najprawdopodobniej nie będą różniły się szczególnie od wymagań wobec dziecka w świecie „rzeczywistym” – natomiast należy pamiętać, że dla dziecka **świat wirtualny** jest równie rzeczywisty, w związku z czym konieczne będzie wytłumaczenie, dlaczego oczekujemy od niego określonych zachowań.

- Nie rozmawiaj z nieznajomymi.
- Nie przyjmuj słodyczy ani upominków od nieznajomych.
- Nie obserwuj ani nie śledź nieznajomych.
- Gdy ktoś cię dotyka, masz prawo powiedzieć „nie”.
- Nie bądź nieuprzejmy wobec innych.

- Zachowania niewłaściwe:**
- rozmowy na czacie z osobami, których nie znasz w świecie rzeczywistym;
 - przyjmowanie zaproszeń do znajomych od osób, których nie poznałeś(-aś) w świecie rzeczywistym;
 - wysyłanie swoich zdjęć osobom, których nie znasz w świecie rzeczywistym;
 - ujawnianie danych osobowych (adresu zamieszkania, numeru/ adresu szkoły, numeru telefonu itd.);
 - udostępnianie lub generowanie mowy nienawiści;
 - udostępnianie zdjęć innych osób bez uzyskania ich zgody;
 - dyskryminowanie innych.

Pośrednia edukacja cyfrowa



MeLi
FOR PARENTS



Czym jest pośrednia edukacja cyfrowa?

Mianem pośredniej edukacji cyfrowej określamy dowolną aktywność wywierającą wpływ na sposób korzystania przez dziecko z mediów cyfrowych, nawet jeżeli nie jest to aktywność ukierunkowana bezpośrednio na dziecko.

Edukacja pośrednia wiąże się zazwyczaj z zachowaniami rodziców, jak również ze sposobem korzystania z mediów cyfrowych przez przyjaciół i rówieśników, oraz z przykładami zaczerpniętymi z samych mediów (zachowania influencerów, youtuberów, znanych aktorów i aktorek, innych sławnych osób).

Dzieci są świetnymi obserwatorami i błyskawicznie uczą się, obserwując i naśladowując innych. Mają również szczególną zdolność dostrzegania drobiazgów, które osobom dorosłym mogą wydać się nieistotne, a w znacznym stopniu decydujących o dziecięcych zachowaniach.

Dzieci są chłonnymi obserwatorami otoczenia, przejmującymi z niego liczne szczegóły decydujące o sposobie korzystania przez nie z mediów cyfrowych. Powyższe dotyczy zachowań pozytywnych i negatywnych (np. obserwowania starszego rodzeństwa, grającego w nacechowane przemocą gry internetowe lub wspólnego z przyjaciółmi wyśmiewania kolegi z klasy przez umieszczanie w sieci zmanipulowanych zdjęć; lecz także grania w interesujące gry strategiczne lub wspólnego podejmowania decyzji o tym, które zdjęcia z wycieczki warto zamieścić.

Co dzieci widzą

Co dzieci słyszą

Dzieci słuchają również sposobu, w jaki komunikują się dorośli i wyciągają własne wnioski w kwestii odpowiednich form zwracania się do innych (np. słuchając rodziców zwracających się w czuły sposób do dziadków – na platformie online lub w kontaktach bezpośrednich – lub odnoszących się w niegrzeczny sposób do kogoś nie lubianego/ przeklinających podczas rozmowy).

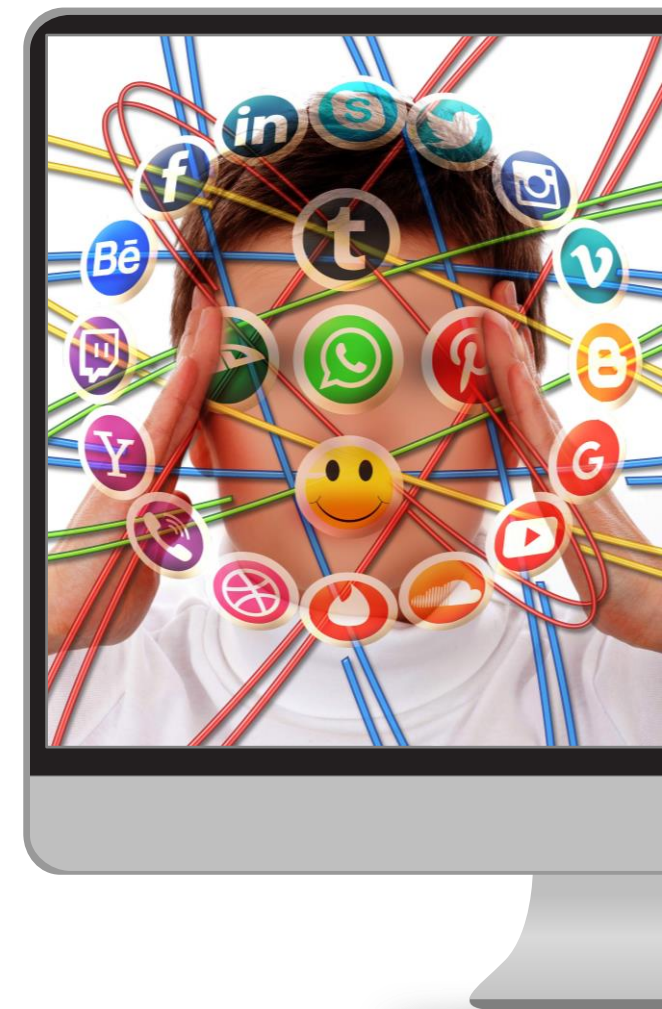
Co dzieci czują

Dziecko nie zawsze jest w stanie wyrazić swoje odczucia na temat tego, co zobaczyło lub usłyszało; dlatego ważne jest, byśmy je nauczyli koniecznej terminologii, umożliwiającej mu wyrażanie w odpowiedni sposób szczęścia i radości, lecz także obaw, złości lub frustracji.

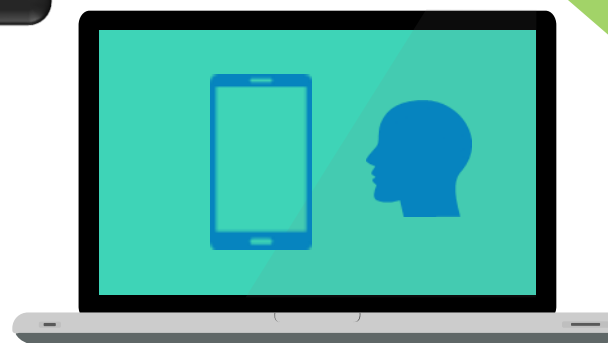
Czego dzieci doświadczają

Dzieci chcą, by ich słuchano i by ich zdanie było brane pod uwagę; rolą dorosłych jest słuchanie dzieci i konsultowanie z nimi wszelkich spraw bezpośrednio ich dotyczących. Takie postępowanie pomaga w procesie budowania u dzieci wiary w siebie i zaufania.

Pośrednia Edukacja cyfrowa



MeLi
FOR PARENTS



1.1.2.

Autorefleksja

Autorefleksja

Po co?

Pośrednia edukacja cyfrowa odgrywa istotną rolę w kształtowaniu sposobu, w jaki dziecko korzysta z mediów cyfrowych – dlatego jako rodzice powinniśmy zastanowić się, w jaki sposób sami korzystamy z w/w mediów i jakie inne źródła wpływu na dziecko znajdują się w jego otoczeniu.

W jaki sposób?

- ❖ Prowadząc dziennik korzystania z mediów cyfrowych
- ❖ Wymieniając się doświadczeniami i informacjami na temat korzystania z mediów z rodzicami innych dzieci
- ❖ Sporządzając listę zachowań pożądanых i niepożądanых
- ❖ Zwracając większą uwagę na cel niż na czas korzystania z urządzeń ekranowych
- ❖ Podejmując decyzję o wprowadzeniu zmian – i sposobie ich wdrożenia



Dziennik korzystania z mediów

- Wygeneruj tabelę i zanotuj w niej wszystkie aktywności w sieci w ciągu danego tygodnia.
- Zapisuj godziny, czas trwania interakcji, rodzaj wykorzystywanych mediów, cel korzystania z mediów oraz temat, którym się zajmowałeś(-aś).

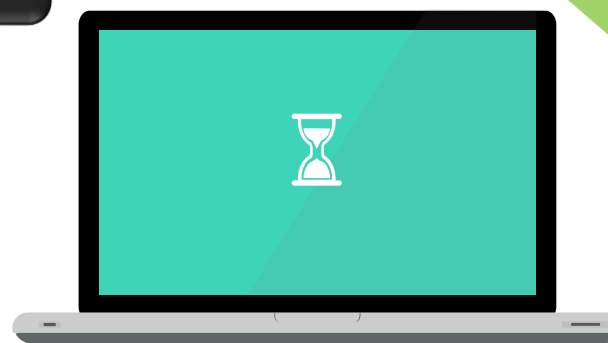
Wymiana informacji

- Porównaj swoje wyniki z danymi rodziców innych dzieci.
- Dowiedz się, jakie są inne źródła wpływu na Twoje dziecko.

Proces decyzyjny

- Włącz dziecko w proces podejmowania decyzji.
- Wspólnie ustalcie cele i plan ich realizacji.

MeLi 
FOR PARENTS



1.1.3.
Działania
służące
budowaniu
zaufania



**Sprawa najistotniejsza:
niech dziecko wie, że
zawsze może zwrócić
się do Ciebie o pomoc!!**

Działania służące budowaniu zaufania

Proces nawiązywania i utrzymywania relacji opartej na zaufaniu musi rozpocząć się w pierwszych latach życia dziecka; wykracza on poza obszar edukacji cyfrowej, obejmując całość relacji rodzic-dziecko. Rozmowy o istotnych sprawach i wspólne doświadczenia wzmacniają więzi rodzinne, zapewniając dziecku większą odporność na zawirowania życiowe.

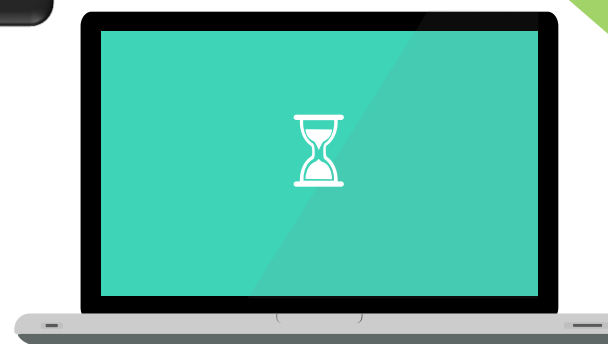
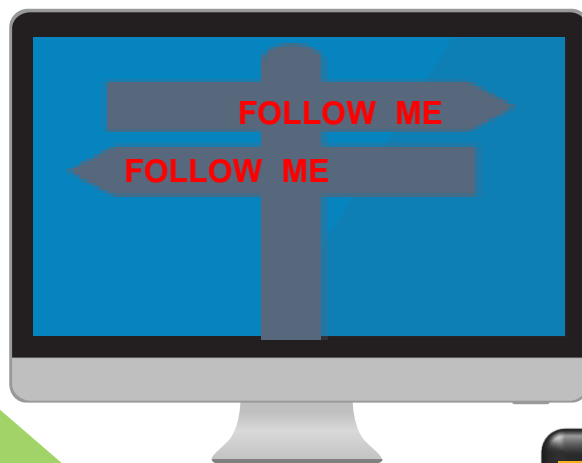
Wspólne korzystanie z rozwiązań teleinformatycznych

- Wspólne granie w gry
- Podejmowanie decyzji, które zdjęcia ze spotkań rodzinnych można wysłać do określonych adresatów
- Wspólne surfowanie w sieci
- Wspólne wyszukiwanie informacji na ciekawy temat

Wspólna obecność w świecie rozwiązań teleinformatycznych

- Fizyczne towarzyszenie dziecku korzystającemu z internetu
- Wspólne oglądanie i omawianie filmów

MeLi 
FOR PARENTS



1.1.4.

Dawanie
dobrego
przykładu

Dawanie dobrego przykładu



Dawanie dziecku dobrego przykładu znacznie skuteczniej wpłynie na jego postępowanie, niż jakiegokolwiek słowa – zwłaszcza, jeżeli nie są one zgodne z naszymi zachowaniami.

Czy na pewno działamy zgodnie z zasadą jedności słów i czynów?

Konsekwencja ma wielkie znaczenie w procesie wychowawczym; rozdziew pomiędzy naszym zachowaniem a oczekiwaniami wobec dziecka rodzi nieporozumienia i sprzeczności wewnętrzne i może przynieść skutki odwrotne od pożądaných.

- ❖ Bądźmy świadomi wpływu naszych zachowań na dziecko.
- ❖ Wypracujmy strategie monitorowania własnego trybu korzystania z mediów cyfrowych.
- ❖ Wprowadźmy cele związane ze świadomym korzystaniem z mediów.

Postępujmy zgodnie z własnymi zaleceniami – nie tylko pod względem korzystania z mediów cyfrowych, lecz także sposobu traktowania siebie i innych.



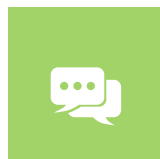
Materiał do przemysleń

Pośrednia edukacja cyfrowa i dawanie przykładu



Czy zauważyłeś(-aś), że Twoje dziecko naśladuje zachowania dostrzeżone u innych? Czy przypominasz sobie sytuację, w której ktoś powiedział lub zrobił coś, co w Tobie utkwiło, wpływając na Ciebie i Twoje zachowanie?

Działania służące budowaniu zaufania



Czy regularnie rozmawiasz z dzieckiem na temat jego aktywności w internecie? Czy spędzacie czas na wspólnych grach (online i w świecie rzeczywistym)? Czy wykazujesz zainteresowanie ulubionymi grami/ stronami internetowymi Twojego dziecka?

Autorefleksja

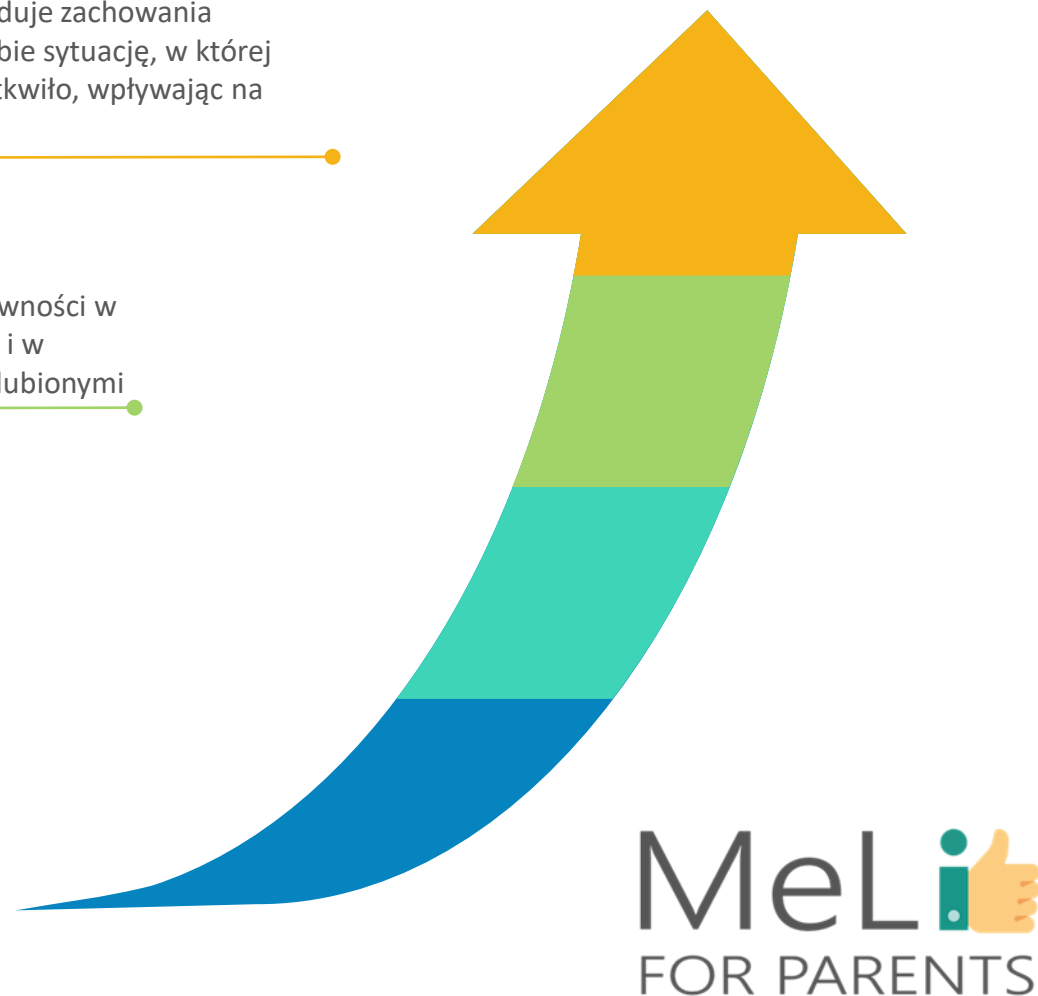


W jakim celu korzystasz z urządzeń cyfrowych? Ile czasu poświęcasz na poszczególne rodzaje aktywności?

Bezpośrednia edukacja cyfrowa

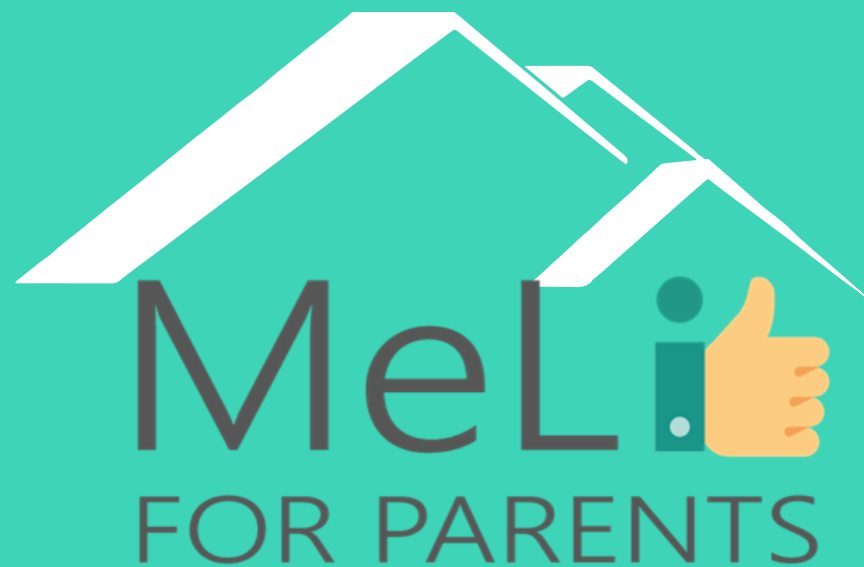


Czy orientujesz się, jakie tematy są dla Twojego dziecka szczególnie interesujące? Z jakich gier, mediów społecznościowych, platform korzysta Twoje dziecko – i w jakim celu? Ile czasu poświęca Twoje dziecko na poszczególne rodzaje aktywności?



Źródła

- <https://movingimageeducation.org/getting-started/activities/media-diary#privacy-settings>
- <http://www.lse.ac.uk/media-and-communications/research/research-projects/eu-kids-online>
- <http://www.lse.ac.uk/media-and-communications/research/research-projects/CORE>
- <https://www.youtube.com/watch?v=AdRcZlCRi9I>
- <https://en.unesco.org/themes/media-and-information-literacy>
- [https://ucris.univie.ac.at/portal/de/publications/c-hildrens-ict-use-and-its-impact-on-family-life\(33618167-3929-4fc7-9f53-05624f1107b7\).html](https://ucris.univie.ac.at/portal/de/publications/c-hildrens-ict-use-and-its-impact-on-family-life(33618167-3929-4fc7-9f53-05624f1107b7).html)



<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ





MeLi
FOR PARENTS

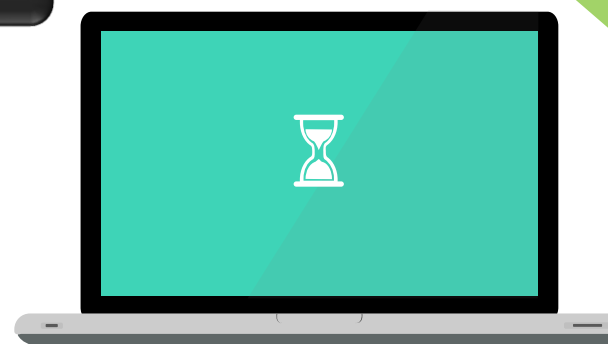
Edukacja medialna dla rodziców

B.1.4: Narzędzia kontroli rodzicielskiej



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi 
FOR PARENTS



1.4.1. Rodzinne zasady ekranowe

Wprowadzenie zasad ekranowych



Zasady ekranowe powinny być **określone zespołowo** i dostosowane do potrzeb rodziny.

Zasady mogą się zmieniać w oparciu o porę roku (np. w czasie wakacji) albo wiek dziecka.

Każdą zmianę wprowadzaj **w obecności wszystkich członków rodziny!**

Dobre zasady ekranowe

1. Określ strefy wolne od ekranów



Najczęstsze strefy bez ekranu:

- **Dziecięca sypialnia** - aby uniknąć zakłócenia snu i pokusy sprawdzania wiadomości
- **Jadalnia/pomieszczenie, w którym jecie posiłki**

Dobre zasady ekranowe

2. Określ godziny wolne od ekranu



Najczęstsze przykłady:

- **pora posiłków** – to czas na wspólne rozmowy i spędzanie czasu z najbliższymi
- **godzina przed snem** – by nie zaburzać rytmu dobowego
- **jazda samochodem** - z wyjątkiem długich podróży
- **spotkania rodzinne**

Dobre zasady ekranowe

3. Wybór i dywersyfikacja mediów



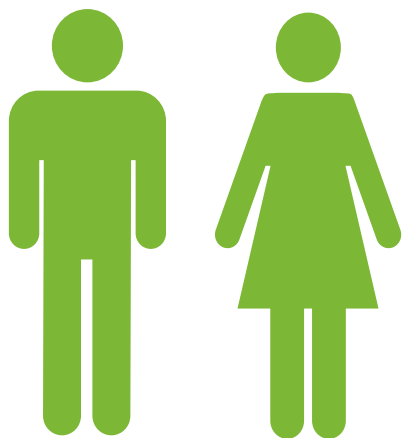
Zapewnij dziecku **zróżnicowane zajęcia ekranowe**, aby nie wykonywało cały czas jednej czynności.

Przykłady:

- Wspólne z rodzicem **oglądanie multimedialnych** – pozwala na interakcję i rozmowę, które wspomagają naukę
- Wspólna **gra lub używanie aplikacji**

Dobre zasady ekranowe

4. Używanie urządzenia ekranowego z rodzicem



Dziecko może grać lub używać aplikacji **wraz z rodzicem**, by mógł monitorować, jak spędza czas i wspólnie z dzieckiem doświadczać mediów.

Dobre zasady ekranowe

5. Zasady bezpieczeństwa



- Zakaz dzielenia się **danymi osobowymi** w Sieci
- Zakaz dzielenia się **swoimi zdjęciami** w Sieci
- Rodzice biorą udział w określaniu **ustawień prywatności** na wszystkich odwiedzanych stronach

Dobre zasady ekranowe

6. Korzyści



Podkreśl korzyści płynące z ograniczenia czasu ekranowego, np. dodatkowej czas na zabawę klockami, zabawę z przyjaciółmi.

Możecie **poszerzać listę dobrych zasad**, uwzględniając zasady ważne dla całej rodziny.



Tabelka czasu ekranowego

Dodatkowe narzędzie pomocne w organizacji czasu online i offline:

Dzień tygodnia	Czas przed telewizorem [godziny]	Czas przed komputerem [godziny]	Czas grania [godziny]	Czas przy smartfonie/tablicie [godziny]	Łącznie w ciągu dnia
Poniedziałek					
Wtorek					
Środa					
Czwartek					
Piątek					
Sobota					
Niedziela					

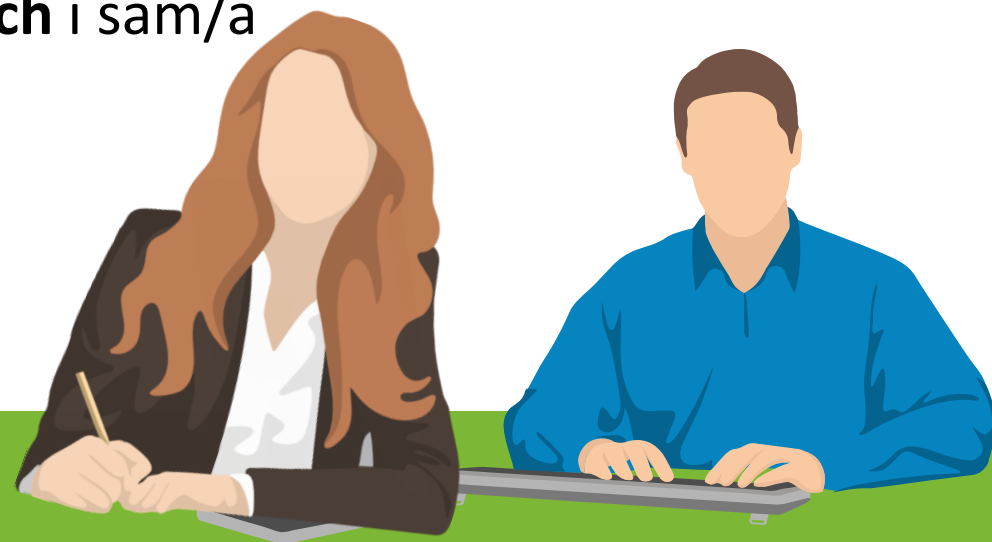
Wskazówki dla rodziców

- **Unikaj używania mediów jako szumu w tle**, np. wyłączaj TV, gdy bawisz się z dzieckiem
- Zachęć dziecko do **ostrożności w używaniu urządzeń ekranowych** – wyboru określonych mediów i treści
- **Nie używaj ekranu, by odciągnąć uwagę dziecka od trudnych emocji lub doświadczeń.** Dzieci muszą doświadczać emocji.
- Całkowity zakaz korzystania z mediów u dzieci starszych może przynieść odwrotny skutek, potrzebna jest **równowaga pomiędzy byciem online i offline**



Wskazówki dla rodziców

- **Dziecko musi używać Internetu, by zrobić zadanie domowe**, wyszukać informacje do konkursu szkolnego itd. Wyjaśnij mu różnicę między używaniem urządzeń dla przyjemności i do nauki
- Przyjrzyj się, jak dziecko spędza czas. Jeśli więcej przy ekranie niż bez, ze wsparciem rodziny **wprowadź krok po kroku niezbędne zmiany**
- Wprowadź wyzwanie: **dzień bez urządzeń cyfrowych** i sam/a dawaj przykład
- Nie wykorzystuj urządzeń cyfrowych **jako nagrody bądź kary**, **to tylko podnosi rangę ekranów!**



Czas na przerwę





Dobre maniery przy korzystaniu z urządzeń cyfrowych



- Używanie mediów cyfrowych to nie powód, **by porzucić dobre maniery**. Nie służą do oszukiwania, kłamania albo ranienia innych.
- Dziecko powinno wiedzieć, że warto być sobą i **nie upiększać rzeczywistości**.
- Zwróć uwagę dziecku, że **w Internecie nic nie ginie**.
- Zachęcaj dziecko do rozmowy o jego doświadczeniach w sieci, aby **mówiło o wszystkim, co je niepokoi**.



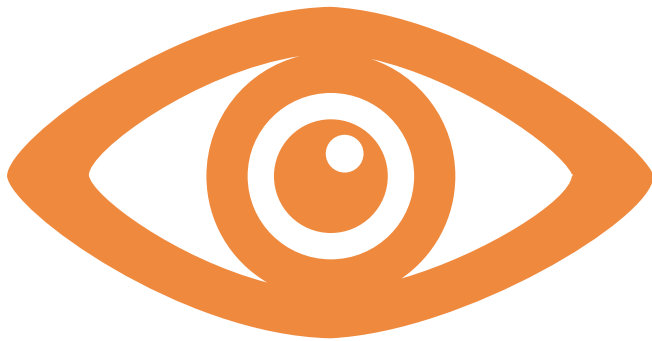
Netykieta (wybierz zasady pasujące Twojej rodzinie)

- **Odlóż urządzenie**, gdy ktoś podchodzi i podczas posiłku.
- Przedkładaj **rozmowę twarzą w twarz** nad rozmowę telefoniczną lub SMS.
- Gdy piszesz e-mail lub SMS, witaj się należycie, pisz całe słowa, **używaj poprawnego języka**.
- Zawsze **pytaj fotografowaną osobę**, czy chce, by publikować jej zdjęcie.
- Wszystkie spory rozwiązuj w **prywatnych wiadomościach**.



Cyfrowe zmęczenie oczu

Cyfrowe zmęczenie oczu (lub CVS - Computer Vision Syndrome) – stan spowodowany wpatrywaniem się w ekran. Powoduje ono:



- **niewyraźne widzenie lub zamglony obraz**
- **pieczenie oczu**
- **suchość oczu**
- **szczypanie oczu**
- **podrażnienie oczu**
- **bóle głowy**
- **bóle szyi**
- **bóle ramion**

Przyczyny

długotrwałe siedzenie przed ekranem (komputera, TV, smartfona)



ekspozycja na jasne światło



Cyfrowe
zmęczenie
OCZU

długotrwałe czynności wymagające skupienia i koncentracji



wysilanie oczu, aby widzieć w przyćmionym świetle





Techniki zapobiegania

- **przerwy** w patrzeniu w ekran (można wyjść na dwór, a nawet na pole!)
- częstsze **mruganie**
- **zasada 20-20-20** – co 20 minut 20 sekund patrzenia na obiekt odległy o 20 stóp (ok. 6 m)
- właściwy **dystans oczu od ekranu** (prawidłowy: 60 cm, minimum: 40-50 cm)
- środek ekranu **poniżej poziomu oczu**
- zmiana **koloru tła** na **chłodny szary**
- unikanie patrzenia w ekran **w ciemnych pomieszczeniach**
- ustawianie **źródła światła za plecami** dziecka
- zmiana **rozmiaru czcionki**

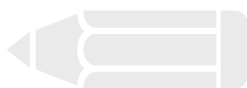


Prawidłowa pozycja ciała




- ✓ Ekran poniżej poziomu oczu, **25-60 cm od siedzenia**
(podpórki pod ekran, stojaki na tablet, nawet książki pod laptopem mogą pomóc)
- ✓ Krzesło z oparciem, które pozwala dotykać stopami podłogi z **kolanami zgiętymi pod kątem 90 %**
- ✓ Przestrzeń do pisania **bez pochylania się**
- ✓ **Nadgarstki w pozycji horyzontalnej**, palce równo z nimi
(można podłożyć zeszyt/książkę grubości laptopa pod przedramię)

Co można robić bez ekranów – otwarta lista

- Czytać książki
- Odwiedzać bibliotekę lub księgarnię
- Grać w gry słowne
- Grać w gry planszowe
- Opowiadać historie
- Tworzyć rysunki i opowiadać o nich
- Czytać na głos wiersze
- Pisać wiersze i rymowanki
- Komponować piosenki
- Śpiewać karaoke
- Robić kolacje z sąsiadami
- Chodzić na spacer
- Majsterkować
- Budować forty
- Robić i puszczać latawce
- Słuchać muzyki, tańczyć

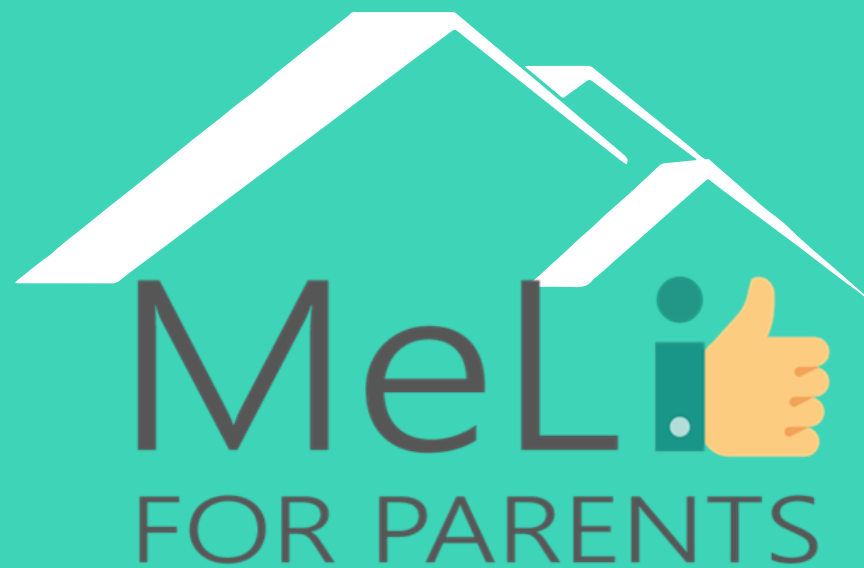


Co można robić bez ekranów – otwarta lista

- Grać na instrumentach
- Wyprowadzać psa (swojego i sąsiadów)
- Rysować paski komiksowe
- Chodzić na zajęcia z rysunku/malarstwa 
- Grać w kręgle
- Uprawiać ulubione sporty
- Organizować zawody sportowe
- Odgrywać sztuki teatralne
- Chodzić do teatru 
- Czyścić okolicę ze śmieci
- Odwiedzać babcię/dziadka
- Grać w piłkę na zewnątrz
- Budować tory przeszkód
- Poznawać sąsiadów (np. chodząc z questami) 
- Chodzić do muzeów
- Jeździć na rowerze/rolkach

Czas na pytania





<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY



Źródła

❖ *Family Media Plans*,
<https://www.turninglifeon.org/family-media-plans>

❖ *Don't let distance learning be a pain in the neck (or head, or wrist)*,
<https://www.washingtonpost.com/lifestyle/2020/09/10/remote-learning-ergonomics-eye-health/>

❖ *Computer vision syndrome*,
American Optometric Association
<https://www.aoa.org/healthy-eyes/eye-and-vision-conditions/computer-vision-syndrome?sso=y>

Pytania samosprawdzające

1. Zasady ekranowe

- a) mogą się zmieniać w zależności od pory roku
- b) powinny być ustalane wspólnie z rodziną
- c) wszelkie zmiany powinny być przedstawiane w obecności całej rodziny
- d) powinny odpowiadać potrzebom rodziny
- e) wszystkie powyższe są prawdziwe

2. Dobry przykład strefy wolnej od ekranu to:

- a) salon
- b) sypialnia
- c) jadalnia
- d) biurko dziecka do odrabiania zadań domowych
- e) b i c są poprawne

Pytania samosprawdzające

3. Computer vision syndrome powoduje:

- a) wysypkę
- b) suchość, swędzenie i podrażnienie oczu
- c) alergię
- d) czkawkę
- e) katar sienny

4. Prawidłowa pozycja podczas korzystania z urządzeń ekranowych może zredukować bóle pleców i ramion.

Aby ją osiągnąć:

- a) ekran powinien znajdować się 20-30 cm od siedzenia dziecka
- b) ekran powinien być nieco powyżej poziomu oczu dziecka
- c) krzesło z oparciem powinno pozwalać na ułożenie stóp na podłodze
- d) palce dziecka powinny znajdować się niżej albo wyżej od nadgarstka
- e) żadne z powyższych

Pytania samosprawdzające

5. Podczas używania urządzeń elektronicznych:

- a) dobre maniery nie są tak ważne, jak były przed erą komputerów, smartfonów i tabletów
- b) dziecko może oszukiwać i kłamać, bo nie ma komunikacji twarzą w twarz
- c) dziecko może ranić słowami inne osoby, bo jest anonimowe w Sieci
- d) zaleca się, by nie używać słów, których nie użyłoby się w "realu"
- e) zwróć dziecku uwagę, że jego wpisy w Internecie z czasem znikną

6. Podstawowe zasady netykiety nakazują:

- a) nie odrywać się od ekranu, gdy inna osoba podchodzi, chyba że zakłóca ona korzystanie z urządzenia
- b) przedkładać rozmowy telefoniczne i pisanie wiadomości nad konwersacją twarzą w twarz
- c) przy pisaniu e-maili lub wiadomości używać formuł grzecznościowych, pełnych słów i poprawnego języka
- d) nie pytać fotografowanej osoby o pozwolenie na publikację jej zdjęcia. Obecnie w Internecie jest wszystko i nikt nie pyta o zgodę
- e) rozwiązywać sporne kwestie w publicznych dyskusjach

Pytania samosprawdzające

7. Dzienna/tygodniowa tabelka czasu ekranowego może być dodatkowym narzędziem organizującym czas.

Zawiera ona:

- a) czas ekranowy poświęcony telewizji i komputerowi
- b) czas ekranowy dzienny/tygodniowy
- c) czas spędzany przy grach
- d) czas ekranowy spędzany przy smartfonie/tablecie
- e) wszystkie powyższe

8. Wprowadzając zasady bezpieczeństwa w korzystaniu z Sieci przez dziecko:

- a) pozwalam mu wyjawiać, do której szkoły chodzi
- b) pozwalam mu publikować swoje fotografie
- c) pozwalam mu pisać, jaką restaurację lubi najbardziej
- d) nigdy nie pozwalam na dzielenie się prywatnymi zdjęciami
- e) pozwalam mu używać mojego konta na Facebooku

The logo for 'MeLi FOR PARENTS' is centered within a white house-shaped outline with a teal border. The text 'MeLi' is in a large, dark grey font, with the 'i' in 'Li' replaced by a teal dot and a thumbs-up icon. Below it, 'FOR PARENTS' is written in a smaller, dark grey, all-caps font. The background features a yellow silhouette of a city skyline.

MeLi
FOR PARENTS

Kompetencje cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa I.1.2: Cyberbezpieczeństwo –
poziom średnio zaawansowany



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Spis treści

Cyberbezpieczeństwo – poziom średnio zaawansowany

W ramach niniejszej jednostki szkoleniowej uczestnicy zostaną poinformowani o zagrożeniach związanych z korzystaniem z internetu. Treść modułu opracowano jako źródło inspiracji do bezpiecznych zachowań i bezpiecznych przyzwyczajeń podczas wyszukiwania treści w sieci.

A Bezpieczne wyszukiwanie informacji; bezpieczna komunikacja

1. Blokery reklam
2. Publiczne sieci WiFi
3. Poczta elektroniczna (wiadomości i załączniki)

B Bezpieczeństwo urządzeń przenośnych

1. Świadome korzystanie z urządzeń
2. Blokowanie urządzeń





Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS



I.1.2.A

Bezpieczne
wyszukiwanie
informacji;
bezpieczna
komunikacja



1. Blokery reklam

Co to jest bloker reklam?

Bloker reklam to narzędzie blokujące wyświetlanie reklam w czasie wyszukiwania informacji w internecie.

Blokery reklam można instalować w różnych urządzeniach, takich jak komputery stacjonarne, laptopy, smartfony i tablety.

Dzięki blokerom można przeglądać internet i pobierać konieczne treści bez kontaktu z irytującymi, wyskakującymi lub migającymi reklamami.



MeLi
FOR PARENTS

1. Blokery reklam

Dostępne formy blokerów reklam

- Tzw. wtyczki do przeglądarek internetowych – dodajemy narzędzie do wybranej przeglądarki.
- Niezależne aplikacje służące blokowaniu reklam: rozwiązanie wymaga zainstalowania osobnej aplikacji, blokującej reklamy.
- Przeglądarki z wbudowanymi blokerami reklam: pobieramy nową przeglądarkę i korzystamy z internetu bez stresu i dodatkowych czynności.



MeLi
FOR PARENTS

The logo for MeLi FOR PARENTS features the text 'MeLi' in a large, grey, sans-serif font, followed by a stylized orange thumbs-up icon. Below this, the words 'FOR PARENTS' are written in a smaller, grey, sans-serif font. The entire logo is enclosed in a yellow rectangular border.

Dlaczego warto korzystać z blokerów reklam

1. Większe bezpieczeństwo przeglądania internetu

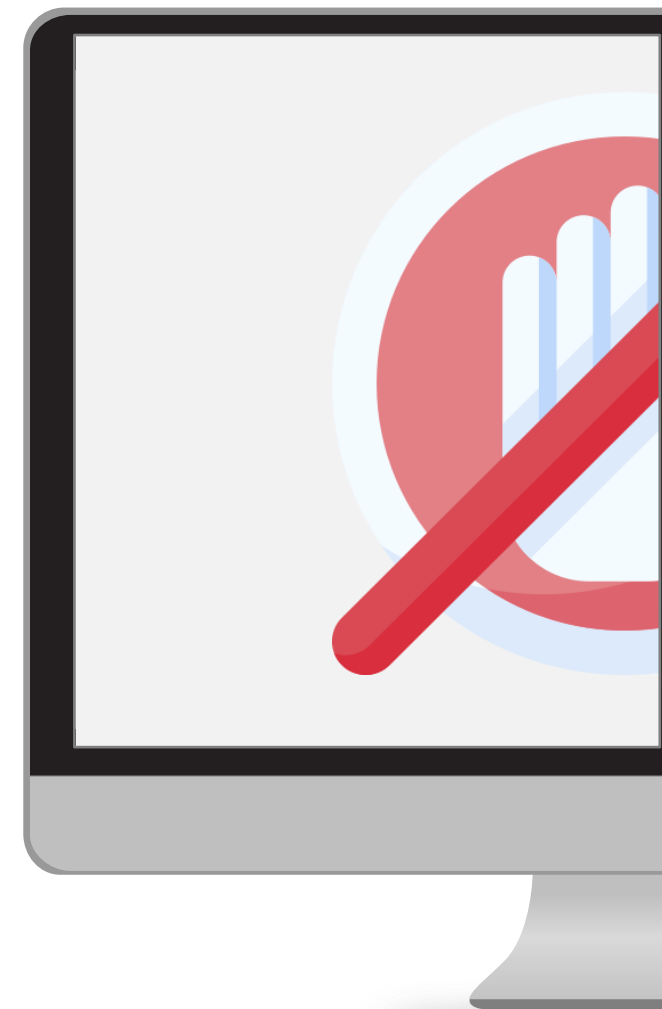
Cyberprzestępcy atakujący użytkowników kupują przestrzeń reklamową na stronach internetowych, wykorzystując je do zamieszczania złośliwych reklam, potencjalnie niezmiernie szkodliwych dla urządzeń i danych.

2. Szybsze wyszukiwanie informacji

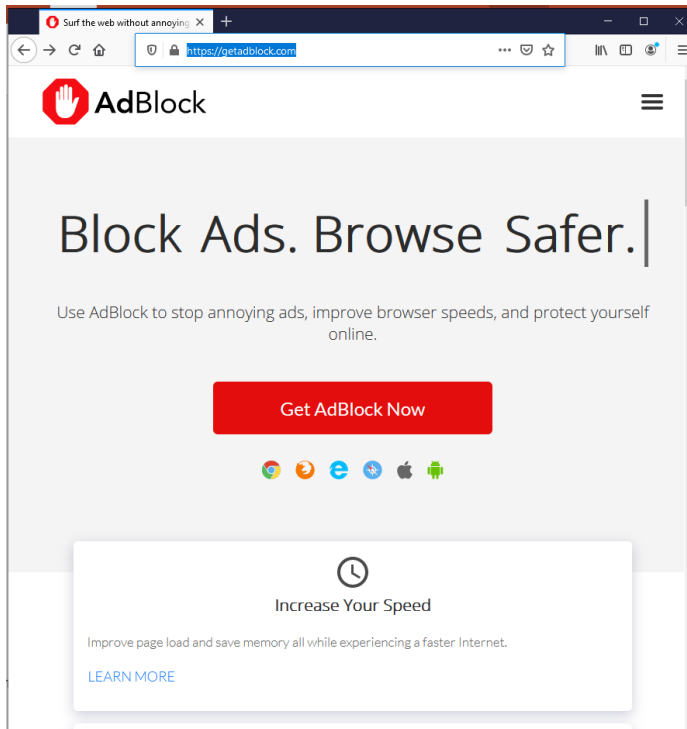
Wgrywanie reklam – poza treścią, do której chce dotrzeć użytkownik – zajmuje istotną część pasma. Blokując kody analityczne, tekst i obrazy w każdej reklamie, przeglądarka zyskuje pojemność, umożliwiającą sprawniejsze pokazywanie faktycznie wyszukiwanych treści.

3. Potencjalne oszczędności finansowe

Korzystając z telefonu podczas przeglądania internetu nie zawsze mamy do dyspozycji sieć WiFi – zdarza się, że musimy korzystać z płatnego trybu przesyłu danych.



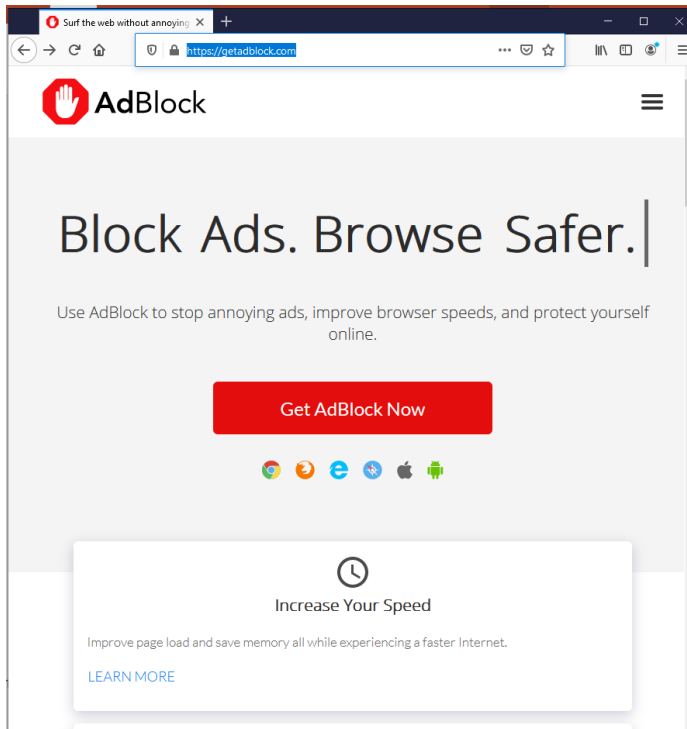
Instalujemy wtyczkę blokera reklam



- **Najprostsze rozwiązanie służące blokowaniu reklam polega na instalacji wtyczki (*plug-in*) lub dodatku (*add-on*) w przeglądarce, z której korzystamy.**
- Większość wtyczek jest kompatybilna z większością popularnych przeglądarek, takich jak *Google Chrome*, *Mozilla Firefox* i *Microsoft Edge*.



Instalujemy program blokujący AdBlock



- Wejdź na stronę: [here](#).
- Po wejściu na stronę kliknij opcję „Pobierz Adblocka”. Strona zapyta o przeglądarkę, z której korzystasz, lub rozpozna ją automatycznie i przekieruje Cię na stronę odpowiednią dla wersji, którą należy zainstalować.
- W zależności od przeglądarki, z której korzystasz i instalowanej wtyczki, zobaczysz komunikat w rodzaju „Dodaj add Ad Block do przeglądarki Firefox” lub „Dodaj do przeglądarki Chrome”.
- Zrobione!



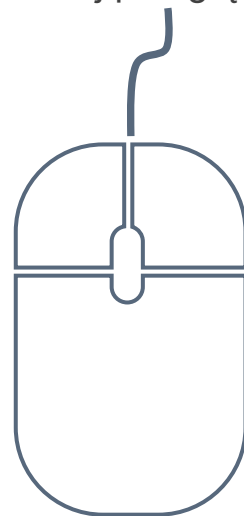
Przeglądarki z wbudowanym blokerem reklam

Przeglądarka z wbudowanym blokerem reklam to kolejny sposób na zabezpieczanie się przed wyświetlaniem reklam w czasie wyszukiwania informacji w internecie.

- ✓ W tym wypadku korzyść polega na tym, że bloker reklam stanowi integralną część przeglądarki – nie ma konieczności pobierania wtyczek.
- ❖ Zasadniczy minus rozwiązania polega na tym, że wymaga ono korzystania z nowej przeglądarki z potencjalnie innymi funkcjami niż te, do których jesteśmy przyzwyczajeni. Opanowanie funkcjonalności nowej przeglądarki wymaga czasu.

Opera

Opera to przeglądarka internetowa z szeregiem zabezpieczeń. Należą do nich wbudowany bloker reklam i darmowy serwis VPN (wirtualnej sieci prywatnej, ograniczającej funkcje *trackerów* – programów śledzących aktywności użytkownika w internecie).



Brave

Brave to kolejna przeglądarka internetowa oferująca użytkownikom szereg zabezpieczeń. Dzięki wbudowanemu blokerowi reklam i trackerów rzeczywiście wzmacnia funkcję ochronną, umożliwiając jednocześnie wyświetlanie wybranych reklam niestanowiących zagrożenia. Oznacza to, że wybrani właściciele publikowanych treści mają szansę na zasłużone przychody.



Przykładowe
przeglądarki z
wbudowanymi
blokerami reklam

Niezależny bloker reklam

Istnieje szereg rozwiązań prostszych z praktycznego punktu widzenia, niż niezależne blokery reklam. Rozwiązania te zostały omówione poprzednio.

Większość użytkowników preferuje dodatki do przeglądarek; na drugim miejscu znajdują się przeglądarki z wbudowanymi zabezpieczeniami; na trzecim i ostatnim – niezależne oprogramowanie blokujące reklamy.

Poniżej przedstawiono dwa przykładowe narzędzia:

AdFender

- Odfiltrowuje różnorodne treści ze stron internetowych.
- Zapobiega przenikaniu wybranych informacji do serwerów sieciowych.
 - Filtrowane treści oszczędzają użytkownikom cenny czas i szerokość pasma, zwiększając prywatność w internecie.
- Ad Fender występuje także w wersji darmowej z ograniczoną liczbą funkcji.



AdGuard

- AdGuard to narzędzie wielozadaniowe, łączące różnorodne funkcje z myślą o optymalnym doświadczeniu użytkowników internetu.
- Blokuje reklamy i stanowiące niebezpieczne strony internetowe.
- Chroni dzieci korzystające z internetu.

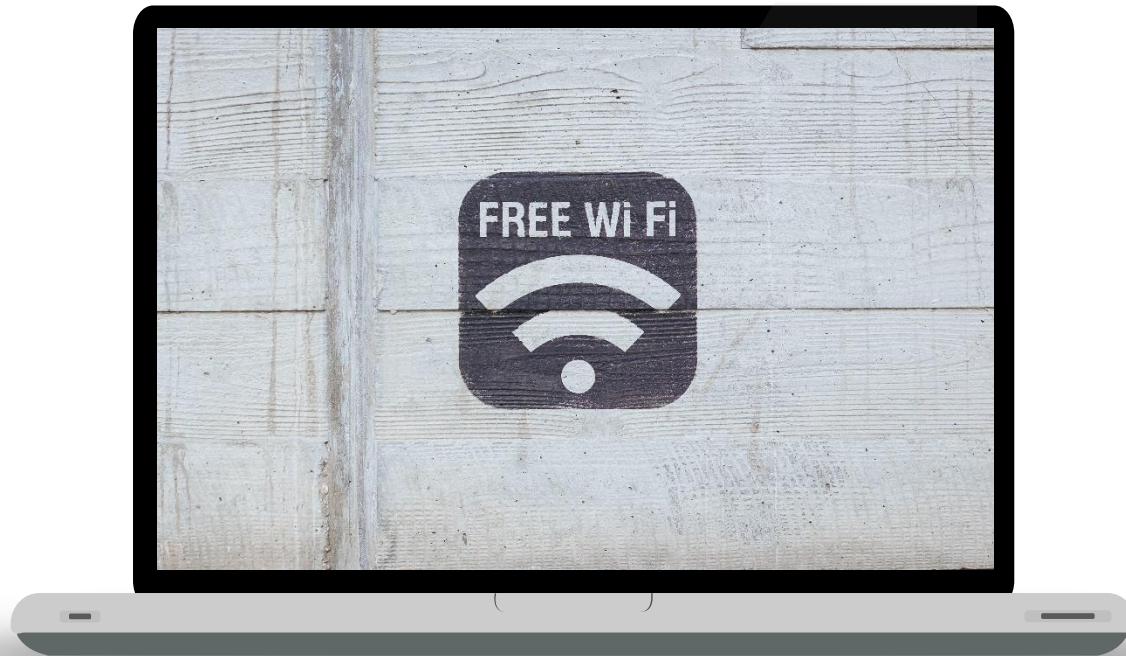


2. Publiczne sieci WiFi

Korzystając z internetu, łączymy się zazwyczaj przez sieć domową lub w trybie przesyłu danych z urządzenia przenośnego. Oba rozwiązania zapewniają prywatność i względne bezpieczeństwo. Natomiast publiczne sieci WiFi to lokalizacje zapewniające klientom lub zwiedzającym darmowy dostęp do internetu, przy czym zabezpieczenia chroniące użytkowników sieci nie zawsze są stosowane.

Dlaczego korzystanie z sieci publicznych jest tak ryzykowne

Dostęp do internetu nie jest w pełni kontrolowany – kradzież danych staje się bardzo prosta. Hakerzy są świadomi sytuacji, często wykorzystując sieci publiczne do przeprowadzania cyberataków, by wykraść dane lub zainstalować na zaatakowanym urządzeniu złośliwe oprogramowanie .



Jak zapewnić sobie bezpieczeństwo w publicznych sieciach WiFi

Tego **NIE** robimy

- ❖ Nie zezwalamy urządzeniom na automatyczne łączenie się z sieciami publicznymi przez WiFi.
- ❖ Nie logujemy się na żadne konto przez aplikację. Wchodzimy na stronę i przed zalogowaniem upewniamy się, że stosuje ona protokół HTTPS.
- ❖ Wyłączamy funkcje WiFi i Bluetooth, gdy przestajemy z nich korzystać.
- ❖ Nie wchodzimy na strony zawierające istotne treści wrażliwe, na przykład dane finansowe lub medyczne.
- ❖ Nie logujemy się do sieci niezabezpieczonych hasłem.



Jak zapewnić sobie bezpieczeństwo w publicznych sieciach WiFi

Tak **ROBIMY**

- ❖ Wyłączamy funkcję udostępniania plików.
- ❖ Wchodzimy wyłącznie na strony, na których stosowany jest protokół HTTPS.
- ❖ Wylogowujemy się z kont, gdy przestajemy z nich korzystać.
- ❖ Korzystamy z VPN (wirtualnej sieci prywatnej) – szyfrowanego połączenia gwarantującego bezpieczny przesył wrażliwych danych przez urządzenie, z którego korzystamy.





3. Wiadomości i załączniki w poczcie elektronicznej (*email*)

Poczta elektroniczna to w tej chwili bardzo powszechna forma komunikacji, zarówno służbowej jak i prywatnej – dlatego bywa żyznym gruntem dla oszustów i hakerów wykradających dane, pieniądze i informacje.

Do zagrożeń związanych z pocztą elektroniczną należy **Phishing**. Z osobą namierzaną w celu *phishingu* kontaktuje się sprawca ataku za pośrednictwem różnych mediów cyfrowych, w tym poczty elektronicznej. Potencjalna ofiara może również otrzymywać wiadomości tekstowe lub odbierać połączenia głosowe. Celem jest przedstawienie jej możliwie wiarygodnego scenariusza.

Pharming przypomina *phishing* – różnica polega na tym, że w tym wypadku ofiara nie ujawnia informacji dobrowolnie. Na jej urządzeniu jest instalowane złośliwe oprogramowanie. Następnie, gdy ofiara loguje się np. na stronę internetową, następuje przekierowanie na fałszywą stronę, gdzie ujawnia dane przez ich wpisanie w dobrej wierze – w przekonaniu, że loguje się do autentycznego serwisu.

Załączniki do wiadomości mailowych także mogą zawierać różnego rodzaju **złośliwe oprogramowanie**. Zdarza się, że wiadomość mailowa przypomina wyglądem wiadomość zawierającą ważny dokument służbowy, wysłaną przez znaną korporację lub pochodzącą od znajomego – natomiast w rzeczywistości służy ona kradzieży danych lub pieniędzy.



MeLi
FOR PARENTS

Jak rozpoznać podejrzaną wiadomość

1. Adres nadawcy nieco odbiega od normy

Bardzo często adres elektroniczny nadawcy przypomina domniemany podmiot wysyłający wiadomość, ale niektóre elementy są nietypowe lub dziwne. Występują lekkie różnice.

2. Wydaje się, że nadawca nie zna Cię osobiście

Wiele podejrzanych maili rozpoczyna się standardowym zwrotem niepersonalizowanym: „*Drogi Kliencie*”, „*Drogi Przyjacielu*”.

3. Linki w treści zawierają dziwaczne adresy URL

Najedź kursorem na linki, by obejrzeć adresy URL. Link Twoim zdaniem prowadzi do zapowiadanej strony, czy wygląda podejrzanie?

4. Wiadomość zawiera usterki terminologiczne, ortograficzne i gramatyczne.

Pojawiają się literówki oraz błędy ortograficzne, gramatyczne i stylistyczne. Język wiadomości wydaje się „sztuczny”.

5. Treść jest dziwna lub niewiarygodna.

Jeżeli coś wydaje się zbyt piękne, by mogło być prawdziwe, przeważnie tak właśnie jest. Wiele podejrzanych wiadomości zawiera obietnice pieniędzy, darmowych produktów lub szalonych rabatów na zakupy wątpliwej wartości lub jakości.



Co zrobić, gdy
przyjdzie
podejrzana
wiadomość



1. Nie otwieraj jej

2. Nie odpowiadaj na nią

3. Usuń ją

4. Zgłoś ją



MeLi 
FOR PARENTS



I.1.2.B

Bezpieczeństwo
urządzeń
przenośnych



1. Należy zawsze wiedzieć, gdzie znajdują się nasze urządzenia



Trzymaj urządzenia przenośne przy sobie

Osoba, która w dzisiejszych czasach trzyma w ręku nasz telefon, zyskuje dostęp do całego naszego życia: poczty elektronicznej, mediów społecznościowych, wiadomości wymienianych z najbliższymi, ważnych spraw i wydarzeń, informacji o umówionych wizytach lekarskich – do wszystkiego, co można sobie wyobrazić. Ślady wszystkiego, o czym mowa wyżej, można z całą pewnością znaleźć w naszym telefonie lub innym urządzeniu.

Nikogo zapewne nie zdziwi, że podstawowa rada związana z korzystaniem z urządzeń przenośnych brzmi: **trzymaj je przy sobie**. Pozwalaj na korzystanie z nich wyłącznie osobom, którym bezwzględnie ufasz, nawet przez trzy minuty. Nie zostawiaj telefonu samopas!



Jak chronić nasze urządzenia

Kilka dobrych nawyków pomaga chronić smartfony i ich zawartość.



Blokuj ekran główny

To najprostszy i najbardziej oczywisty sposób ukrycia informacji znajdujących się w telefonie przed wzrokiem ciekawskich, gdy nie korzystamy z urządzenia.



Korzystaj z aplikacji ochronnych

Aplikacje pomagają chronić się przed niepożądanymi dzwoniącymi (Burner) lub generować numery, z których będziesz korzystał czasowo, a następnie ich się pozbywać, gdy nie będą Ci już potrzebne (Burner).



Nie ładuj telefonu w portach publicznych

Podłączając się do portu, nie tylko ładujesz telefon: umożliwiasz przesłać danych. it data. Port naruszony pod względem bezpieczeństwa zapewni hakerom dostęp do Twoich danych. Porty publiczne (np. na lotniskach, dworcach kolejowych itp.) są w większym stopniu narażone na ataki hakerskie.



Wyłączaj opcje Bluetooth i WiFi, gdy z nich nie korzystasz

Hakerzy umieją wykorzystywać słabe strony urządzeń i ich użytkowników, zyskując następnie dostęp do telefonów i danych.



Bezpieczeństwo urządzeń

Sposoby zabezpieczania telefonu

Hasło

Najprostsza metoda zabezpieczania telefonu. Dostęp do urządzenia wymaga wprowadzenia określonego ciągu cyfr lub liczb.



Wzór

Dostęp do telefonu wymaga wprowadzenia palcem wzoru w siatce, która pojawia się na ekranie.



Odcisk palca

Aby zabezpieczyć telefon odciskiem palca, odcisk jest skanowany i przekształcany do postaci numerycznej. Odblokowanie urządzenia następuje po umieszczeniu palca w odpowiednim polu.

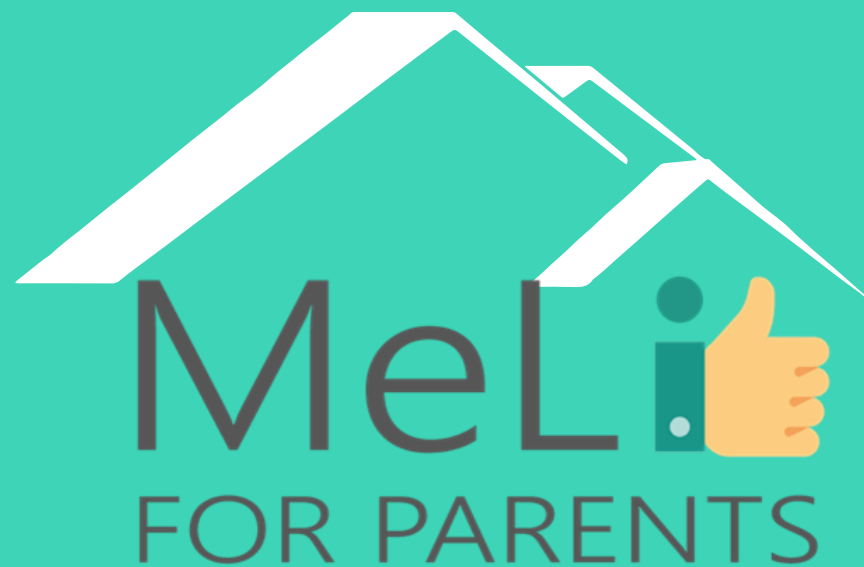


Rozpoznawanie rysów twarzy

Aby zabezpieczyć telefon wizerunkiem twarzy, jej rysy są skanowane i zapisywane. Następnie wystarczy spojrzeć na telefon, by go odblokować.

Źródła

- ❖ Aisch, G. (1 października 2015). *Koszt reklam w urządzeniach przenośnych na 50 stronach informacyjnych* (wersja anglojęzyczna)
<https://www.nytimes.com/interactive/2015/10/01/business/cost-of-mobile-ads.html>
- ❖ Ikony flaticon, <https://www.flaticon.com/home>
- ❖ Kaspersky, *Spółeczeństwo smartfonów*. Pobrano ze strony (anglojęzycznej)
<https://www.kaspersky.com/resource-center/threats/smartphones>
- ❖ Norton LifeLock. *Ryzyko korzystania z publicznych sieci WiFi*. Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://us.norton.com/internetsecurity-privacy-risks-of-public-wi-fi.html#:~:text=What%20is%20public%20Wi%2DFi,to%20them%20without%20thinking%20tvice>.
- ❖ Taylor, S. (23 września 2019). *10 sposobów na zabezpieczenie telefonu według ekspertów*. Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://www.businessinsider.com/how-to-make-phone-safe-security-tips-2019-9>
- ❖ Torres, G. (18 kwietnia 2017). *Co to jest bloker reklam (i czy warto go mieć)*. Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://www.avg.com/en/signal/5-reasons-you-should-use-an-adblocker>
- ❖ Van der Kleut, J. *Zabezpieczenia publicznych sieci WiFi. Dlaczego publiczne sieci WiFi są narażone na niebezpieczeństwo ataków*. Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://us.norton.com/internetsecurity-wifi-public-wi-fi-security-101-what-makes-public-wi-fi-vulnerable-to-attack-and-how-to-stay-safe.html>



<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ





MeLi 
FOR PARENTS

Kompetencje cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa I.1.2: Prywatność w internecie



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Spis treści

Prywatność w internecie – poziom średnio zaawansowany

W ramach niniejszej jednostki szkoleniowej zostaną omówione kwestie prywatności w internecie i konsekwencje tzw. *oversharingu* (nadmiernej wylewności w sieci), oraz metod chronienia siebie i dzieci przed przestępcami seksualnymi i oszustami.

Uwodzenie przez internet (grooming)

A

1. Definicja
2. Proceder stosowany przez czyhających na dzieci przestępców seksualnych
3. Krótko- i długoterminowy wpływ takich incydentów na dziecko
4. Objawy występujące u ofiar uwodzicieli

Prywatność i jej ochrona

B

1. Jak uczyć i informować dzieci o zjawisku uwodzenia przez internet
2. Media społecznościowe
3. Do kogo się zwrócić, gdy dziecko padnie ofiarą uwodziciela
4. Dostępne zasoby





Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS



I.1.2.A

Uwodzenie
przez
internet
(*grooming*)

Czym jest uwodzenie przez internet (*grooming*)?

The logo for MeLi FOR PARENTS features the text 'MeLi' in a grey sans-serif font, followed by a stylized orange hand giving a thumbs-up. Below this, the words 'FOR PARENTS' are written in a smaller, grey, all-caps sans-serif font. The entire logo is enclosed in a yellow rectangular border.

MeLi
FOR PARENTS

Uwodząc przez internet, przestępca dąży do zbudowania relacji z dzieckiem, by je zmanipulować, wykorzystać i molestować.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Jak dochodzi do uwodzenia przez internet

Internetowi uwodziciele starają się pozyskać zaufanie dziecka (młodego człowieka) i nawiązać z nim kontakt emocjonalny, nim dojdzie do uintensywnienia i seksualizacji relacji. Po nabraniu pewności siebie sprawca może dążyć do krzywdzenia dziecka (młodego człowieka) również w świecie rzeczywistym (w kontakcie bezpośrednim).

Uwodząc na żywo, sprawca może dążyć do nawiązania relacji z członkami rodziny lub przyjaciółmi ofiary, by zdobyć ich zaufanie i uniknąć podejrzeń. Uwodząc przez internet, sprawca zazwyczaj unika ujawniania tożsamości najbliższym ofiary, ponieważ dowody na popełnienie przestępstwa można znaleźć w wymianie wiadomości (w komunikatorach internetowych), co sprawia, że czyn jest łatwiejszy do wykrycia.

Uwodzicielem może być każdy, niezależnie od wieku, płci i koloru skóry. Proceder uwodzenia może być krótko- lub długotrwały – może trwać tygodnie lub lata.



MeLi
FOR PARENTS

The logo features the text 'MeLi' in a large, grey, sans-serif font, followed by a stylized icon of a person with a thumbs-up gesture. Below this, the words 'FOR PARENTS' are written in a smaller, grey, sans-serif font. The entire logo is enclosed in a yellow rectangular border.

Taktyka uwodzenia (*groomingu*)

Taktyka stosowania
przez sprawców w
internecie



Zasadniczym celem sprawcy jest zyskanie, a następnie wykorzystanie zaufania ofiary. Temu służy cały wachlarz różnorodnych praktyk i działań.

Taktyka uwodzenia (*groomingu*) – opis



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Podawanie fałszywych informacji na swój temat



Uwodziciel zazwyczaj podaje fałszywe informacje na temat wieku, płci, imienia/ nazwiska, zainteresowań i innych rzeczy, by zdobyć zaufanie i zyskać wiarygodność w oczach ofiary, jednocześnie budując potencjalną podstawę porozumienia.



Seksting

Uwodziciel rozpoczyna wymianę wiadomości w tej kategorii od pozornie niewinnych pytań, takich jak „*całowałaś się już?*” albo „*czy ktoś cię kiedyś pocałował?*” Sprawca przechodzi następnie do bardziej wyuzdanych opisów i rozmów, z wymianą nagich zdjęć włącznie.



Upominki i komplementy

Inna taktyka polega na wręczaniu ofiarom prezentów i prawieniu im komplementów, by czuły się wyjątkowe. Dzieci i nastolatki w trudniejszej sytuacji towarzyskiej lub rodzinnej są szczególnie podatne na tego rodzaju pochlebstwa; czują się wówczas doceniane, co wpływa korzystnie na ich samoocenę i poczucie własnej wartości jako czynnik szczególnie istotny we wczesnej młodości.

Taktyka uwodzenia (*groomingu*) – opis



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Wywieranie presji i szantaż

Idąc krok dalej, uwodziciel może naciskać na ofiarę, by robiła rzeczy i podejmowała działania, którym jest niechętna, mówiąc na przykład „*dałem(-am) ci prezent, więc musisz robić to, o co proszę, żeby się odwdzińczyć*”. Może również posługiwać się szantażem, grożąc ujawnieniem prywatnych wiadomości, zdjęć lub filmików, jeżeli ofiara odmówi spełnienia żądań lub oczekiwań.



Utrzymywanie znajomości w tajemnicy

Sprawca będzie zazwyczaj starał się przekonać ofiarę, by utrzymywała znajomość, wymianę wiadomości i całość kontaktów w tajemnicy przed najbliższymi, posługując się najróżniejszymi wymówkami, na przykład „*twoi rodzice nigdy by mnie nie zaakceptowali*”, „*jestem bardzo nieśmiały(-a)*” itp.

Objawy występujące u ofiar uwodzicieli

Skrytość

Dziecko nic nie mówi o tym , jak spędza czas
– w internecie ani w świecie rzeczywistym.

Nowe rzeczy nieznanego pochodzenia

Dziecko ma nowe rzeczy – pieniądze, przedmioty,
żetony lub vouchery na gry internetowe – ale
odmawia wyjaśnień o ich pochodzeniu.

Negatywne emocje

Dziecko wydaje się nerwowe, wycofane
zestresowane, często w złym humorze.

O wiele starszy partner

Dziecko ma o wiele starszego chłopaka lub
starszą dziewczynę.

Nadmiernie seksualny charakter zachowań

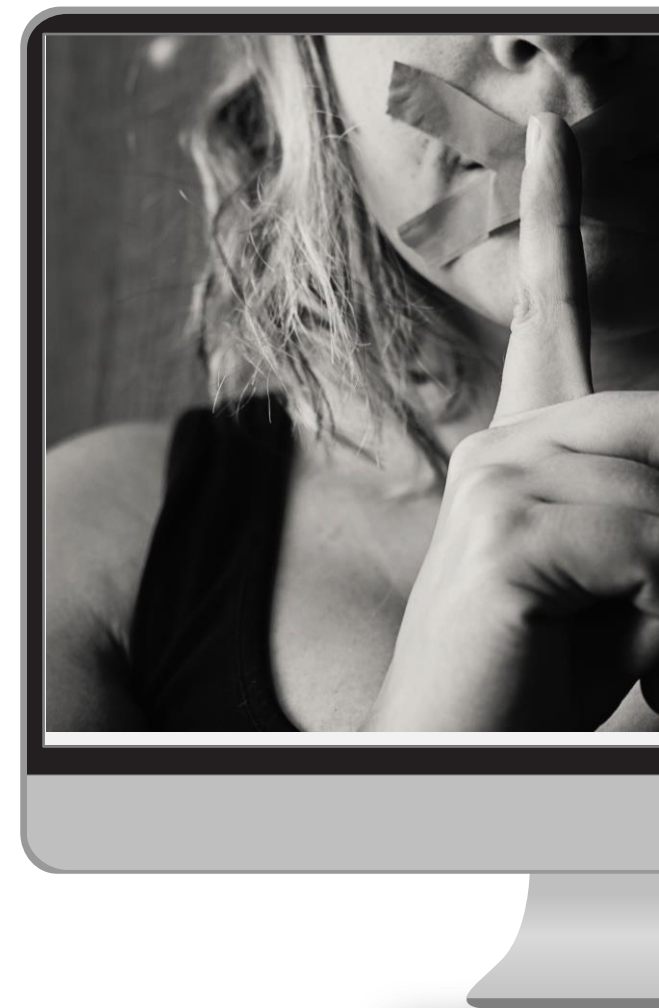
Dziecko posługuje się językiem ponad wiek
nacechowanym seksualnie i tak też się
zachowuje.

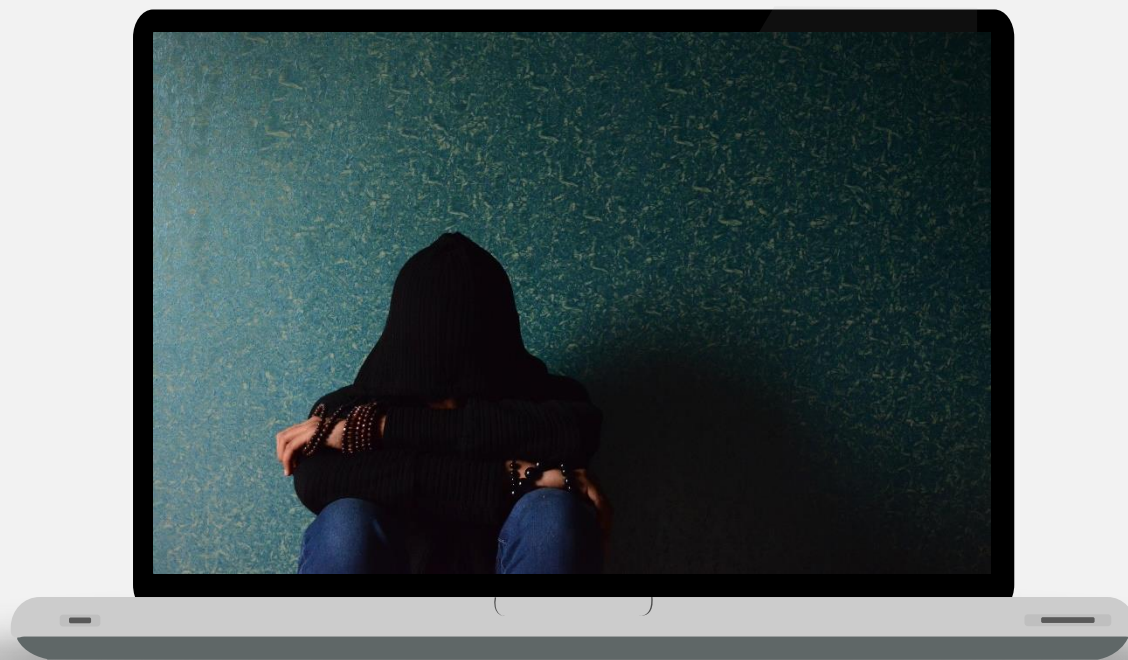
Zmiany nawyków korzystania z urządzeń elektronicznych

Dziecko spędza znacznie więcej lub mniej
czasu, korzystając z urządzeń
elektronicznych.

Długie pobyty poza domem

Dziecko może spędzać znacznie więcej
czasu poza domem, znikając na wiele
godzin.





Skutki uwodzenia (*groomingu*)

Skutki uwodzenia przez internet są zbliżone do skutków uwodzenia na żywo – w obu przypadkach może dochodzić do molestowania i wykorzystywania seksualnego.

Do skutków krótkoterminowych należą bezsenność, stany lękowe i kłopoty z koncentracją; wszystkie te objawy mogą prowadzić do pogorszenia wyników w nauce.

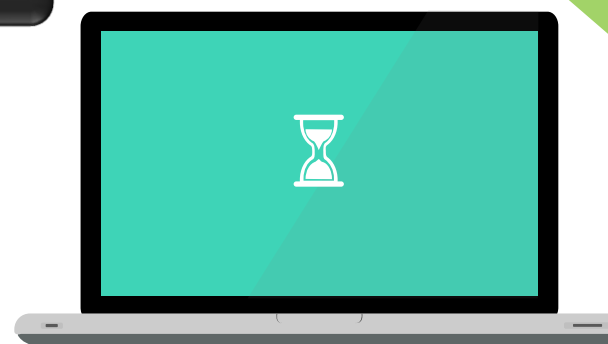
Do potencjalnych skutków długoterminowych należą:

Stany lękowe	Trudności w okazywaniu zaufania
Depresja	Trudności w nawiązywaniu autentycznych relacji
Poczucie wstydu	Zespół stresu pourazowego
Poczucie winy	Zaburzenia w odżywianiu
Picie alkoholu, używanie narkotyków	Skłonność do samookaleczenia
Wstręt do samego (samej) siebie	Myśli samobójcze
Negatywna samoocena	



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS



I.1.2.B

Prywatność
i jej ochrona

Edukowanie i wspieranie dziecka informacją od najmłodszych lat



Uwodzenie i wykorzystywanie seksualne to ogromnie trudne tematy rozmów z dzieckiem lub nastolatkiem – zwłaszcza w wypadku młodszych dzieci.

Natomiast niezależnie od tego, ile trudności sprawi nam temat, z dzieckiem należy bezwzględnie porozmawiać, przygotowując je na potencjalne niebezpieczeństwa czyhające w internecie i ucząc radzenia sobie z ryzykiem.

Jednakże dzieci nie wolno zniechęcać do korzystania z internetu ani straszyć. Należy zapewnić mu poczucie sprawczość, wyposażając w odpowiednie „narzędzia”, by umiało radzić sobie z trudnymi sytuacjami.

Jak podejść do tematu uwodzenia w internecie (*groomingu*)

The logo for MeLi FOR PARENTS features the text 'MeLi' in a large, grey, sans-serif font, followed by a stylized orange hand icon with a green dot above it. Below this, the words 'FOR PARENTS' are written in a smaller, grey, sans-serif font. The entire logo is enclosed in a thick yellow border.

MeLi
FOR PARENTS

Planując rozmowę z dzieckiem o rzeczach trudnych, takich jak *grooming*, narkotyki, współżycie seksualne, wykorzystywanie seksualne, śmierć lub strata – **musisz pamiętać, że odpowiednie przygotowanie jest sprawą najważniejszą.**

Jest bardzo ważne, by Wasza pierwsza rozmowa na takie tematy przebiegła gładko i bez zgrzytów, by **dziecko w przyszłości mogło czuć się komfortowo**, dzieląc się sprawami trudnymi lub intymnymi, nawet jeżeli samo nie będzie się z niektórymi doznaniem zbyt dobrze czuło.

Poruszenie i omówienie z dzieckiem tematu uwodzenia w internecie (*groomingu*) – kolejne kroki



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

- 1. Musisz przygotować się na to, że usłyszysz rzeczy, które Ci się nie spodobają** – na przykład że dziecko padło ofiarą określonych form uwodzenia lub wykorzystania seksualnego. W obliczu takich informacji staraj się powstrzymać od wyrażania szoku lub gniewu. Zachowaj spokój i zapewnij dziecku, że wszystko jest w porządku – wszyscy popełniamy błędy. Może się również okazać, że poza wstępną informacją dziecko nie będzie gotowe na szczegółową rozmowę.
- 2. Musisz przyjąć jasne założenia w kwestii tematów, które zamierzasz omówić.** Rozważ wszystkie zasadnicze kwestie i postaraj się o nich porozmawiać. Jeżeli okaże się to niemożliwe, rozważ opcję odbycia z dzieckiem kilku lub kilkunastu krótszych rozmów. Takie rozwiązanie może okazać się w dwojnasób korzystne: po pierwsze, unikniesz przydługich wywodów. Po drugie, dziecko będzie miało więcej czasu na przyswojenie każdego tematu, zanim przejdziesz do kolejnego.
- 3. Podejdź do tematu w odpowiedni sposób.** Nie stosując jakichkolwiek form przymusu ani nadmiernego nacisku, postaraj się sprawić, by dziecko otworzyło się przed Tobą. Bardzo łatwo jest doprowadzić do sytuacji, w której dziecko się zniechęci do rozmowy i jej odmówi. Z drugiej strony, bez wystarczającej stanowczości z Twojej strony rozmowa może zejść na nieistotne tematy.

Jak zacząć rozmowę



MeLi
FOR PARENTS

The logo features the text 'MeLi' in a large, grey, sans-serif font, with the 'i' in 'Li' replaced by a stylized orange hand giving a thumbs-up. Below this, the words 'FOR PARENTS' are written in a smaller, grey, all-caps sans-serif font. The entire logo is centered within a white square that has a thick orange border.

- **Posłuż się czymś, co Ci ułatwi zagajenie:** opowiadaniem z książki, reklamą telewizyjną, obejrzanym filmem, materiałem z serwisu YouTube. Po zagajeniu postaraj się zorientować, jak dziecko reaguje – jak Twoim zdaniem zachowałoby się w omawianej przez Ciebie sytuacji?
- W wypadku nieco starszego dziecka dobrym pomysłem jest **zapytanie go o zdanie lub o radę w omawianej kwestii**. Takie zachowanie nie tylko świadczy o tym, że traktujesz dziecko poważnie – może też służyć jako podwaliny zaufania; dziecko będzie miało poczucie, że gdy w przyszłości poruszy z Tobą trudny temat, może liczyć na to, że **mu uwierzysz i potraktujesz je poważnie**.
- **Przygotuj jasno sformułowany harmonogram działania.**

Czego unikać podczas rozmowy



MeLi
FOR PARENTS

The logo features the text 'MeLi' in a grey sans-serif font, with the 'i' in 'Li' replaced by a stylized orange hand giving a thumbs-up. Below this, the words 'FOR PARENTS' are written in a smaller, grey, all-caps sans-serif font. The entire logo is centered within a white square that has a thick orange border.

Unikaj prowadzenia tego typu rozmów, jeżeli coś może Wam przerwać lub przeszkodzić bądź rozproszyć uwagę dziecka.

- Zaczynij rozmowę przy wyłączonym telewizorze (chyba że planujesz wykorzystać jakiś film/ materiał przy zagajeniu).
- Nie trzymaj w pobliżu telefonów ani innych urządzeń.
- Postaraj się ograniczyć ryzyko zakłóceń do minimum!

Słuchanie jest ważne



MeLi
FOR PARENTS

The logo features the text 'MeLi' in a large, grey, sans-serif font, with the 'i' in 'Li' replaced by a stylized orange hand icon with a green thumb pointing up. Below this, the words 'FOR PARENTS' are written in a smaller, grey, all-caps, sans-serif font. The entire logo is enclosed in a thick yellow border.

- Postaw na dyskusję, nie na wykład; spraw, by dziecko miało poczucie uczestniczenia w rozmowie. Zachęcaj je, by się przed Tobą otworzyło.
- Pozwól dziecku kończyć każdą wypowiedź, zanim przedstawisz własną opinię lub coś doradzisz.
- Staraj się zaczynać rozmowę od pytań otwartych; to znacznie lepszy wybór, niż pytania zamknięte, na które można odpowiedzieć jednym słowem („tak/ nie”). Nie przerywaj dziecku odpowiedzi na pytania.
- Podkreśl, że dziecko zawsze może przyjść do Ciebie i porozmawiać **o sprawach, które je niepokoją**. Zapewnij również, że postarasz się odpowiedzieć na każde pytanie.
- Postaraj się wypracowywać wszelkie rozwiązania wspólnie z dzieckiem. Jeżeli zamierzasz podjąć działania, by pomóc dziecku w jakikolwiek sposób, powiedz mu o tym wprost.
- Jeżeli w danej sytuacji nie jesteś w stanie dziecku pomóc, zapewnij je, że zawsze będziesz je wspierać emocjonalnie i że może zwrócić się do Ciebie z dowolną prośbą.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Zaproszenia do znajomych

Wyjaśnij dziecku, że nie wszyscy w internecie mają przyjazne nastawienie i chcą nawiązywać znajomości – są również ludzie o złych zamiarach. Podkreśl, że najlepszym rozwiązaniem jest przyjmowanie zaproszeń do znajomych wyłącznie od znanych osób, nawet jeżeli nieznajomy wydaje się mieć przyjazne nastawienie i stanowić żadnego zagrożenia.

Działania zapobiegawcze i ochronne

Prywatność w mediach społecznościowych

Wyjaśnij dziecku, że im mniej ludzi będzie w stanie dotrzeć do niego w sieci, tym niższe ryzyko, na jakie jest narażone. Wspólnie skonfigurujcie ustawienia prywatności w sposób ukrywający posty i inne informacje przed wszystkimi z wyjątkiem bliskich przyjaciół.

Nadmierna wylewność w mediach społecznościowych

Nawet przy odpowiednio skonfigurowanych ustawieniach prywatności dziecko powinno unikać zamieszczania określonych informacji w mediach społecznościowych (numer telefonu, miejsca, w którym spędza wolny czas, adres szkoły, adres domowy).

Reagowanie na zaczepki ze strony potencjalnych przestępców seksualnych

Naucz dziecko prawidłowego reagowania na potencjalnie ryzykowne sytuacje. Dziecko musi umieć **odmawiać udzielania informacji** o charakterze osobistym i ujawniania danych osobowych. Jeżeli ktoś zaproponuje prezent lub upominek, dziecko musi umieć **odmówić przyjęcia go**, by pozbawić przestępcę możliwości szantażu i wymuszania.

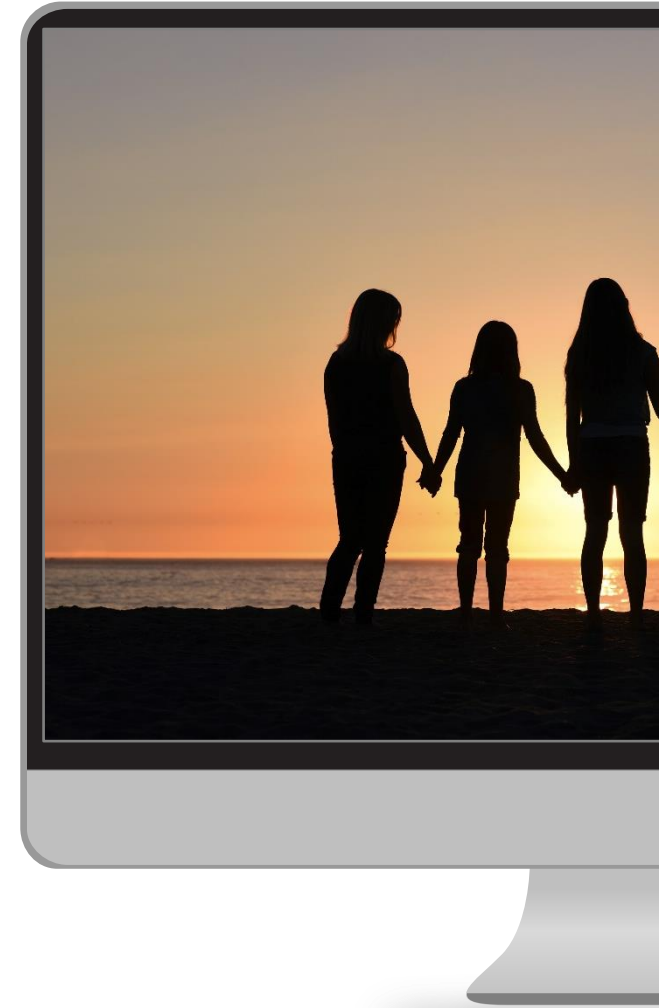
Dziecko musi jednocześnie mieć świadomość, że odmawiając, nie zachowało się niegrzecznie. W takich okolicznościach dziecko powinno **odpowiedzieć „Nie, dziękuję” i opuścić konwersację**.

Otwarte zgłaszanie problemów

Najważniejszą rzeczą dla dziecka, które stanie w obliczu zagrożenia, jest możliwość **otwartego i natychmiastowego zgłoszenia problemu**. Podkreślaj tę kwestię podczas rozmów z dzieckiem. Upewnij się, że udało Ci się zbudować trwałą relację i nawiązać rzetelną komunikację – dziecko nie może wahać się przed podzieleniem się z Tobą informacją, że ktoś je nękał lub napastował.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Jako rodzice musimy wiedzieć, do kogo zwrócić się o pomoc, jeżeli dziecko stanie w obliczu jakiegokolwiek zagrożenia.

W każdym kraju obowiązują inne przepisy prawne i postanowienia w obszarze naruszania prywatności. Każdy kraj ma własny system i własne mechanizmy wspierania ofiar przestępców seksualnych i uwodzicieli w internecie.

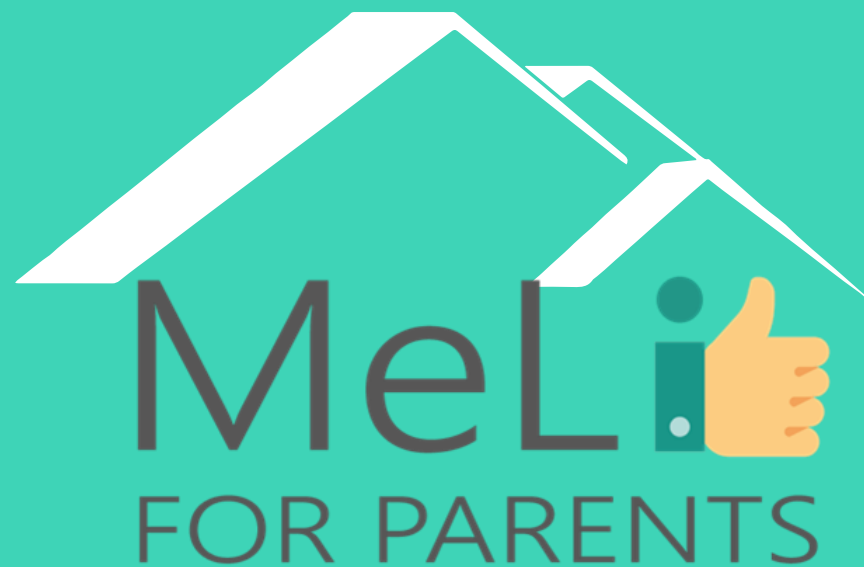
Upewnij się, że orientujesz się w rozwiązaniach obowiązujących u Was w kraju.

- ❖ Telefony i strony wsparcia dla ofiar cyberdręczenia i uwodzicieli internetowych (*groomingu*)
- ❖ Polityka i strategie krajowe
- ❖ Organizacje, które mogą zapewnić wsparcie
- ❖ Krajowe centra wsparcia internetowego – źródła materiałów, informacji i wsparcia, działające na rzecz zwiększenia bezpieczeństwa dzieci w internecie.



Źródła

- ❖ NSPCC (Krajowe Towarzystwo na rzecz Zapobiegania Okrucieństwu wobec Dzieci, Wielka Brytania). *Grooming*. Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://www.nspcc.org.uk/what-is-child-abuse/types-of-abuse/grooming/>
- ❖ NSPCC. *Rozmawiamy na trudne tematy*. Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://www.nspcc.org.uk/keeping-children-safe/support-for-parents/talking-about-difficult-topics/>
- ❖ NSPCC. *Dbamy o bezpieczeństwo dzieci*. Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://www.nspcc.org.uk/keeping-children-safe/support-for-parents/talking-about-difficult-topics/>
- ❖ Rada Europy. Materiały odpowiednie dla dzieci (strona anglojęzyczna). <https://www.coe.int/en/web/children/child-friendly-materials>
- ❖ Kids Help Line (Telefon zaufania dla dzieci). (15 lutego 2019). *Bądź bezpieczny w internecie*. Pobrano ze strony (anglojęzycznej) <https://kidshelpline.com.au/kids/issues/being-safe-internet>



<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ





MeLi
FOR PARENTS

Media cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa I.1.3: Dezinformacja. Rozpoznawanie fałszywych informacji (tzw. *fake newsów*) w tradycyjnych i cyfrowych środkach masowego przekazu



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Spis treści

DEZINFORMACJA. Rozpoznawanie fałszywych informacji (tzw. *fake newsów*) w tradycyjnych i cyfrowych środkach masowego przekazu

W ramach niniejszej jednostki szkoleniowej zostaną omówione rodzaje fałszywych informacji i sposoby ich rozpoznawania. Zostaną również wyjaśnione przyczyny i motywacje kryjące się za tworzeniem fałszywych treści, jak również różnice między dezinformacją, udzielaniem błędnych informacji oraz treścią i artykułami o charakterze komercyjnym lub reklamowym.

01

RODZAJE FAŁSZYWYCH INFORMACJI

Dezinformacja
Udzielanie błędnych informacji
Posty i artykuły o charakterze komercyjnym lub reklamowym

03

PSYCHOLOGICZNY ASPEKT FAŁSZYWYCH INFORMACJI

Sposób, w jaki fałszywe informacje odwołują się do naszych emocji.
Dlaczego zawierzamy *fake newsom*?

02

ROZPOZNAWANIE FAŁSZYWYCH INFORMACJI

Potwierdzanie szczegółowych danych
Fakty a opinie; błędy a kłamstwa
Osobiste uprzedzenia

04

EDUKOWANIE DZIECI

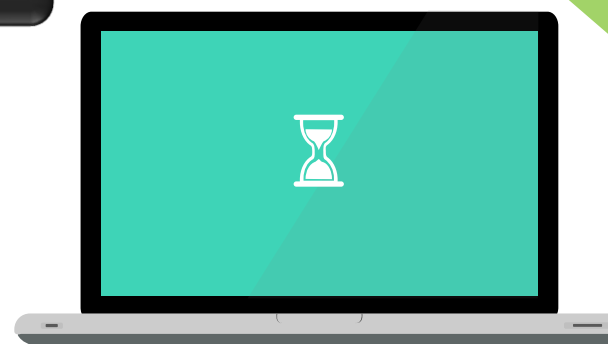
Dlaczego edukowanie dzieci w obszarze mediów cyfrowych jest tak istotne?
Wskazówki do edukowania dzieci.





Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS



I.1.3.
Dezinformacja



FAKE NEWSY

Czym są fałszywe informacje (tzw. *fake newsy*)?

Zwrot *fake newsy* (dosłownie: „fałszywe wiadomości”) to oksymoron służący podważaniu rzetelności informacji spełniających wymogi progu weryfikowalności i interesu publicznego, czyli wiadomości autentycznych. (*Journalism, ‘Fake News’ & Disinformation, Cherilyn Ireton i Julie Posetti, 2018*)

Nieprawdziwe historie sprawiające wrażenie rzetelnych informacji, rozpowszechniane w internecie lub w innych mediach, zazwyczaj w ramach żartu lub w celu wywarcia wpływu na przekonania polityczne.

(*Cambridge dictionary - <https://dictionary.cambridge.org/>*)

W jakim celu powstają *fake newsy*?



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS

By przekonać innych do podjęcia określonych działań lub udzielenia wsparcia określonej sprawie lub kandydatowi na urząd o charakterze politycznym, bądź wyrażenia wobec nich sprzeciwu.



Niektórzy tworzą fałszywe informacje sprawiające wrażenie prawdziwych wyłącznie dla zabawy.



Główną
przyczyną jest
chęć zarobku!

By nakłonić użytkowników internetu do kliknięcia adresów określonych stron internetowych, gdzie zostaną poddani działaniu reklam i będą mogli dokonać zakupu produktu.



Czasami publikowane treści są wynikiem błędu, nie zaś celowego tworzenia *fake newsów*. Jednakże ich autorzy są wówczas zobowiązani do zamieszczenia stosownych sprostowań.





RODZAJE FAKE NEWSÓW

MeLi
FOR PARENTS

Deinformacja a udzielanie błędnych informacji

Dla nas jako rodziców ogromnie istotna jest świadomość dezinformacji w internecie: w mediach społecznościowych, kanałach informacyjnych i artykułach na blogach. By zapewnić dzieciom odpowiednią edukację, powinniśmy przede wszystkim rozwinąć własne umiejętności krytycznego myślenia i pogłębić znajomość mediów cyfrowych.

Wszystkie treści czytamy w sposób krytyczny, zadając sobie następujące pytania:

- Czy informacja jest prawdziwa?
- Jakie intencje przyświecały opublikowaniu danej treści?

W przeciwieństwie do dezinformacji, celowego działania służącego określonym celom, udzielanie błędnych informacji jest działaniem niecelowym. Każdy z nas może nieświadomie udzielić błędnej informacji w życiu codziennym – na przykład bezwiednie pomylić szczegóły podczas udostępniania prawdziwej informacji.

Dezinformacja

Dezinformacja to **CELOWO** rozpowszechniana informacja fałszywa lub nieściła. Zjawisko to bywa również zwane „propagandą”.

Udzielanie błędnych informacji

Udzielanie błędnych informacji polega na nieumyślnym rozpowszechnianiu informacji fałszywych lub nieściłych. To częste zjawisko w codziennym życiu; dla nas jako rodziców istotna jest umiejętność odróżniania procesu udzielania błędnych informacji od dezinformacji, oraz wyjaśniania dzieciom różnicy między nimi.

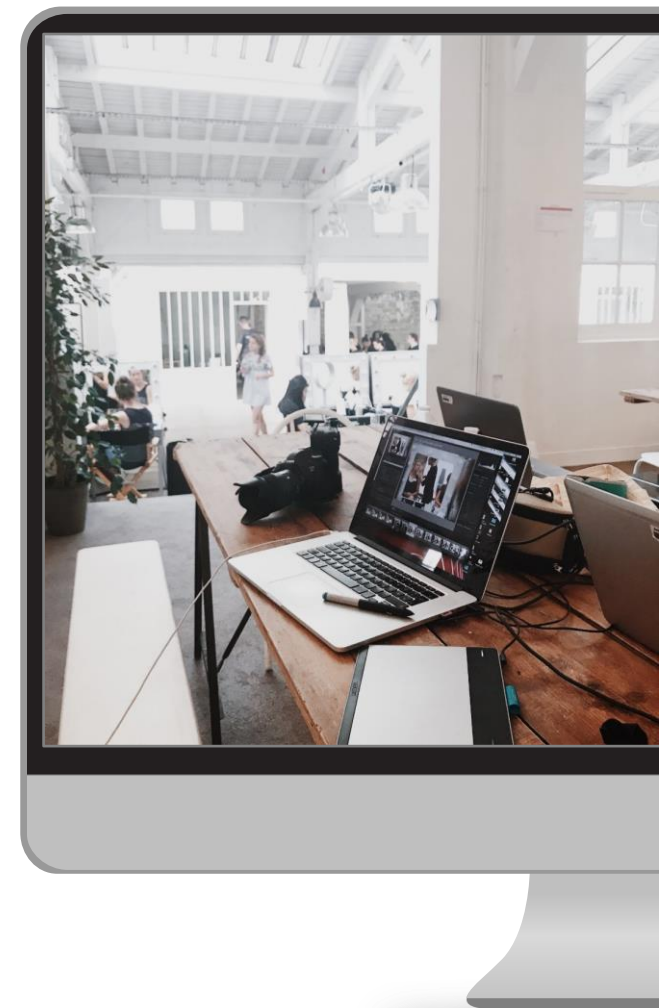
Posty i artykuły o charakterze komercyjnym

Pamiętajmy, że posty i artykuły o charakterze komercyjnym lub reklamowym mogą zawierać nieścisłe informacje, służące zwiększeniu liczby odbiorców lub wysokości sprzedaży.

Rodzaje

fake newsów

robią różnicę!



Dezinformacja

Rodzaje dezinformacji

- ✓ Treść sfabrykowana
- ✓ Treść zniekształcona
- ✓ Treść fałszywa przypisana prawdziwym źródłom
- ✓ Treść wprowadzająca w błąd
- ✓ Fałszywa treść lub fałszywe powiązanie
- ✓ Satyra i parodia

(Źródło: https://publications.parliament.uk/pa/cm201719/cmselect/cmcomeds/363/36304.htm#_idTextAnchor002)

Deinformacja

Odróżniamy błędy od kłamstw!

Rozpoznanie celowego kłamstwa jest trudniejsze, niż się wydaje.



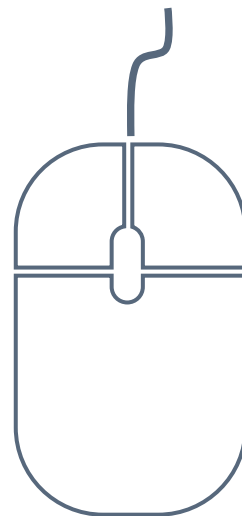
Błędy

Błędy są popełniane nieumyślnie. Nawet najlepszy dziennikarz może popełnić błąd.



Rażące, oczywiste kłamstwa

Świadome i celowe głoszenie nieprawdy.



Kłamstwa częściowe

Głoszenie nieuzasadnionych założeń lub wniosków na podstawie jednostkowych faktów. Podstawowy fakt jest prawdziwy, natomiast pozostała część informacji jest fałszywa.



Niedomówienia

Autor wypowiedzi jest świadomy istotnych faktów i celowo je pomija, by wpłynąć na odbiorców w określony sposób.



FAKE NEWSY

Różnica między faktami a opiniami

Wysokojakościowe informacje są oparte na faktach i niezaprzeczalnie rzetelnych informacjach.

Dla nas jako rodziców istotna jest umiejętność odróżniania faktów od opinii w czasie czytania lub oglądania wiadomości.

Kolejnym etapem jest uczenie dzieci zasad odróżniania faktów od opinii.

W drugiej części niniejszej prezentacji zawarto szereg wskazówek.



Fakty

Mianem faktu określamy coś prawdziwego lub rzeczywistego, udokumentowanego lub popartego dowodami.

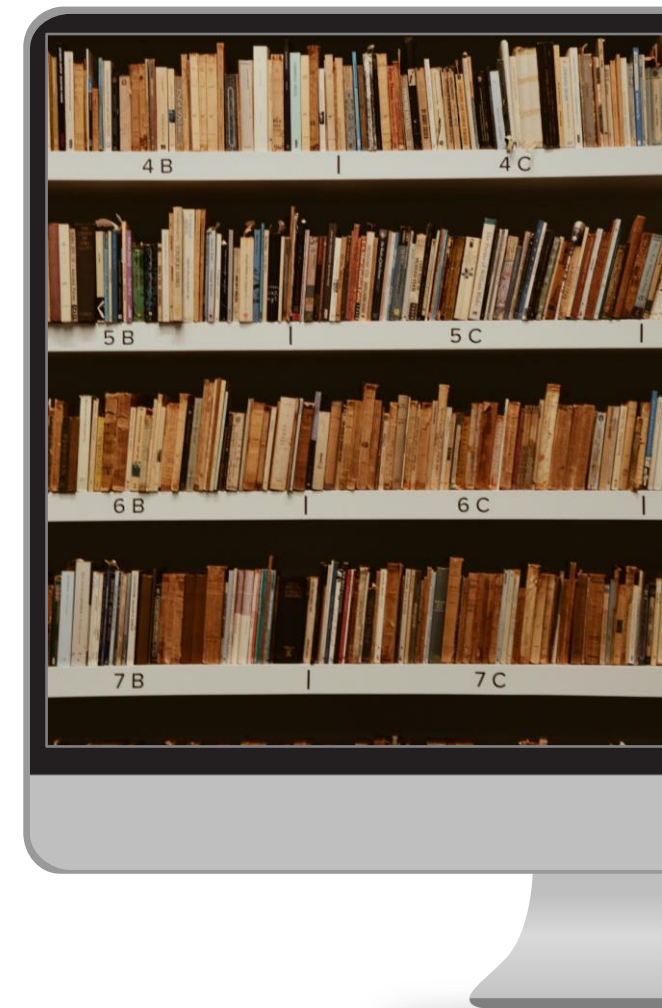
poparte

Fakty są oparte na obserwacji lub badaniach. Fakty przedstawiają obiektywną rzeczywistość – wydarzenie lub informację opartą na prawdziwych wydarzeniach.

Fakty

weryfikacją

Fakty można w prosty sposób poddać weryfikacji na podstawie materiału dowodowego. Prawdziwość lub fałsz informacji przedstawianych jako fakty można w prosty sposób zweryfikować. Informacja jest prawdziwa lub fałszywa.



Opinie

Mianem opinii określamy indywidualną, subiektywną interpretację faktów. Interpretacja faktu lub wydarzenia z subiektywnego punktu widzenia mogą mu nadać całkowicie różne znaczenie w zależności od tego, kto wygłasza lub interpretuje wypowiedź.

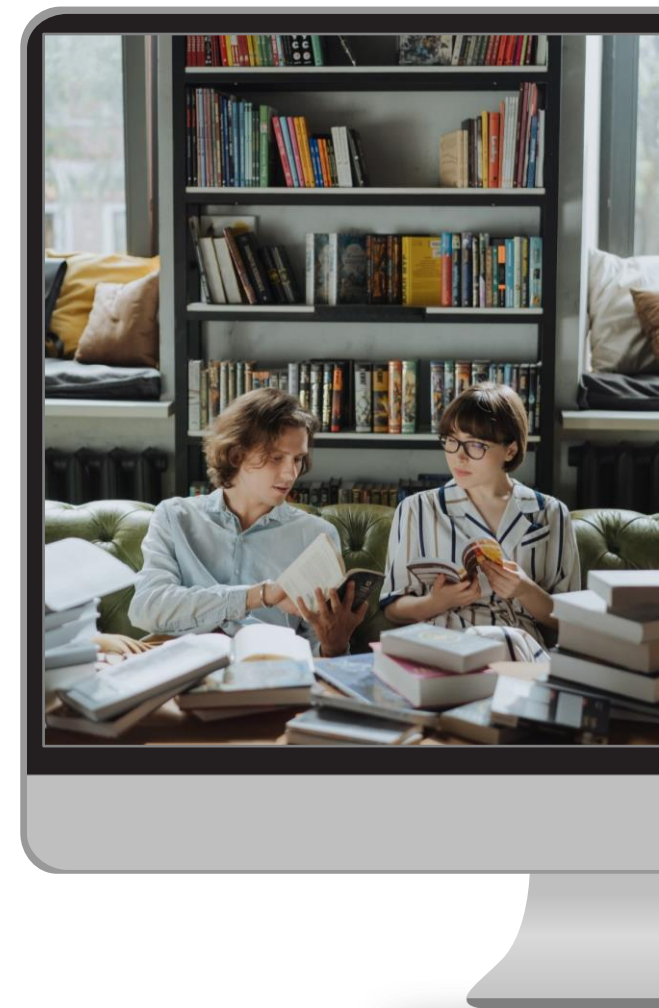
poparte

Opinia jest oparta na założeniu albo na przekonaniu lub odczuciu osobistym. Opinia jest stwierdzeniem subiektywnym, wyrażającym sposób postrzegania określonego zjawiska.

weryfikacją

Opinii nie da się zweryfikować.

Opinie



Odpowiedz na pytania



Fakt czy opinia? Uzasadnij odpowiedź!

Jeden metr to sto centymetrów.



Fakt czy opinia? Uzasadnij odpowiedź!

(Myślę, że) do plaży jest 100 metrów.



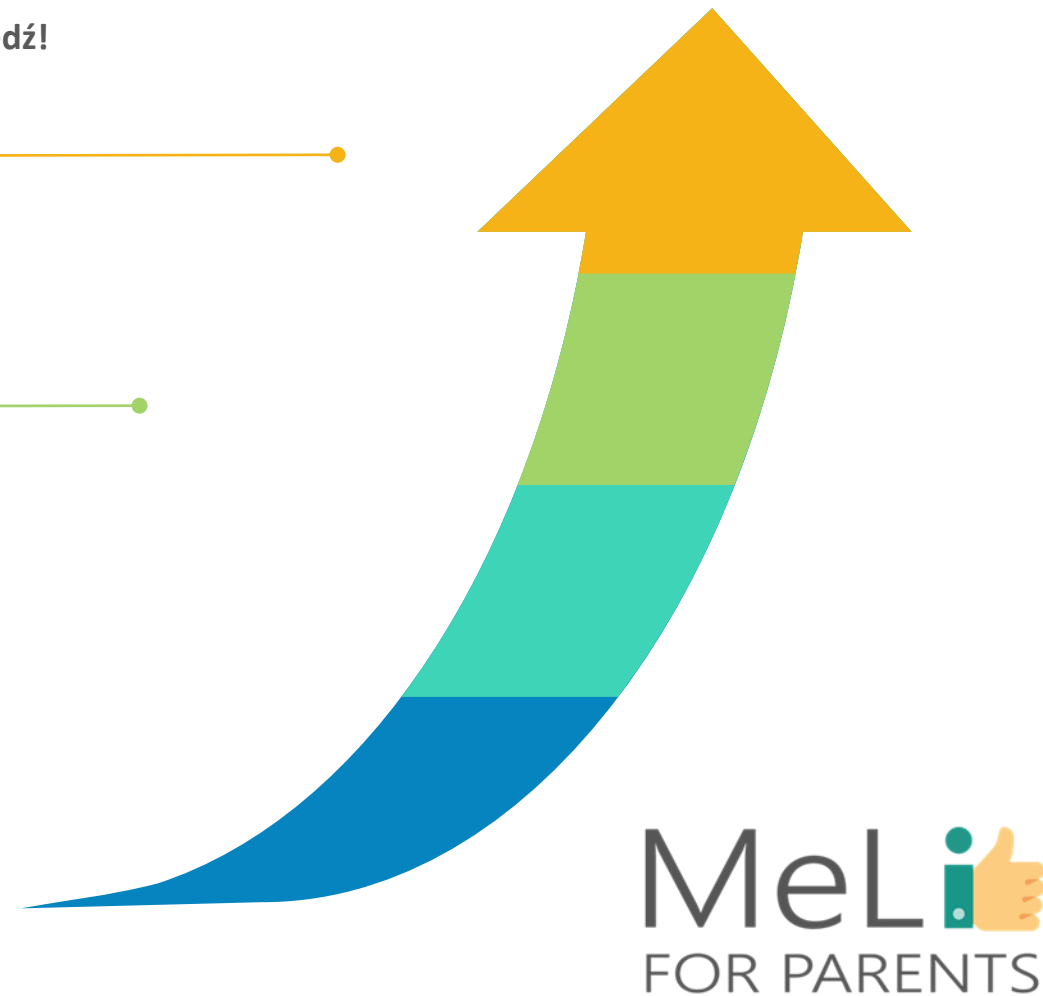
Fakt czy opinia? Uzasadnij odpowiedź!

Bayern Monachium jest Mistrzem Niemiec w piłce nożnej.



Fakt czy opinia? Uzasadnij odpowiedź!

Bayern Monachium to najlepsza drużyna piłkarska.



Odpowiedz na pytania



Fakt czy opinia? Uzasadnij odpowiedź!

Kręcone włosy wyglądają lepiej, niż proste.



Fakt czy opinia? Uzasadnij odpowiedź!

Przechodzenie na czerwonym świetle jest niezgodne z prawem.



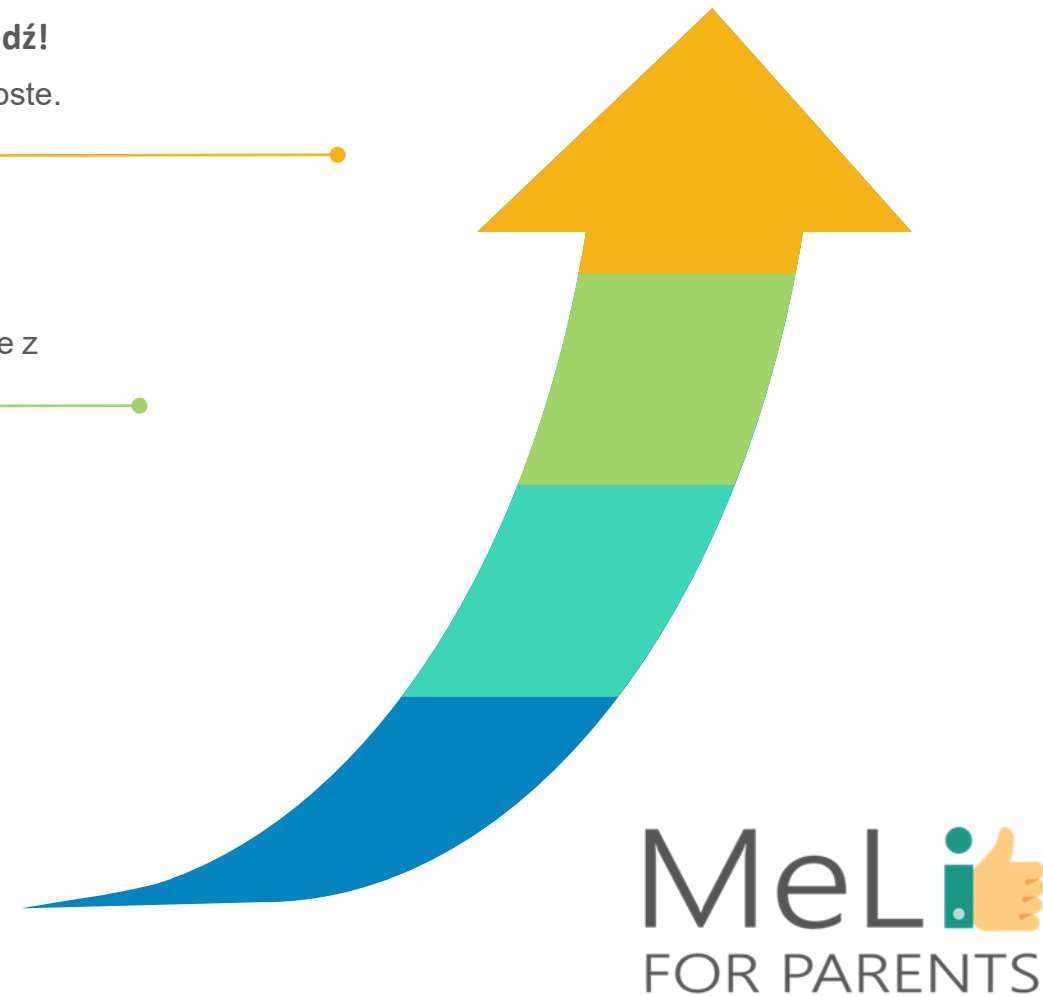
Fakt czy opinia? Uzasadnij odpowiedź!

Słowa piosenek rockowych są bardziej poetyczne, niż słowa piosenek hip-hopowych.



Fakt czy opinia? Uzasadnij odpowiedź!

Choroby serca są główną przyczyną zgonów.



Jak rozpoznać *fake newsy*

ZBADAJ ŹRÓDŁO INFORMACJI

Zawsze starannie sprawdzaj źródło informacji – gdzie została opublikowana (strona internetowa, jaki środek masowego przekazu), kto jest właścicielem źródła, deklarowana misja podmiotu, dane do kontaktu.

PRZECZYTAJ TREŚĆ

Nagłówki są bardzo często formułowane w sposób służący zwiększeniu liczby kliknięć. Zapoznaj się z pełną treścią materiału, pamiętając o zasadzie krytycznego myślenia.

SPRAWDŹ AUTORA

Poczytaj informacje o autorze. Czy jest osobą autentyczną? Jakie inne publikacje ma na koncie? Czy można mu ufać?

CZY TO ŻART?

Jeżeli treść informacji brzmi wyjątkowo niewiarygodnie, możemy mieć do czynienia z żartem. Sprawdź autentyczność przekazu.

PRZEMYŚL WŁASNE UPRZEDZENIA

Rozważ własne przekonania na temat przekazu. Może one wpływają na Twoją ocenę?

Zbadaj źródło informacji

Gdy natkniesz się na daną informację po raz pierwszy – pogrzeb w źródłach!

Sprawdź adres strony internetowej, na której znalazła się informacja. Błędy ortograficzne/ literówki w nazwach firm lub dziwnie brzmiące rozszerzenia mogą sugerować, że źródło jest podejrzane.

Kim są autor i podmiot publikujący? Czy są uznanymi ekspertami w temacie?

Sprawdź właściciela strony internetowej!





Zapoznaj się z treścią – czytaj nie tylko nagłówki

MeLi
FOR PARENTS

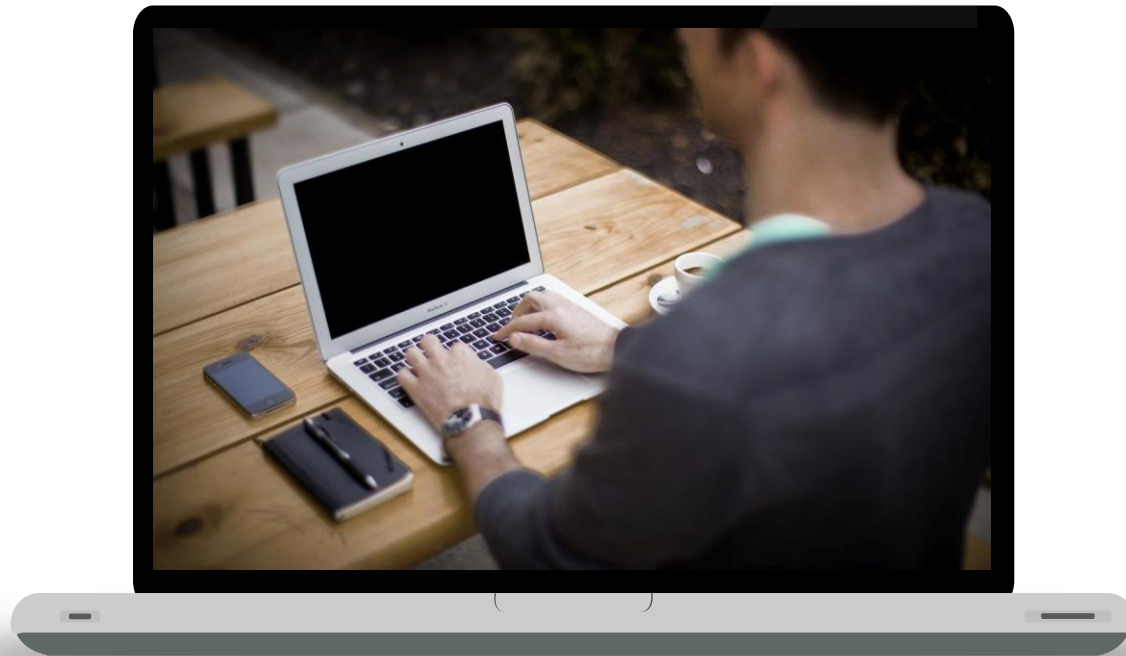
Tytuły artykułów i innych materiałów często służą wyłącznie przyciągnięciu uwagi, natomiast kryjąca się za nimi treść bywa w najlepszym wypadku bezużyteczna, w najgorszym – całkowicie fałszywa i zniekształcona.

Zanim przyjmiesz informację za dobrą monetę i zaczniesz ją udostępniać, przeczytaj cały tekst i oceń go krytycznie!

Sprawdź autora

Czytając wiadomości, zawsze sprawdzaj autora!

Powszechnie stosowaną techniką rozpowszechniania fałszywych informacji jest podpisywanie publikowanych materiałów fałszywym nazwiskiem i skradzionym zdjęciem.





Żart czy parodia?

MeLi
FOR PARENTS

Naucz się odróżniać prawdziwe informacje od żartów i satyry!

Satyryczne treści bywają tworzone w wyłącznym celu zachęcania użytkowników internetu do klikania. Na liczbie kliknięć zarabia twórca treści dzięki przychodom od reklamodawców.

Satyra może być również rzetelnym materiałem pochodzącym z wiarygodnego źródła.



Przemysł własne uprzedzenia

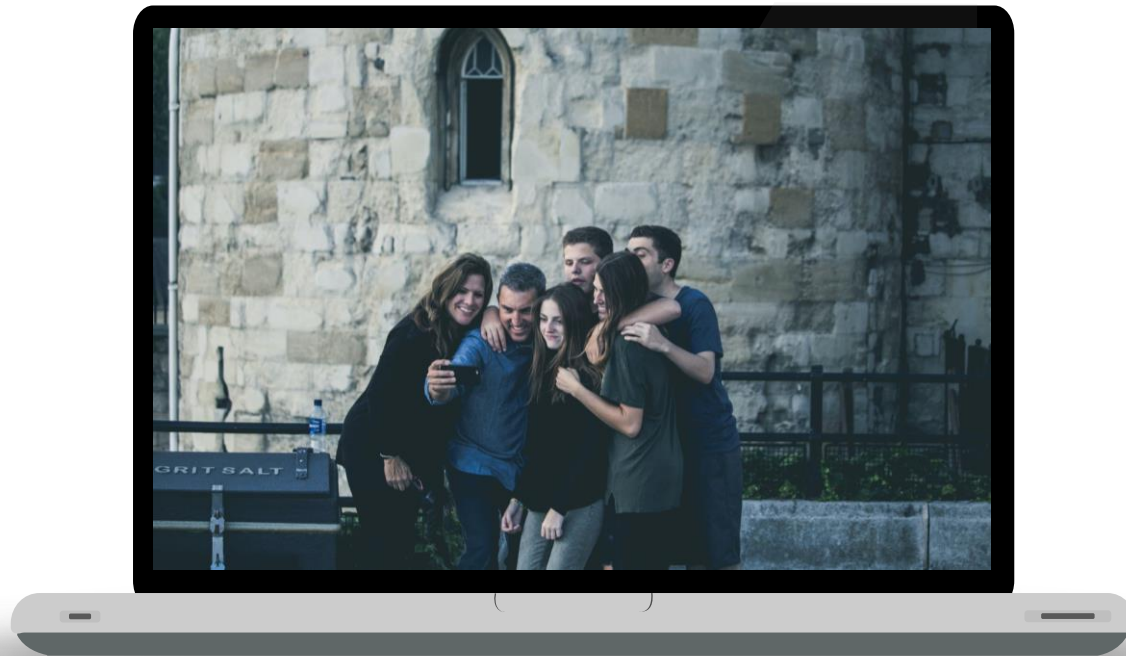
Mamy skłonność do zawierzania informacjom potwierdzającym nasze przekonania oraz do dyskredytowania informacji, które są z nimi sprzeczne!



Staraj się poszerzać krąg znajomych

Fałszywe informacje są często rozpowszechniane za pośrednictwem mediów społecznościowych, przez zamknięte grupy i społeczności.

Otaczanie się podobnie myślącymi ludźmi, członkostwo w grupach i „*obserwowanie*” osób o zbliżonych zainteresowaniach to w pełni naturalne zachowania. Z drugiej strony narażamy się wówczas na ryzyko zmanipulowania fałszywymi informacjami, rozpowszechnianymi za pośrednictwem w/w kanałów.



Fake newsy w mediach społecznościowych

Uważnie sprawdzaj zdjęcia i media!

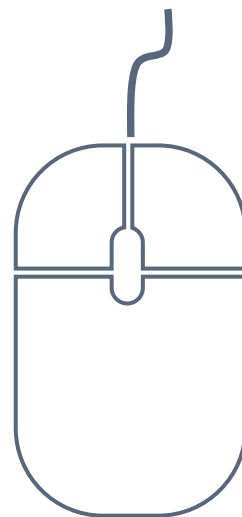
Rozpoznawanie zniekształconych zdjęć jest trudniejsze, niż się wydaje.



Istnieje wiele prostych metod zniekształcania zdjęć. Nawet eksperci miewają trudności ze stwierdzeniem, czy dana fotografia jest autentyczna i ukazuje rzeczywiste wydarzenia i sytuacje.



Ostrożnie podchodź do formułowania opinii na podstawie zdjęć zamieszczanych w mediach społecznościowych. Sprawdź źródło i datę publikacji oraz inne posty opublikowane i udostępnione przez autora. Oceń ich rzetelność.



Zdjęcia mogą być w 100 procentach rzetelne, lecz użyte w mylącym kontekście. Na przykład zdjęcia pokrywających plażę śmieci niekoniecznie ukazują obecną sytuację – mogły być zrobione na innej plaży lub 10 lat wcześniej.



Możesz skorzystać z różnych narzędzi, np. z [Google Reverse Image Search](#), by sprawdzić pochodzenie fotografii i znaleźć informację, czy ukazany na niej obraz nie został zmieniony.

Fake newsy w mediach społecznościowych

Wiadomości przekazywane

Wiadomości opatrzone etykietą „przekazane” pomagają w ustaleniu, czy autorem informacji jest osoba z grona rodziny lub znajomych. Jeżeli nie jesteśmy pewni, kto jest autorem pierwotnej treści, dokładnie ją sprawdzmy.



Fake newsy często roznoszą się w tempie wirusa

Nawet jeżeli dana wiadomość została wielokrotnie przekazana dalej, nie czyni z niej to informacji prawdziwej. Nie przekazuj innym wiadomości tylko dlatego, że usilnie Cię do tego nakłania nadawca. Dokładnie sprawdzaj każdą informację.



Świadomie
podchodź do
otrzymywanych
wiadomości!

Wiadomości o nietypowym wyglądzie

Wiele otrzymywanych wiadomości lub linków do stron internetowych, zawierających oszukańcze treści lub do nich prowadzących, zawiera błędy ortograficzne/ literówki. Zwracaj uwagę na pisownię by sprawdzić, czy dana informacja jest rzetelna.



Starannie sprawdzaj zdjęcia i media

Zdjęcia, nagrania dźwiękowe i filmiki mogą być edytowane, by wprowadzić Cię w błąd. Sprawdzaj rzetelne źródła informacji, by zorientować się, czy dana wiadomość pojawiła się również gdzie indziej. Prawdopodobieństwo autentyczności jest większe w wypadku Informacji publikowanych w wielu źródłach.



MeLi
FOR PARENTS



Co dalej? Jak postępować?

- ✓ Nie pozwól, by istnienie fałszywych informacji ograniczało Ci przyjemność czerpaną z czytania informacji w internecie.
- ✓ Nie musisz wątpić w każde słowo.
- ✓ Wystarczy rozwinąć umiejętność krytycznego myślenia i świadomość wpływu wywieranego przez informacje na ich odbiorcę.
- ✓ Starannie dobieraj źródła.
- ✓ Wiedząc, że *fake newsy* istnieją, sprawdzaj każdą informację, nim się nią podzielisz lub ukształtujesz własne przekonania na jej podstawie.
- ✓ Informacje możesz sprawdzać np. na stronach [Snopes.com](https://www.snopes.com) i [Factcheck.org](https://www.factcheck.org).



Pytania, które warto sobie zadać

- ✓ Czy artykuł i strona internetowa, na której został opublikowany, sprawiają wrażenie wysokojakościowych i wiarygodnych?
- ✓ Czy źródło informacji jest znane, szanowane, wiarygodne?
- ✓ Czy sprawdziłem(-am) nazwę domeny wraz z sekcją „O nas”/”O firmie”?
- ✓ Kim jest autor? Co o nim wiem?
- ✓ Czy artykuł napisano zgodnie z zasadami ortografii, gramatyki, interpunkcji?
- ✓ Czy inne szanowane media i eksperci potwierdzają treść opublikowanej informacji?

Chodźmy na przerwę!





Znajomość mediów cyfrowych a inteligencja emocjonalna



Wiele publikowanych informacji – a także reklam obrazowych i skojarzeniowych – tworzonych jest z myślą o emocjach odbiorców. Zastosowane wyrażenia, obrazy, muzyka zawierają i przekazują zamierzony przez autorów komunikat bez konieczności wyrażania go słownie. Forma licznych publikacji ma na celu odwołanie się do naszych nadziei lub lęków, wywołanie określonych emocji i nakłonienie nas do zakupu produktu, wsparcia określonego celu lub stanięcia w obronie określonego stanowiska.

Ważne jest rozwijanie inteligencji emocjonalnej, która pomaga rozpoznawać emocje i czynniki, które na nie wpływają, oraz przekazywanie tej wiedzy dzieciom.

Emocje pozytywne



Zainteresowanie

Nagłówki fałszywych informacji są zawsze formułowane w sposób służący wywołaniu zainteresowania. W większości wypadków tytuł nie odzwierciedla treści.



Radość

Niektóre fałszywe informacje, w szczególności o charakterze komercyjnym, mają na celu wywołanie u nas niezwykłej radości i zadowolenia, co sprawia, że kupimy określony produkt.



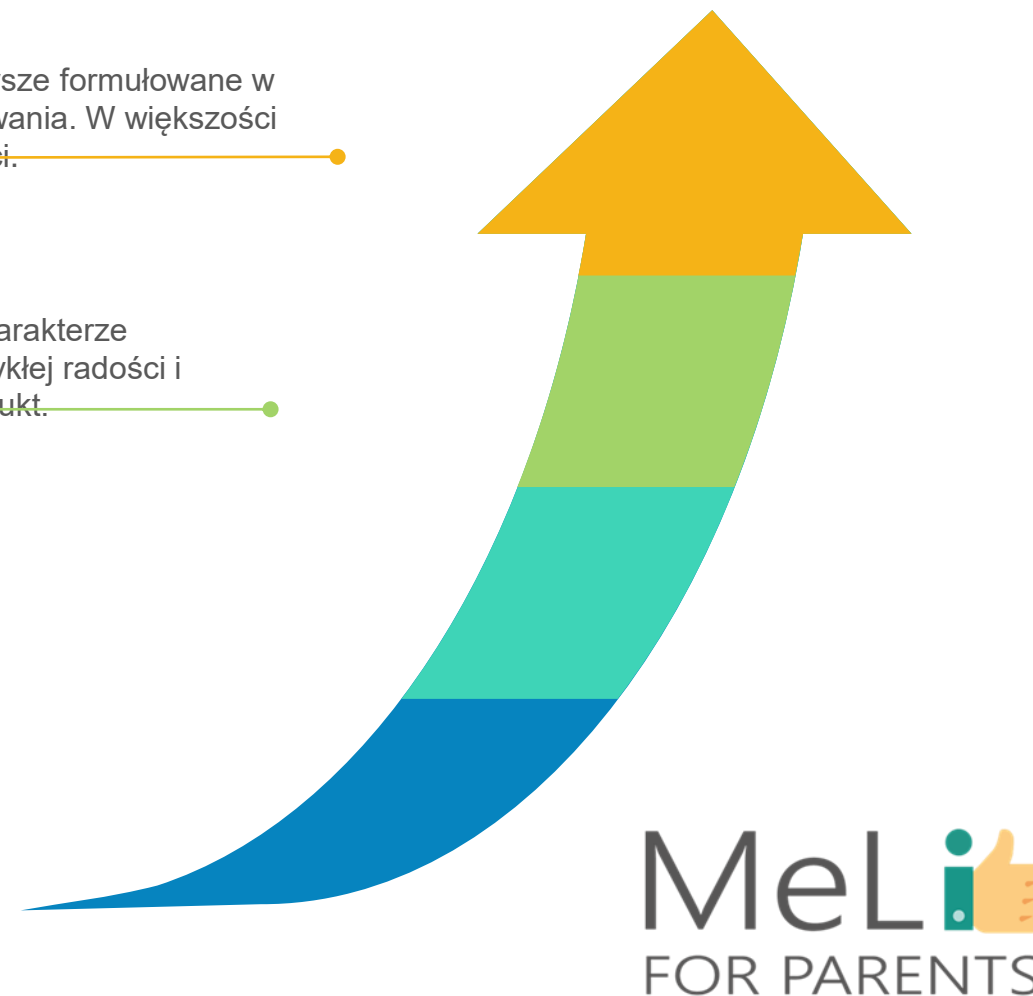
Rozbawienie

Jeżeli opublikowana wiadomość wydaje się zbyt zabawna lub niewiarygodna, upewnij się, że nie jest to żart lub satyra.

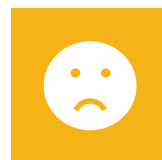


Przewidywanie/ oczekiwanie

Ta emocja pojawia się zwykle podczas czytania wiadomości rzeczywistych – natomiast może być również wykorzystywana w naukowy sposób podczas publikacji *fake newsów*.

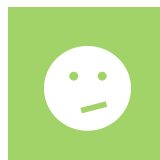


Emocje negatywne



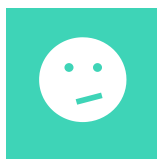
Gniew

Pod wpływem gniewu wywołanego opublikowaną informacją czytelnik ma większą skłonność do udostępniania jej – to sprawia, że wiadomość roznosi się w tempie wirusa.



Strach

Podobnie jak w wypadku gniewu, strach zwiększa skłonność do dzielenia się informacją bez jej sprawdzania.



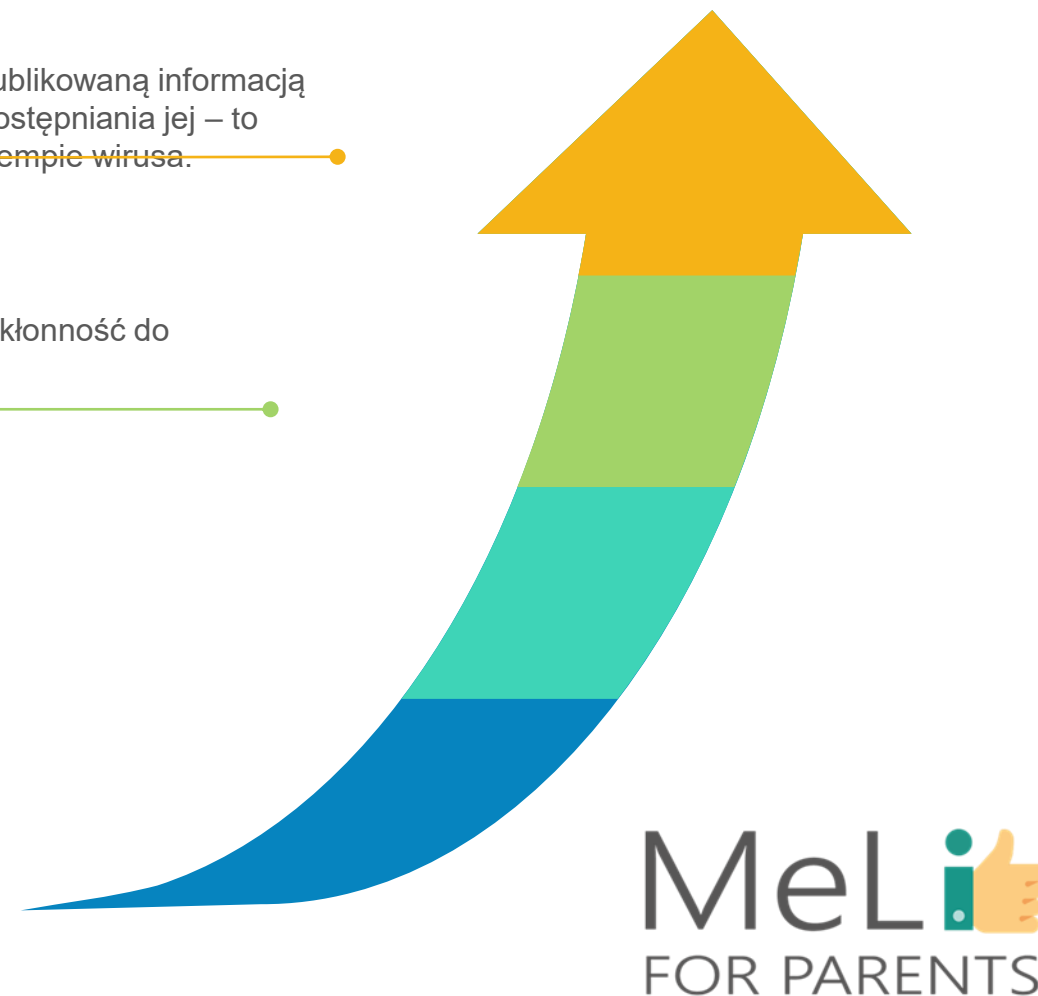
Obrzydzenie

Obrzydzenie należy do emocji najczęściej wykorzystywanych przez autorów fałszywych informacji.



Smutek

Wiele oszukańczych treści i postów zamieszczanych w mediach społecznościowych odwołuje się do naszego poczucia smutku, pod wpływem którego będziemy czytać określone treści i je udostępniać. Czasem nawet opowiemy się po stronie określonej sprawy.



Fake newsy a emocje



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MeLi
FOR PARENTS

Jakie emocje odczuwam,
patrząc na daną treść?



Jaka jest faktyczna
przyczyna, z której
odczuwam określone
emocje?



Odczuwając silne
emocje, warto zadać
sobie wymienione tu
pytania:

W jaki sposób odczuwane
przeze mnie emocje
wpływają na mój sposób
myślenia?



Który element
opublikowanych
informacji wywołał u mnie
takie emocje?



Dlaczego zawierzamy *fake news*!!!



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Potwierdzają nasze
uprzedzenia.

Nie oceniliśmy ich rzetelności.

Z powodu własnej niecierpliwości i
braku dostatecznej uwagi oraz ze
względu na efekt rzekomej prawdy.

Jesteśmy leniwi pod
względem poznawczym.

Pod wpływem presji
otoczenia.



Psychologiczny aspekt *fake newsów*

Dlaczego zawierzamy fałszywym informacjom?

Potwierdzają nasze uprzedzenia

Bardzo często preferujemy informacje potwierdzające nasze poglądy i przekonania.

„Bez świadomości własnych uprzedzeń decydujących o naszym sposobie myślenia, narażamy się na większe ryzyko zawierzenia fałszywym informacjom, jeżeli zgadzamy się z treścią przekazu. W drugą stronę mechanizm działa tak samo: efekt potwierdzenia przynosi odwrotny skutek, tzn. wzmożony sceptycyzm, gdy natkniemy się na fałszywe informacje, które nam się nie podobają. To oczywiście korzystne, że efekt potwierdzenia może w określonych kontekstach pomóc nam odrzucić fake newsy; jednakże ogólnie rzecz ujmując, uleganie uprzedzeniom świadczy o braku umiejętności krytycznego myślenia.”

Dr Christopher Dwyer

<https://www.psychologytoday.com/us/blog/thoughts-thinking/201911/7-reasons-why-we-fall-fake-news>



Psychologiczny aspekt *fake newsów*

Dlaczego zawierzamy fałszywym informacjom?

Nie oceniliśmy ich rzetelności

„Czytamy, oglądamy lub słuchamy wiadomości w poszukiwaniu informacji, zazwyczaj dlatego, że nie byliśmy naocznymi świadkami określonych wydarzeń. W rezultacie wierzymy źródłom, z których korzystamy, ufając, że dostarczane nam informacje są prawdziwe; jednocześnie stawiamy na rzetelność źródła. Jednakże w odbierane informacje nie należy ślepo wierzyć. Każdą podawaną informację należy poddać ocenie.”

Dr Christopher Dwyer

<https://www.psychologytoday.com/us/blog/thoughts-thinking/201911/7-reasons-why-we-fall-fake-news>



Psychologiczny aspekt *fake newsów*

Dlaczego zawierzamy fałszywym informacjom?

Z powodu własnej niecierpliwości i braku dostatecznej uwag

Często zdarza się, że poszukujemy informacji na interesujący nas temat, w którym czujemy się kompetentni; wówczas wiemy, jak sprawdzać źródła. Jednakże zazwyczaj zależy nam na szybkim pozyskaniu informacji ogólnych. W takim wypadku – gdy szybko przeglądamy wiadomości w internecie – rośnie prawdopodobieństwo natknięcia się na nagłówki i wiadomości, które nie odzwierciedlają prawdziwych wydarzeń. Wówczas możemy bezwiednie zawierzyć fake newsom.

Psychologiczny aspekt *fake newsów*

Dlaczego zawierzamy fałszywym informacjom?

Jesteśmy leniwi pod względem poznawczym

„Nasze umysły wyewoluowały w kierunku oszczędzania energii na ,bardziej istotne’ zadania, w związku z czym nie są skłonne do poświęcania jej na dodatkowe analizy, gdy decyzja oparta wyłącznie na intuicji wydaje się wystarczająca. Czy nasza wiara w prawdziwość przypadkowej historii jest aż tak istotna w życiu codziennym? Od czasu do czasu zapewne tak, lecz znacznie częściej nie... w związku z czym nie poświęcamy czasu na ocenę, w tym krytyczną. Przetwarzamy informacje w uproszczony sposób, co nas prowadzi do niekoniecznie właściwych wniosków i decyzji – na przykład do zawierzania fałszywym informacjom.”

Dr Christopher Dwyer

<https://www.psychologytoday.com/us/blog/thoughts-thinking/201911/7-reasons-why-we-fall-fake-news>



Psychologiczny aspekt *fake newsów*

Dlaczego zawierzamy fałszywym informacjom?

Ze względu na efekt reiteracji, czyli rzekomej prawdy

Efekt rzekomej prawdy dotyczy potwierdzonego zjawiska o określonych skutkach: im częściej mamy do czynienia z określoną informacją, tym większe prawdopodobieństwo, że w nią uwierzemy, nie szukając dowodów na jej prawdziwość.

Psychologiczny aspekt *fake news*ów

Dlaczego zawierzamy fałszywym informacjom?

Pod wpływem otoczenia

„Wiara większości w określoną informację nie czyni z niej informacji prawdziwej. Stając w obliczu konieczności oddzielenia ziarna od plew musimy pamiętać, że tylko obiektywizm prowadzi do właściwych odpowiedzi. Bądźmy zatem świadomi klimatu społecznego, klimatu politycznego i przekonań większości; presja związana z wszystkimi trzema czynnikami najprawdopodobniej wpłynie na rodzaj i treść docierających do nas informacji, oraz na naszą wiarę w ich prawdziwość lub fałsz.”

Dr Christopher Dwyer

<https://www.psychologytoday.com/us/blog/thoughts-thinking/201911/7-reasons-why-we-fall-fake-news>

Chodźmy na przerwę!





Uczymy dzieci

Dlaczego należy przekazywać dziecku wiedzę i umiejętności w obszarze mediów cyfrowych?

Świat cyfrowy stał się elementem codziennej rzeczywistości dla nas i dla naszych dzieci; świat ten może być pożyteczny i niezbędny – ale może również przytłaczać, a nawet zagrażać bezpieczeństwu użytkownika. Dzieci muszą rozwinąć umiejętności pojmowania i oceny informacji, z którymi się stykają – pozwoli im to korzystać z internetu w sposób bezpieczny i skuteczny. Znajomość mediów cyfrowych nie polega jedynie na umiejętności korzystania z różnych urządzeń i aktualizacji aplikacji. Znajomość mediów cyfrowych to umiejętność pojmowania informacji i korzystania z nich w odpowiedni sposób.

MeLi
FOR PARENTS

Uczymy dzieci



Dlaczego należy przekazywać dziecku wiedzę i umiejętności w obszarze mediów cyfrowych?

Pamiętajmy, że kontakt z fałszywą informacją może wyrzeć silny wpływ na poczucie własnej wartości Twojego dziecka!

Gdy dzieci lub rodzice stwierdzą, że udostępnili komuś fałszywe informacje bez ich uprzedniego sprawdzenia, mogą poczuć się głupio. Takie odczucia mogą ujemnie wpływać na poczucie własnej wartości, a niekiedy wywołać poważne problemy psychologiczne.

MeLi
FOR PARENTS



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Uczymy dzieci

Wyjaśnij

**Wyjaśnij dziecku,
czym są *fake newsy***

Wyjaśnij dziecku,
czym są *fake newsy*.
Na podstawie
przykładów i
zależnie od
okoliczności
cierpliwie omawiaj
różnice między
prawdziwą
informacją i *fake newsami*.

Dziel się

Dziel się wiedzą

Dziel się z dzieckiem
wiedzą na temat
fałszywych
informacji w sposób
dopasowany do jego
wieku. Możesz
poprosić, by dziecko
zastosowało nowo
nabytą wiedzę,
analizując istotną dla
siebie wiadomość.

Zastosuj

**Zastosuj nowo
nabytą wiedzę**

Możesz poprosić, by
dziecko zastosowało
nowo nabytą wiedzę,
analizując istotną dla
siebie wiadomość.
Następnie omów z
nim wynik ćwiczenia,
wraz z odczuciami
dziecka i
wyciągniętymi
wnioskami.

Baw się

**Baw się z
dzieckiem**

Możesz zorganizować
zabawę: zadanie
polega na napisaniu
artykułu ma temat
jednego z
najnowszych
wydarzeń lub
wydarzenia
historycznego z dwóch
różnych perspektyw..
Celem zabawy jest
nakłonienie dziecka do
przyjęcia przynajmniej
dwóch różnych
punktów widzenia w
tej samej sprawie.

Pokazuj

**Wskaż treści
reklamowe**

Wskaż treści
reklamowe lub
sponsorowane,
publikowane w
mediach
społecznościowych
lub na stronach
informacyjnych jako
autentyczne
wiadomości. Poproś
dziecko, by oceniło
oglądane treści.



Uczymy dzieci

Naucz dziecko zadawania sobie pytań!

Ucząc dziecko zadawania sobie pytań na temat czytanych lub oglądanych informacji, pomagasz mu rozwijać krytyczne myślenie i wykształcasz w nim przyzwyczajenie sprawdzania i oceny zalewających je informacji, zanim w nie uwierzy i je komuś udostępni.

Twoje zachowanie w sieci – co czytasz, co udostępniasz, w co wierzysz – również odgrywa tu znaczącą rolę.

MeLi 
FOR PARENTS

Uczymy dzieci

Czy informacja była publikowana w innych źródłach? Czy pojawiła się w radio, telewizji lub prasie?

Czy znane Ci są medium/ organizacja/ podmiot, które opublikowały informację? Czy znasz nazwisko autora?

Czy strona internetowa, na której pojawiła się informacja, wygląda wiarygodnie (czy jest to fałszywa strona naśladowcza, której wygląd ma sugerować, że jest autentyczna)?

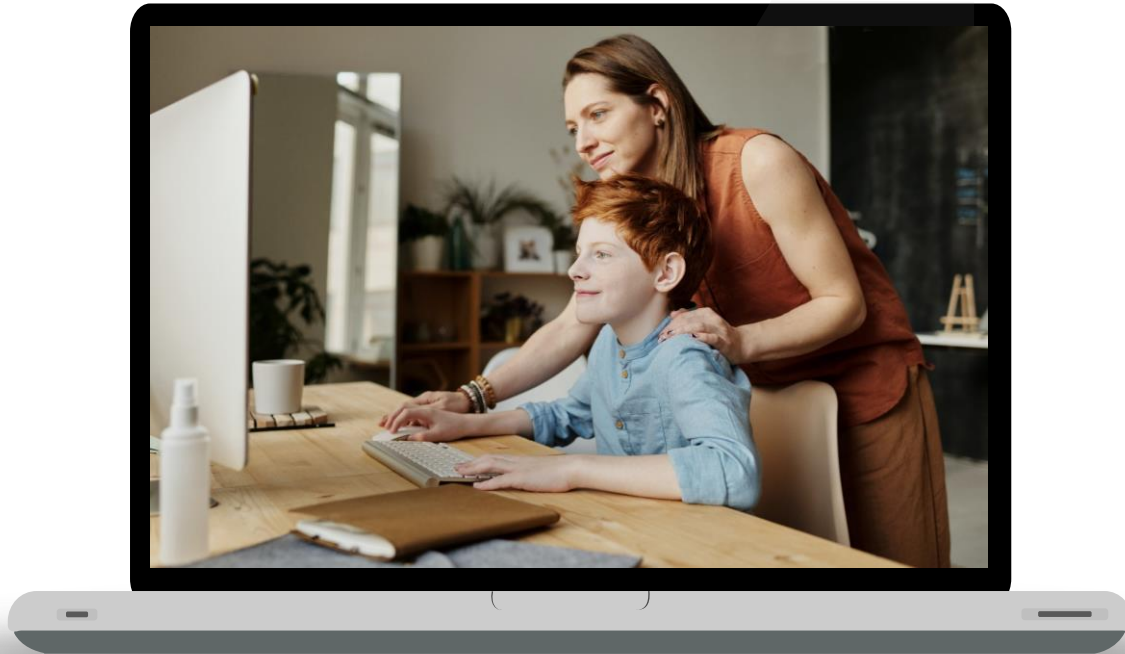
Czy adres strony internetowej (u góry) wygląda na autentyczny? Czy rozszerzenie jest typowe (np. „.co.uk”, „.pl” lub „.com”), a nie podejrzane, np. „.com.co”?

Czy zdjęcie lub filmik wyglądają normalnie?
Czy sama historia brzmi wiarygodnie?

Uczymy dzieci

Materiały opracowane przez National Geographic – szczególnie seria filmów „Prawda czy fałsz?” (*Real or Fake*) – to bardzo pożyteczny i przyjemny w użytkowaniu zestaw treści przeznaczony dla całej rodziny, pomocny w pokazywaniu dziecku, jak rozpoznawać fałszywe informacje.

Seria filmów *Real or Fake*





Uczymy dzieci

Pomóż dziecku odróżniać fakty od opinii

Wyjaśnij dziecku różnice między faktem a opinią!

Możecie zagrać w gry tematyczne online:

- ✓ www.roomrecess.com/mobile/FactAndOpinion/play.html
- ✓ www.brainpop.com/english/writing/factandopinion/quiz/
- ✓ wordwall.net/resource/48813/english/quiz-fact-or-opinion
- ✓ www.educationquizzes.com/ks2/english/fact-and-opinion/



Uczymy dzieci

Pokaż dziecku nieoczywiste zdjęcia

Pokaż dziecku nieoczywiste zdjęcia, wyjaśniając, jak rozróżnić zdjęcia autentyczne, zniekształcone w określonym celu i żartobliwe.

Możesz pokazać dziecku proste, darmowe oprogramowanie służące edycji zdjęć; wyjaśnij, jak prosty jest proces zniekształcenia fotografii.

Możesz stworzyć własne kolaże fotograficzne, zastosować filtry do aplikacji i użyć ich w grze.

Źródło: <https://www.nationalgeographic.com/family/teaching-kids-about-fake-news-and-photos/>



Uczymy dzieci

Zachęcaj dziecko do podejmowania samodzielnych analiz

Wspólnie z dzieckiem czytaj posty w mediach społecznościowych – takich jak Facebook, Twitter, Instagram, TikTok. Wspólnie oglądajcie materiały filmowe.

Baw się z dzieckiem, zadając pytania. Możecie zmodyfikować zabawę, zmieniając ją w grę w detektywa.

Przykładowe pytania:

- Gdzie przeczytaliśmy informację/ zobaczyliśmy zdjęcie?*
- Ile ma polubień/ udostępnień?*
- Kto opublikował daną treść? Czy znamy autora? Co o nim wiemy? ...*
- Kto jeszcze opublikował informację o wydarzeniu?*
- Prześledźmy historię wydarzenia do pierwotnego źródła.*

Emocje

Naucz dziecko rozpoznawać własne emocje i zwracać uwagę na własne odczucia.

Kiedy zacząć?

Nigdy nie jest zbyt wcześnie ani zbyt późno, by rozpocząć proces rozwijania inteligencji emocjonalnej i badania wpływu wiadomości i informacji na proces wywoływania określonych emocji.

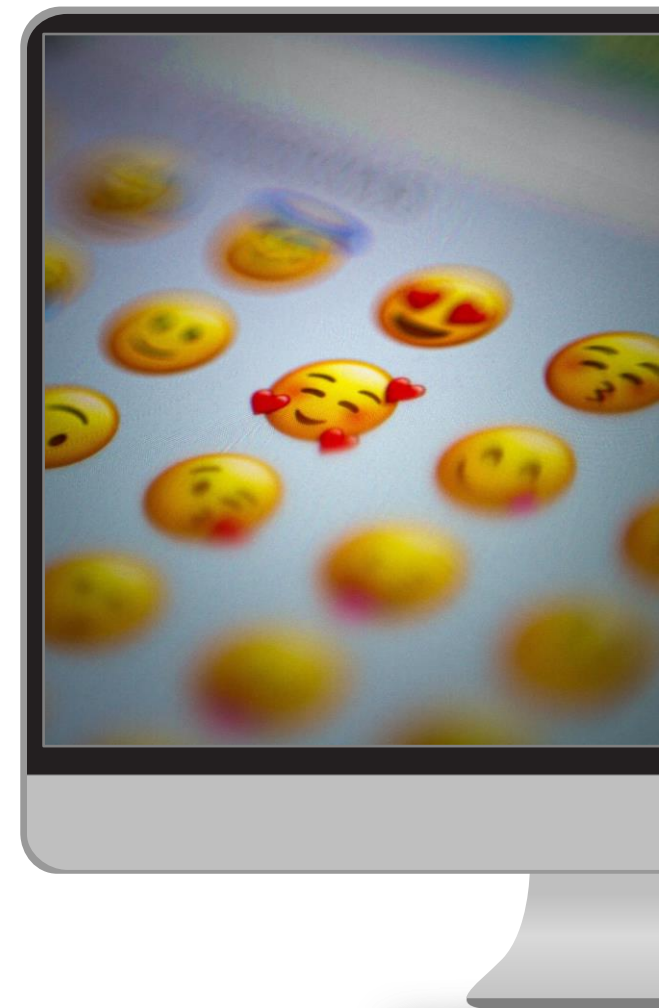
Dlaczego?

Rozumiejąc mechanizm uruchamiania przez media określonych emocji, dzieci będą znacznie lepiej przygotowane do rozpoznawania i logicznej oceny informacji wywołujących u nich określone reakcje.

W jaki sposób?

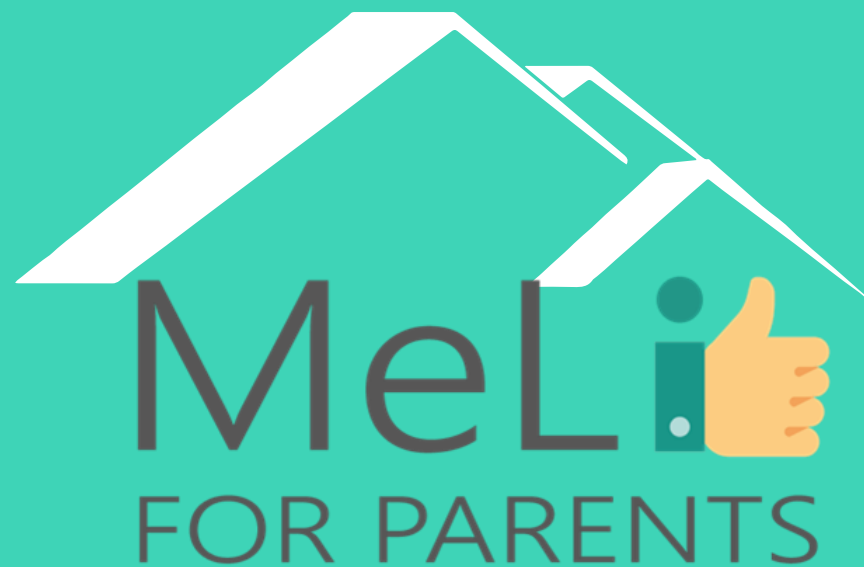
Oglądając telewizję lub przeglądając z dzieckiem internet, wskazuj, wyjaśniaj i otwarcie omawiaj reklamy odwołujące się do emocji.

Inteligencja emocjonalna



Źródła

- ❖ <https://www.mindtools.com/pages/article/fake-news.htm>
- ❖ <https://www.factcheck.org/2016/11/how-to-spot-fake-news/>
- ❖ <https://www.connectsafely.org/fakenews/>
- ❖ <https://www.bbc.co.uk/newsround/38906931>
- ❖ <https://www.whatsapp.com/>
- ❖ <https://www.psychologytoday.com/us/blog/thoughts-thinking/201911/7-reasons-why-we-fall-fake-news>



<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ



The logo for 'MeLi FOR PARENTS' is centered within a white house-shaped outline with a teal border. The text 'MeLi' is in a large, dark grey font, with the 'i' in 'Li' having a teal dot. To the right of the 'i' is a teal thumbs-up icon. Below 'MeLi' is the text 'FOR PARENTS' in a smaller, dark grey, all-caps font. The background features a yellow silhouette of a city skyline with a prominent tower on the right.

MeLi
FOR PARENTS

Media cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa I.1.4: Narzędzia kontroli rodzicielskiej
– Poziom ŚREDNIO ZAAWANSOWANY



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Spis treści

NARZĘDZIA KONTROLI RODZICIELSKIEJ – POZIOM ŚREDNIO ZAWANSOWANY

W ramach niniejszej jednostki omówiono szczegółowe elementy narzędzi kontroli rodzicielskiej. Uczestnicy nauczą się zarządzania dostępem do treści internetowych za pośrednictwem określonych urządzeń, jak również blokowania lub ograniczania dostępu do internetu. Materiał obejmuje ponadto metody obserwowania lub śledzenia aktywności dziecka w internecie, w tym wybrane rozwiązania komercyjne.

01

CZARNE I BIAŁE LISTY

Ocena treści internetowych
Promowanie korzystnych treści

02

WDRAŻANIE NARZĘDZI

Systemy operacyjne,
przeglądarki internetowe,
oprogramowanie

03

ROZWIĄZANIA KOMERCYJNE

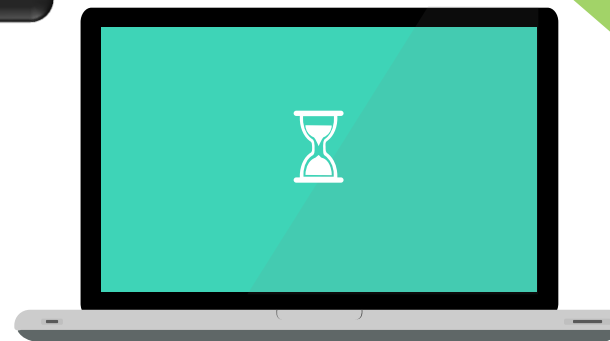
Gotowe rozwiązania dla
komputerów PC/ Mac, urządzeń
przenośnych, konsol do gier

04

ŚLEDZENIE LOKALIZACJI

Zaawansowane narzędzia
śledzące, *geofencing* (dosł.
ogrodzenia wirtualne,
geolokalizacja)

MeLi 
FOR PARENTS



I.1.4

Narzędzia kontroli rodzicielskiej



CYFROWA OPIEKA RODZICIELSKA

Zgodnie z treścią wiedzy przekazanej na poziomie podstawowym, narzędzia kontroli rodzicielskiej pomagają chronić dziecko przed:

- nieodpowiednią treścią,
- cyberatakami,
- oszustwami i pułapkami w mediach społecznościowych,
- udzielaniem błędnych informacji lub
- niepożądanymi znajomościami.

Powyższe można osiągnąć w drodze:

- ✓ blokowania wybranych stron internetowych lub kategorii treści,
- ✓ wdrażania czarnych i białych list treści oraz
- ✓ ograniczania poboru treści, by chronić urządzenia.

W ramach niniejszej jednostki szkoleniowej nauczymy się metod wdrażania wymienionych narzędzi.

LISTY KONTROLNE



Czarne czy białe?

Czarne listy ograniczają dostęp do określonych kategorii stron zawierających nieodpowiednie treści, na przykład według klucza „pornografia” lub „rasizm”.

✓ Wybrane rozwiązania filtrujące służące kontroli rodzicielskiej mogą również wykorzystywać techniki oparte na słowach kluczowych, blokując treść odpowiadającą określonym słowom... ..ale...

...ale...

✓ ilość informacji dostępnej w internecie jest ogromna, w związku z czym sklasyfikowanie wszystkich stron nie jest możliwe.

✓ Nawet przy wdrożeniu czarnych list, złe treści mogą się prześlizgnąć przez sito – a dobre treści mogą zostać pominięte.

Białe listy działają na odwrotnej zasadzie, umożliwiając dostęp wyłącznie do listy konkretnych, zdefiniowanych stron internetowych.

✓ Można zezwolić na dostęp wyłącznie do określonych treści – np. filmów animowanych/ dokumentalnych lub stron przyjaznych dzieciom...

✓ tworzenie białych list jest problematyczne: dzieci dorastają i muszą mieć dostęp do nowych treści w internecie, na przykład by odrobić pracę domową.

✓ Białe listy zapewniają ograniczony dostęp do stron: opisana metoda może być zbyt restrykcyjna dla starszych dzieci.

MeLi
FOR PARENTS

Oceniaj treści, które będzie oglądać Twoje dziecko

Wybierz docelową grupę wiekową.
Wybieraj treści w zależności od wieku
dziecka. Konsultuj się z zaufanymi
organizacjami edukacyjnymi w
poszukiwaniu pożytecznych sugestii.

Wybieraj treści motywujące i
inspirujące, angażujące i edukujące
dziecko.

Przedstawiaj dziecku treści, które
otworzą mu świat, pobudzą myślenie i
ułatwią zrozumienie życia.

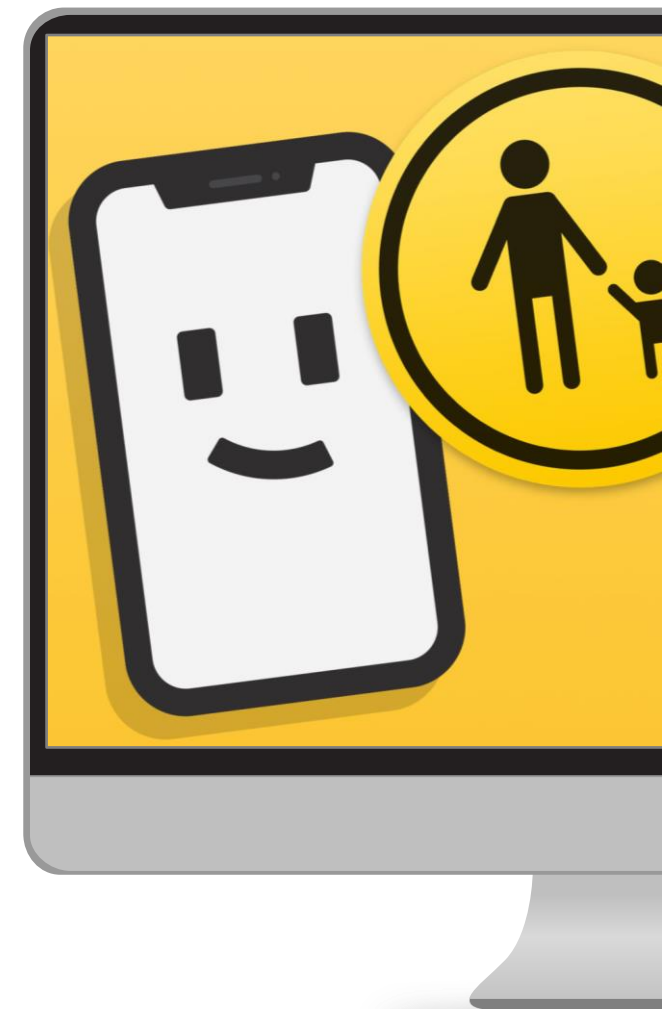
Określ cele. Zapewnij bezpieczną
nawigację. Zaplanuj korzyści dla
dziecka.

**Wartości
umocowujące**

**Angażujące
treści**

**Inspirujące
pomysły**

**Maksimum
korzyści przy
minimum ryzyka**





KONTROLUJ POBIERANE TREŚCI

- Dzieci mogą wykazywać skłonność do pobierania aplikacji i programów atrakcyjnych wizualnie i sprawiających wrażenie autentycznych, a zawierających wirusy i złośliwe oprogramowanie. Może to rodzić problemy na poziomie sprzętu lub oprogramowania, powodując jednocześnie naruszenie bezpieczeństwa danych.
- Wirusy mogą zablokować komputer, spowodować problemy operacyjne i rozprzestrzenić się na całą sieć domową.
- Narzędzia kontroli rodzicielskiej umożliwiają również ograniczenie poboru danych ze źródeł podejrzanych lub nieuznawanych za zaufane.

Ustawienia narzędzi kontroli poboru danych

Otwórz aplikację Play Store w urządzeniu, w którym chcesz zastosować narzędzia kontroli rodzicielskiej dla poboru danych.

W górnym lewym rogu kliknij „Ustawienia menu – nadzór rodzicielski”.

Utwórz kod PIN i potwierdź go w systemie.

Zaznacz rodzaj treści, które chcesz odfiltrować z dostępnych dziecku opcji poboru danych. Wybierz opcję filtrowania lub ogranicz dostęp.

Przykład: Play Store

Ustaw narzędzia kontroli rodzicielskiej

Zabezpiecz swój dostęp

Wybierz filtry kontrolne





BEZPIECZEŃSTWO KORZYSTANIA ZE WSPÓLNYCH URZĄDZEŃ

Kontroluj urządzenia, z których korzystasz wspólnie z dzieckiem

Postaraj się wykształcić zdrowe przyzwyczajenia, dzieląc urządzenie z dzieckiem:

- Twórz **silne hasła** dla aplikacji i stron internetowych, z których korzystasz. Nie posługuj się imionami zwierząt domowych! Korzystaj z dużych liter, cyfr i innych symboli. Zmieniaj hasła regularnie i nie udostępniaj ich dziecku!
- Zakładaj osobne konta, zabezpieczone osobnymi hasłami, dla poszczególnych użytkowników.
- Wylogowuj się po zakończeniu pracy na własnym koncie. Zamykaj okna poczty elektronicznej i przeglądarek.
- Szczególnie istotne dokumenty zawierające wrażliwe treści możesz zabezpieczyć hasłami.
- Blokuj ekran – szczególnie w gospodarstwach domowych z młodszymi dziećmi.

MeLi 
FOR PARENTS





DOSTĘP DO URZĄDZENIA DZIECKA

Starsze dzieci będą miały własne urządzenia. Nadal możesz je „udostępniać” za pośrednictwem własnego urządzenia, by monitorować aktywność dziecka w internecie.

Możesz zyskać dostęp do urządzenia, z którego korzysta dziecko, za pośrednictwem funkcji **Family Sharing**, zarówno w systemie operacyjnym Android jak i iOS. Ustaw limity z wykorzystaniem wbudowanych narzędzi kontroli rodzicielskiej.

- Obejrzyj poniższy film, by nauczyć się, w jaki sposób
- ✓ wprowadzać ustawienia w urządzeniach wspólnych i
 - ✓ śledzić aktywność dziecka w internecie:

<https://www.internetmatters.org/hub/news-blogs/parent-vlogger-gives-tips-making-shared-devices-safe-kids-use//>



FAMILY LINK & FAMILY SHARE

✓ Google Family Link umożliwia rodzicom śledzenie aktywności dziecka w smartfonie, zarządzanie aplikacjami, z których korzysta, ustawianie czasu ekranowego, blokowanie urządzeń lub śledzenie lokalizacji.

UWAGA: Family Link nie zapewnia blokowania nieodpowiednich treści.

✓ Tryb ograniczonego dostępu na platformie YouTube pomaga filtrować treści przeznaczone dla odbiorców dorosłych.


✓ Funkcja czasu ekranowego wszystkich urządzeń Apple iOS 12 i iOS 13 umożliwia sprawdzenie, ile czasu dziecko poświęca na korzystanie z aplikacji oraz oglądanie stron internetowych i innych źródeł.

Wymienione aplikacje umożliwiają blokowanie lub ograniczanie wybranych właściwości, ograniczanie dostępu do treści o charakterze seksualnym, a także kontrolę zakupów i treści pobieranych przez dziecko na własne urządzenie.

NARZĘDZIA KONTROLNE SYSTEMÓW OPERACYJNYCH

Komputery osobiste z systemem operacyjnym Windows, a także urządzenia MacOS oraz urządzenia przenośne z systemami operacyjnymi Android and iOS, oferują darmowe narzędzia kontroli rodzicielskiej. Niezależny Instytut Bezpieczeństwa w Informatyce (*Independent IT Security Institute*) przeprowadził analizę zagrożeń w internecie, zdefiniował scenariusze zabezpieczeń i sklasyfikował poniższe funkcje:

Parental control software generally protects against these risks
Tested categories of protection mechanisms or tools of the operating systems



Manufacturer	Product	AV-TEST Certificate	Protection against cyber bullying	Access control to adult content	Control of private data transfer	Controlling time spent on digital devices	Protection from online money traps	Protection against online grooming (sexual exploitation)	Protection of privacy
Desktop system tools									
Microsoft	Family Safety	⊘	✓	✓	✗	✓	✗	✗	✗
Apple	Mac Parental Controls	⊘	✓	✓	✗	✓	✓	✗	✓
Mobile system tools									
Apple	iOS Parental Controls	⊘	✓	✓	✗	✓	✗	✗	✗
Google	Family Link	⊘	✗	✓	✗	✓	✗	✗	✗
Amazon	Kindle Fire Parental Controls	⊘	✗	✗	✗	✗	✓	✗	✗

⊘ Did not participate in the certification test

AV-TEST November 2018 www.av-test.org



SYSTEM OPERACYJNY WINDOWS

Kontroluj dostęp do treści oglądanych przez Twoje dziecko

- ✓ Systemy Windows 7, 8 i 10 mają zintegrowane systemy narzędzi kontroli rodzicielskiej.
- ✓ Łączą narzędzia kontroli limitów czasowych i dostępu z bezpieczną filtracją informacji w internecie dzięki funkcji Family Safety.
 - ✓ Zarządzaj ustawieniami i czytaj raporty na stronie <https://account.microsoft.com/family>

Załącz nowe konto użytkownika, zaznaczając pole „*Konto dla dziecka*”.
Nowe konto zostanie oznaczone jako konto dziecka. Można nim zarządzać w internecie z poziomu strony *Family Safety*.



Kontroluj przeglądarki

Google Chrome

We wszystkich najpopularniejszych przeglądarkach można zastosować określone ustawienia. Wejdź we wbudowane narzędzia kontrolne przeglądarki Chrome na stronie www.google.com/preferences.

Internet explorer

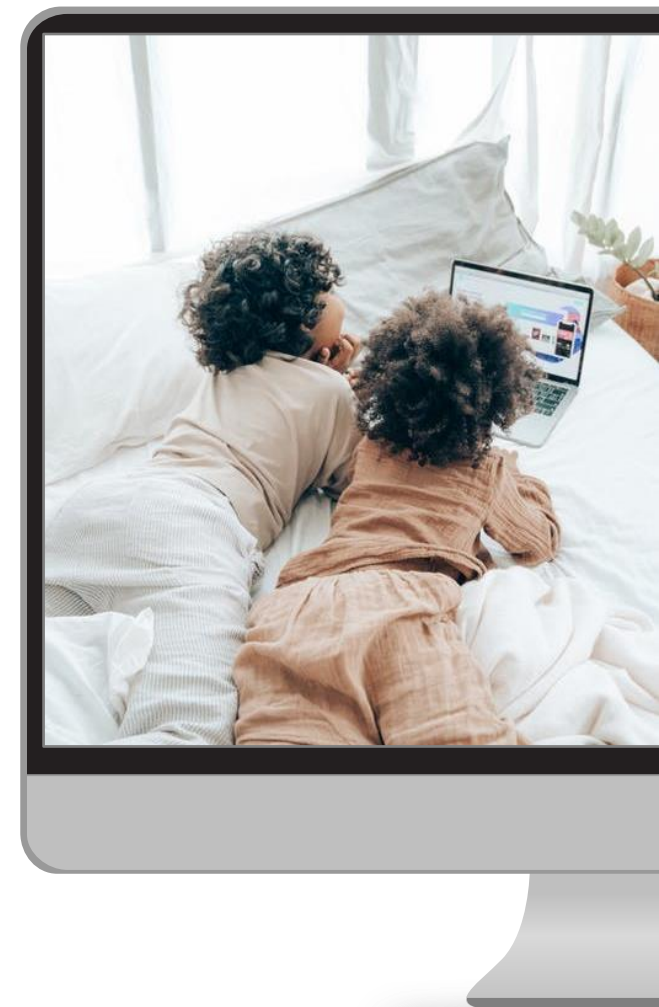
Narzędzia kontroli rodzicielskiej obejmują ograniczenia związane z treścią (niewłaściwy język, nagość, treści o charakterze seksualnym, przemoc) i umożliwiają wygenerowanie listy stron zatwierdzonych i niezatwierdzonych.

Mozilla Firefox

Nie zawiera narzędzi kontroli rodzicielskiej – lecz istnieją dodatki umożliwiające blokowanie wybranych stron internetowych i treści, kontrolę wyskakujących okien (*pop-up*) i ograniczanie czasu ekranowego.

Safari

Kontrola korzystania z internetu za pośrednictwem urządzeń iOS należy aktywować opcję „Ograniczenia”, zasadniczo tożsamą z narzędziami kontroli rodzicielskiej.



Kontroluj treści wyszukiwane przez dziecko w przeglądarce Chrome



By ustawić narzędzia kontroli rodzicielskiej w przeglądarce Chrome, należy włączyć opcję SafeSearch, odfiltrowującą z wyników wyszukiwania w Google treści przeznaczone dla odbiorców dorosłych, np. przemoc i pornografię.

Historia
wyszukiwania

Bezpieczne
wyszukiwarki

- Konta prywatne lub przeglądarki
- Nadzór nad urządzeniami lub kontami dziecięcymi w oparciu o aplikację Family Link
- Urządzenia i sieci w miejscu pracy lub w szkole



INTERNET EXPLORER

Kontroluj treści, do których dziecko ma dostęp

Wbudowane narzędzia kontroli rodzicielskiej zapewniają filtrację treści (ograniczenia obejmują niewłaściwy język, nagość, treści o charakterze seksualnym i przemoc) i generują białą i czarną listę stron internetowych.

Aby zastosować wybrane ustawienia:

1. Otwórz przeglądarkę Internet Explorer.
2. Z paska menu wybierz „Narzędzia”.
3. Wybierz „Opcje internetowe”.
4. Wybierz zakładkę „Zawartość”.
5. Kliknij opcję „Włącz”.
6. Dopasuj położenie suwaka do żądanego dla dziecka poziomu.
7. Zapisz zmiany.

MeLi
FOR PARENTS



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



SAFARI

MeLi
FOR PARENTS

Kontroluj treści, do których dziecko ma dostęp

Safari to przeglądarka instalowana w urządzeniach iPhone, iPod i iPad. W trybie domyślnym nie blokuje żadnych treści – limity treści można wprowadzać ręcznie przez zastosowanie opcji „Ograniczenia”, która pełni funkcję narzędzia kontroli rodzicielskiej.

1. Wejdź w „Ustawienia”.
2. Kliknij „Ogólne”.
3. Przewiń w dół. Wybierz „Ograniczenia”.
4. Wybierz opcję „Włącz ograniczenia” i wprowadź hasło, by uzyskać dostęp do tej opcji.
5. Wybierz kolejno każdą właściwość i aplikację, dla których chcesz zastosować ograniczenia.
6. Możesz także wyłączyć opcję pobierania nowych aplikacji.
7. Wprowadź hasło, by zmienić ustawienia ograniczeń lub je wyłączyć.



WYBRANE APLIKACJE KOMERCYJNE

Qustodio

- ✓ Bardzo popularne narzędzie wieloplatformowe z opcjami filtracji treści i ustawiania limitów czasowych.
- ✓ Opcje płatne dodatkowo: monitoring treści na platformie YouTube, śledzenie czasu korzystania z sieci społecznościowych, limity czasowe dla gier, śledzenie połączeń głosowych.

Kaspersky Safe Kids

- ✓ Kompatybilne z wszystkimi urządzeniami z systemami operacyjnymi Windows, MacOS, Android, iOS.
- ✓ Wersje darmowa i płatna.
- ✓ Wersja darmowa umożliwia generowanie czarnych list.
- ✓ Umożliwia zarządzanie korzystaniem z aplikacji według czasu, wieku i kategorii.
- ✓ Kontrola czasu ekranowego i korzystania z urządzeń ogółem.

Norton Family Premier

- ✓ Opcje nadzoru wszystkich urządzeń i śledzenia wszystkich aktywności dziecka w internecie.
- ✓ Opcje wprowadzania zasad i śledzenia aktywności dziecka.
- ✓ Kompatybilne z systemami operacyjnymi Android and iOS.
- ✓ Opcja monitorowania urządzeń z systemami iOS, Windows Android z wyjątkiem urządzeń Mac.

Boomerang

- ✓ Wyłącznie dla urządzeń przenośnych.
- ✓ Opcja stosowania ogrodzeń wirtualnych (*geofences*).
- ✓ Opcja monitorowania aktywności w aplikacji YouTube.
- ✓ Opcja stosowania „Zawsze dozwolonych” aktywności trybu awaryjnego.

ZASTRZEŻENIE

Celem niniejszego działu jest omówienie popularnych aplikacji komercyjnych. Przedstawione treści nie służą reklamie ani promocji konkretnych firm, programów ani rozwiązań.

Kontroluj treści wyszukiwane przez dziecko w przeglądarce Chrome



Po opanowaniu podstaw można przejść do zaawansowanych systemów kontroli rodzicielskiej, oferujących rozwiązania zaawansowane: monitoring aktywności na platformie YouTube, *geofencing* i zdalne blokowanie urządzeń.

Śledzenie lokalizacji

Monitoring wideo

Opcje zaawansowane umożliwiają analizę treści oglądanych stron, filtrowanie niewłaściwych treści i dodawanie indywidualnych słów kluczowych i kategorii wymagających zablokowania.



WZNOSZENIE OGRODZEŃ WIRTUALNYCH

- *Geofence* to „*wirtualne ogrodzenie*”, „*wirtualny obwód*” obrysowujący rzeczywisty obszar geograficzny.
- Przenośna aplikacja kontroli rodzicielskiej wyposażona w wymienioną funkcję zapewnia opcję śledzenia bieżącej lokalizacji dziecka zapisu historycznych danych lokalizacyjnych.
- Do najbardziej popularnych aplikacji należą FindMyFriends (Apple), Life360 (Android) i Family (Sygic).

UWAGA: z korzystaniem z wymienionych aplikacji wiążą się istotne następstwa prawne, wynikające z przepisów o prywatności i bezpieczeństwie danych.



Sygnał SOS przypisany do lokalizacji

Śledzenie lokalizacji urządzenia

MeLi
FOR PARENTS

- ✓ Wybrane aplikacje oferują funkcję **przycisku SOS**.
- ✓ Po naciśnięciu przez dziecko przycisku SOS aplikacja wysyła do rodzica powiadomienie, wraz z informacją dotyczącą godziny i lokalizacji.
- ✓ Niektóre serwisy emitują dane lokalizacyjne do momentu wyłączenia funkcji w trybie ręcznym.

UWAGA: stosując ustawienia związane z kontrolą lokalizacji zawsze należy rozważyć kwestię prywatności. Należy również pamiętać, że starsze dzieci o rozwiniętych umiejętnościach korzystania z urządzeń cyfrowych mogą nauczyć się unikania lokalizacji ich urządzeń. Do powszechnie stosowanych taktyk należy pozostawienie urządzenia w uzgodnionym miejscu, a następnie odbycie z przyjaciółmi spaceru w obszar nieobjęty kontrolą.





PLAYSTATION

Urządzenia Playstation i PS4 mają wbudowane funkcje ograniczające. Narzędzia kontroli rodzicielskiej, limity wydatków, zarządzanie urządzeniem w trybie rodzinnym i obserwacja czasu ekranowego służą ochronie młodszych graczy. Na stronie internetowej producenta znajdują się szczegółowe instrukcje dotyczące:

- ✓ ograniczania dostępu do wybranych właściwości sieciowych;
- ✓ ustawiania poziomów gier i filmów odpowiednio dobranych dla poszczególnych grup wiekowych;
- ✓ wyłączenia opcji korzystania z przeglądarek internetowych i opcji PlayStation VR (rzeczywistości wirtualnej);
- ✓ włączania filtrów treści internetowych.



TIK TOK A NARZĘDZIA KONTROLI RODZICIELSKIEJ

TikTok oferuje opcje kontroli rodzicielskiej, które można zainstalować w telefonie dziecka.

1. Kliknij trzy kropki w górnym prawym rogu profilu użytkownika.
2. Wybierz opcję „*Dobrostan cyfrowy*” (*Digital Wellbeing*) obok ikony parasola.
3. Wybierz żądane właściwości i zablokuj je hasłem dostępu.

Dostępne opcje:

- Zarządzanie czasem ekranowym: limit 2 godzin lub 40 minut dziennie.
- Tryb ograniczony: blokuje część (lecz nie całość) treści przeznaczonych dla odbiorców dorosłych.

Można również kontrolować telefon dziecka z poziomu własnego urządzenia przez aplikację Parowania Rodzinnego (*Family Pairing*): na telefonie dziecka kliknij opcję ***Family Pairing***. Zsynchronizuj swoje konto z kontem dziecka, wykorzystując kod QR. Teraz możesz wyłączyć opcję wysyłania wiadomości na koncie dziecka.



Narzędzia kontroli rodzicielskiej na platformie YouTube

Filtrowanie filmów zawierających treści nieodpowiednie dla dziecka

YouTube oferuje mechanizmy filtrujące. By je włączyć:

- Zaloguj się na swoim koncie YouTube, klikając ikonę ze zdjęciem w górnym prawym rogu.
- Wejdź w ustawienia.
- Włącz ustawienia „Trybu ograniczonego”.
- Zaznacz opcję „filmy zawierające treści nieodpowiednie dla dzieci, oflagowane przez użytkowników lub w inny sposób”

Włączenie trybu ograniczonego blokuje dostęp do komentarzy pod oglądanymi filmami.

MeLi
FOR PARENTS



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



YouTube Kids

Bezpieczna opcja dla młodszych widzów

MeLi 
FOR PARENTS

- Aplikacja YouTube Kids powstała z myślą o „bezpieczniejszej obecności dzieci w internecie”, z rozszerzoną opcją narzędzi kontroli rodzicielskiej.
- Konta YouTube Kids są zakładane i obsługiwane oddzielnie od pozostałych kont na platformie YouTube, w związku z czym ich ustawienia będą musiały być zmieniane ręcznie.

Opcję tę można wybrać w sposób przedstawiony poniżej, przy pierwszej rejestracji konta:

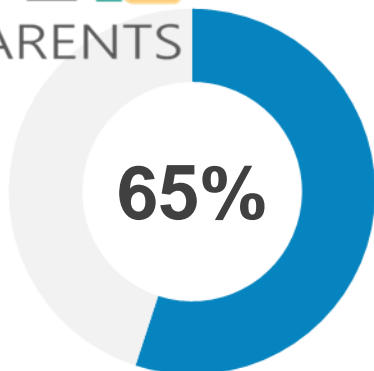
1. Zaloguj się na konto YouTube Kids, klikając ikonę kłódki u dołu ekranu.
2. Ustaw lub wprowadź hasło dostępu.
3. Ponownie wybierz ikonę „*Ustawienia*”.
4. Wyłącz opcję „*Wyszukaj*”, by uniemożliwić dziecku wyszukiwanie filmów w całych zasobach internetu.



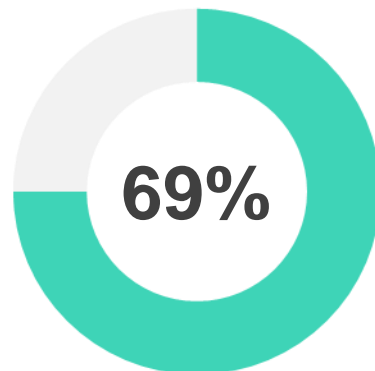
Czy rodziny korzystają z narzędzi kontroli rodzicielskiej?

MeLi
FOR PARENTS

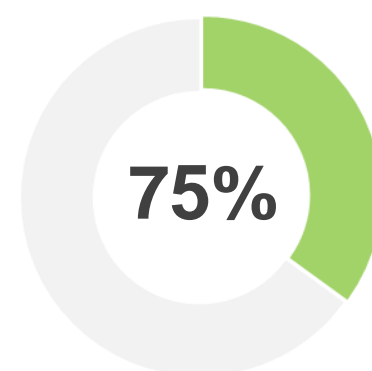
 Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



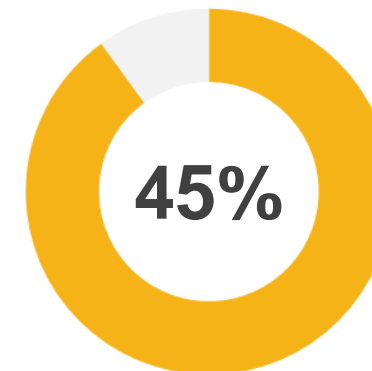
Według badań (2018 r.) brytyjskiej organizacji pozarządowej Internet Matters, 65% of młodych ludzi od 11 do 16 roku życia jest za stosowaniem narzędzi kontroli rodzicielskiej.



Według badań (2018 r.) Internet Matters, 69% respondentów uważa, że dzięki narzędziom kontroli rodzicielskiej można zablokować treści nieodpowiednie dla dzieci, przeznaczone dla odbiorców dorosłych.



Według badań przeprowadzonych w 2020 r. przez Ofcom (brytyjski urząd regulacji usług telekomunikacyjnych i pocztowych), około 75% rodziców stosuje jedną główną zasadę – ograniczenia rodzajów stron internetowych i aplikacji, z których może korzystać dziecko.



Według tego samego badania, mniej niż połowa rodziców, których dzieci korzystają ze smartfonów/ tabletów, umie stosować narzędzia kontroli rodzicielskiej.

Czy są pytania?



Weź udział w prostym quizie



Czy wszystkie popularne przeglądarki internetowe mają wbudowane filtry?



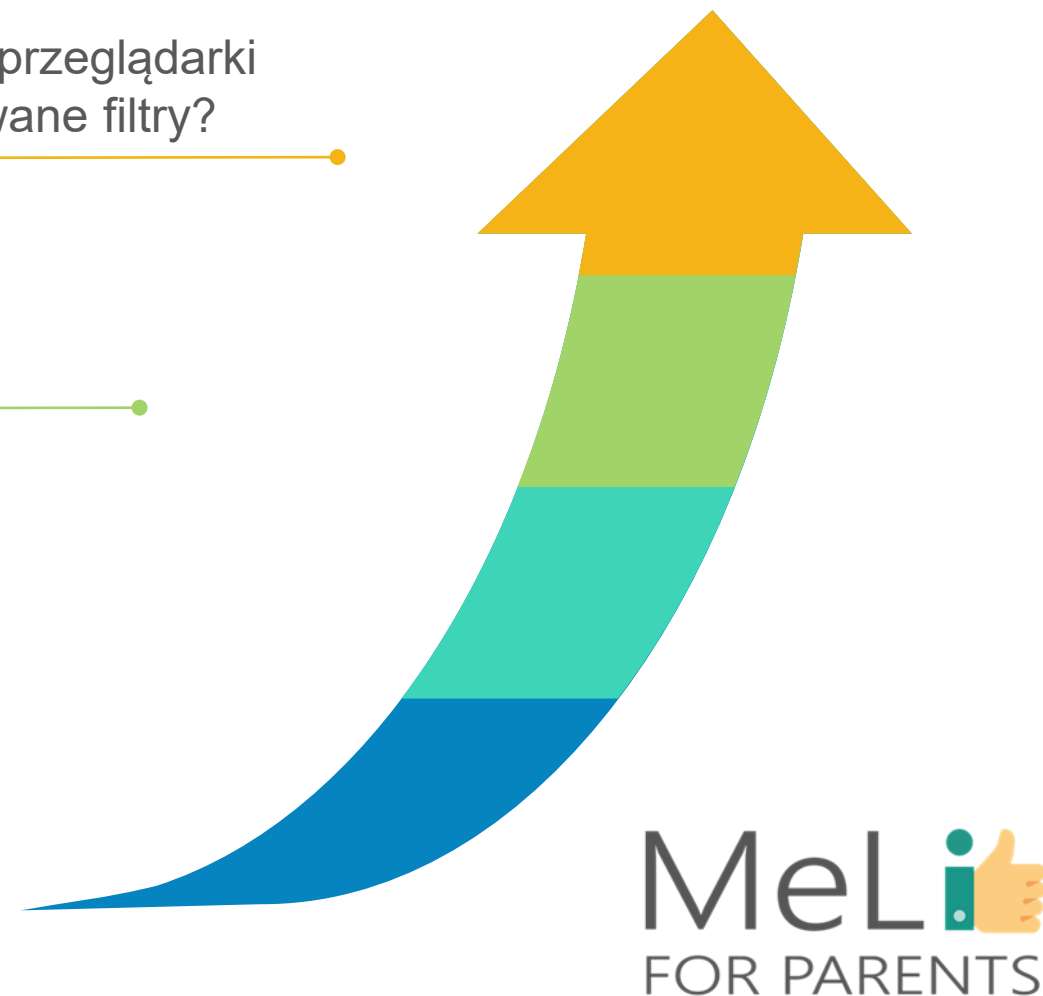
Czy oprogramowanie śledzące lokalizację urządzeń to skuteczne narzędzie kontroli rodzicielskiej?



Czy istnieją sposoby sprawdzania aktywności dziecka w internecie z poziomu własnego urządzenia?



Czy jesteśmy w stanie ocenić rodzaj treści korzystny dla dziecka zależnie od jego wieku?

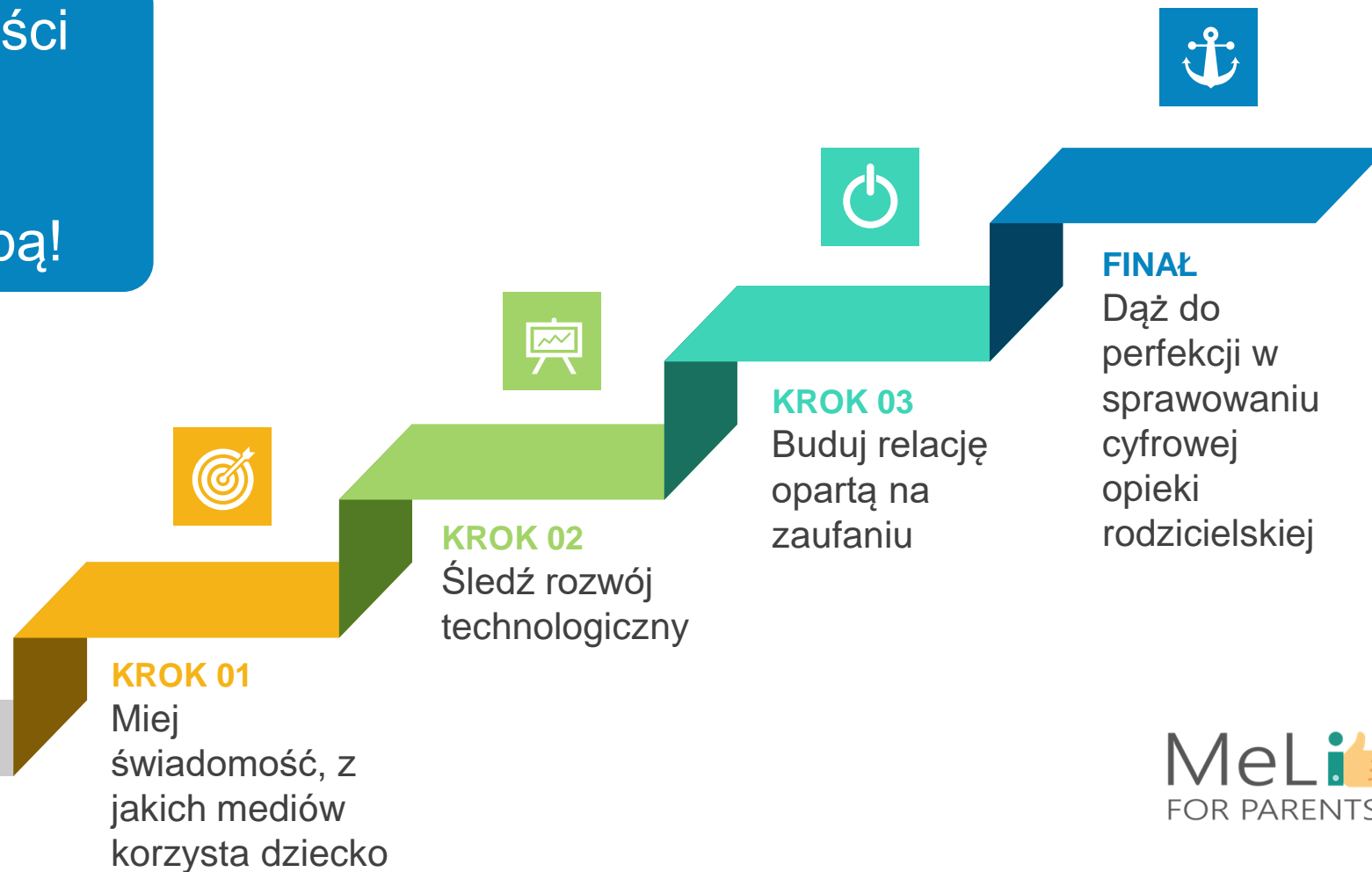


Quiz z możliwymi odpowiedziami „tak/nie”



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Jeżeli masz wątpliwości
co do odpowiedzi na
którekolwiek pytanie,
wiele nauki przed Tobą!





Podstawy – i co dalej?

Na poziomie zaawansowanym zostaną omówione zaawansowane narzędzia kontroli rodzicielskiej oraz opcje zastosowań praktycznych. Dyskusja na temat treści całego modułu oraz pytania i odpowiedzi uzupełnią nabytą wiedzę i umożliwią podsumowanie warsztatów.

KONTROLA

Sprawowanie cyfrowej opieki rodzicielskiej wiąże się z licznymi wyzwaniami. Kontrola aktywności dziecka w internecie to marzenie wszystkich rodziców – natomiast wszyscy przekonamy się błyskawicznie, że relacja oparta na zaufaniu to najlepsze z dostępnych nam narzędzi nadzoru.



Pogłębiaj wiedzę
na temat mediów



Buduj zaufanie



Ucz

Źródła

- ❖ www.commonsemmedia.com
- ❖ www.internetmatters.org Raport nt. badania czynników wpływu, lata 2018-2019
- ❖ Niezależny Instytut Bezpieczeństwa w Informatyce
 - ❖ Ofcom, „*Dzieci i rodzice: raport nt. korzystania ze i nastawienia do środków masowego przekazu*”, 2019 r. (wersja angielska)
- ❖ Adresy stron internetowych wszystkich usług i programów omówionych w ramach szkolenia

The logo for 'MeLi FOR PARENTS' is centered within a white house-shaped silhouette with a teal outline. The text 'MeLi' is in a large, grey, sans-serif font, with the 'i' in 'Li' having a teal dot. To the right of the 'i' is a teal thumbs-up icon. Below 'MeLi' is the text 'FOR PARENTS' in a smaller, grey, all-caps, sans-serif font. The background features a yellow silhouette of a city skyline with various buildings and a prominent tower on the right.

MeLi
FOR PARENTS

Kompetencje cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa I.1.4: Wzorce i stereotypy –
POZIOM ŚREDNIO ZAAWANSOWANY



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Spis treści

WZORCE I STEREOTYPY – POZIOM ŚREDNIO ZAAWANSOWANY

W ramach niniejszej jednostki szkoleniowej zostaną omówione zdrowe wzorce (wzory do naśladowania) prezentowane dzieciom przez rodziców/ nauczycieli w obszarze korzystania z urządzeń elektronicznych i innych mediów internetowych. W dalszej części zostaną również poruszone konkretne stereotypy pojawiające się w mediach, oraz ich szkodliwy lub pozytywny wpływ.

01

RODZICE JAKO WZÓR DO NAŚLADOWANIA

Dzieci uczą się od rodziców na podstawie obserwacji

03

SAMOPOSTRZEGANIE I SAMOOCENIA

Jak postrzegamy siebie

02

CYFROWA OPIEKA RODZICIELSKA

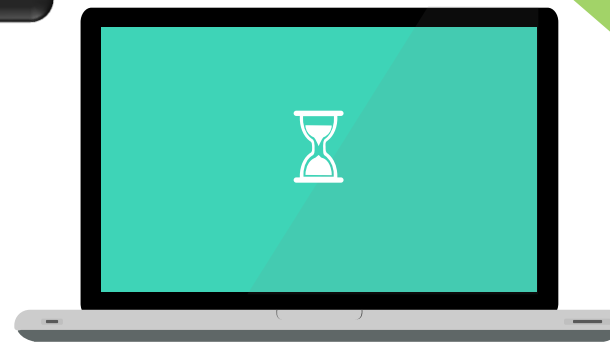
Rodzice sprawujący opiekę cyfrową w pozytywny sposób zarządzają sposobem, w jaki dziecko korzysta z mediów

04

STEREOTYPY

Szkodliwe lub pozytywne

MeLi 
FOR PARENTS



I.1.4 Wzorce i stereotypy

ŻYCIE W ŚWIECIE CYFROWYM

- ✓ Tzw. cyfrowi tubylcy (osoby urodzone w dobie powszechności internetu w życiu prywatnym i zawodowym) mają w sieci własny świat z odrębnymi tożsamościami internetowymi.
- ✓ Na dziecięce doświadczenia w internecie mogą mieć wpływ następujące czynniki:
 - zachowanie przyjaciół i kolegów/koleżanek z klasy,
 - celebryci ze świata muzyki i mody,
 - trendy technologiczne itd. – i rzecz jasna –
 - **ZACHOWANIA RODZICÓW!**

A zatem...

- ✓ Należy poznać i zrozumieć internetowy świat dziecka,
- ✓ Należy rozwinąć umiejętności bezpiecznej interakcji i udzielania wsparcia,
- ✓ Należy stać się cyfrowym wzorem do naśladowania!

CYFROWA OPIEKA RODZICIELSKA

Rodzice sprawujący opiekę rodzicielską starają się w sposób pozytywny zarządzać sposobem, w jaki dziecko korzysta z mediów cyfrowych. Rodzice mogą być

- ✓ restrykcyjni, wprowadzając zasady i zakazy, lub
- ✓ edukatorami, doradzając i podsuwając wskazówki na temat właściwych i niewłaściwych zachowań w internecie, lub – a nawet –
- ✓ partnerami, przeglądającymi treści w internecie i korzystającymi z mediów cyfrowych wspólnie z dziećmi.

CYFROWA OPIEKA RODZICIELSKA

Dzięki korzystnym zachowaniom obserwowanym w domu dzieci uczą się poprawiać własne

- ✓ przyzwyczajenie żywieniowe,
- ✓ plany ćwiczeń fizycznych,
- ✓ przyzwyczajenia czytelnicze,
- ✓ metody uczenia się,
- ✓ schematy doboru przyjaciół,
- ✓ sposoby mądrego korzystania z mediów,
- ✓ schematy pożytecznego korzystania z internetu.





CYFROWA OPIEKA RODZICIELSKA

Jak wygląda wzór do naśladowania?

Rodzice sprawujący opiekę cyfrową – wzory do naśladowania:

- ✓ rozumieją świat internetowy dziecka;
- ✓ zachowują się w sposób godny naśladowania
- ✓ mądrze udostępniają treści w internecie;
- ✓ powstrzymują się od krytyki
- ✓ nie mają stale włączonych powiadomień;
- ✓ dbają o prosty wizualnie, niezaśmiecony ekran główny;
- ✓ nie potrzebują nadmiernej ilości barw na ekranie.

Spraw, by Twoje własne życie cyfrowe było wzorem do naśladowania:

- ✓ nie zajmuj się korespondencją służbową w domu;
- ✓ odbierając dziecko ze szkoły, odłóż telefon;
- ✓ nie korzystaj z urządzeń cyfrowych we własnej sypialni;
- ✓ nie korzystaj z Facebooka, nim dziecko nie wyjdzie do szkoły lub nie pójdzie spać;
- ✓ organizuj – również dla siebie – zajęcia niezwiązane z internetem przynajmniej raz w tygodniu.





MODEL CZASU SPĘDZANEGO PRZED EKRADEM DLA MŁODSZYCH DZIECI





MODEL CYFROWY DLA NASTOLATKÓW

Bądź świadomy(-a)
treści, które ogląda
Twoje dziecko

- ✓ Zapoznaj się z aplikacjami internetowymi, z których korzystają dziecko i jego koledzy/koleżanki.
- ✓ Przedstaw dziecku własne kryteria doboru znajomych w internecie.
- ✓ Pokaż dziecku własne komentarze pod postami innych użytkowników.

Wprowadź ograniczenia
związane z korzystaniem
z urządzeń w sypialniach

- ✓ Upewnij się, że dziecko korzysta z mediów cyfrowych głównie we wspólnej przestrzeni domowej.
- ✓ Wprowadź ograniczenia związane z korzystaniem z mediów w sypialni.
- ✓ Dziel się z dzieckiem obawami związanymi z treściami napotkanymi w internecie – naucz je podobnych reakcji.

Angażuj się

- ✓ Znajdź sposób na zaangażowanie się w sposób korzystania przez dziecko z urządzeń cyfrowych.
- ✓ Pozwól, by dziecko poznało Twoich znajomych – poznaj znajomych dziecka.
- ✓ Porozmawiaj z dzieckiem na temat swoich aktywności ze znajomymi w internecie i o formach preferowanych przez dziecko i jego kolegów/koleżanki.

Rozmawiaj

- ✓ Regularnie rozmawiaj z dzieckiem.
- ✓ Rozmawiaj z dzieckiem o programach, grach i aplikacjach, z których korzysta.
- ✓ Przypomnij dziecku podstawy kompetencji cyfrowych.
- ✓ Ucz dziecko krytycznego myślenia.

Stosuj
ograniczenia

- PAMIĘTAJ:**
- ✓ Również nastolatki powinien obowiązywać plan korzystania z mediów.
- ✓ Planuj liczne formy spędzania czasu i ćwiczenia fizyczne niewymagające kontaktu z urządzeniami ekranowymi w ciągu tygodnia.

WSZYSCY JESTEŚMY PRZYWIĄZANI DO SWOICH SMARTFONÓW

- ✓ Smartfony zapewniają nam nagrody, gdy z nich korzystamy: wysyłają wiadomości, informacje, aktualizacje itp.
- ✓ Układ nagrody w mózgu uwalnia dopaminę. Zaczynamy odczuwać przyjemność.
- ✓ Czujemy się dobrze, więc chcemy ponownie wywołać warunki sterujące chemią naszego organizmu w kierunku odczuwania przyjemności.
- ✓ Z opisanymi zachowaniami wiąże się uzależnienie; mózg trwa w neurobiologicznym oczekiwaniu pojawienia się nagrody.
- ✓ Nie wiemy jednakże, kiedy (i czy) pojawi się nagroda, więc dążymy do jej uzyskania.
- ✓ Obejrzyj film: <https://www.youtube.com/watch?v=NUMa0QkPzns>

Wizerunek ciała

Percepcyjny wizerunek ciała (jak
postrzegamy swoje ciało)

Odczucia

Afektywny wizerunek ciała (jak
czujemy się we własnym ciele)

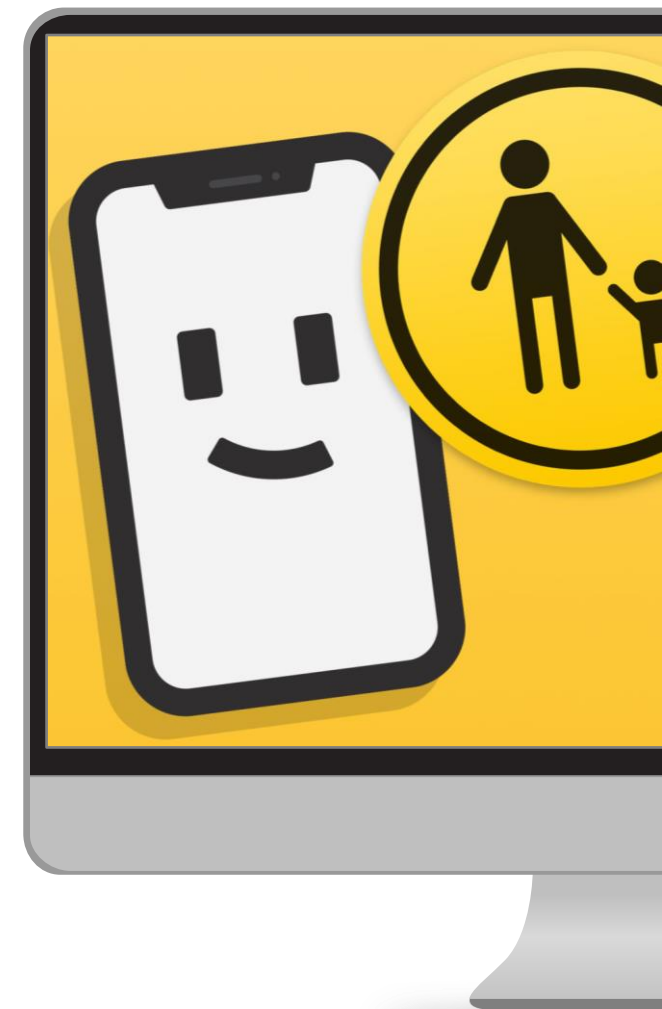
Koncepcje

Poznawczy wizerunek ciała (co
sądzimy o własnym ciele i jego
wizerunku)

Zachowanie

Behawioralny wizerunek ciała (jak się
zachowujemy w związku z naszym
wizerunkiem własnego ciała)

**Bądź świadomy(-a)
samopostrzegania
i samooceny**





STEREOTYPY

Utrwalone opinie o kimś lub o czymś

Oglądając powtarzalne modele i relacje związane z warstwami społecznymi, rasą, orientacją seksualną lub rolami przypisanymi do płci, dzieci wykształcają i utrwalają stereotypy związane z powyższymi czynnikami. A zatem:

- ✓ Uważaj, co oglądasz z dzieckiem, zwracając uwagę na liczbę bohaterów i bohaterek i omawiając z dzieckiem powiązania między zachowaniem, kolorem skóry i płcią.
- ✓ Staraj się wynajdywać filmy lub gry ukazujące pozytywne strony wszystkich płci i ras.
- ✓ Odmawiaj zakupu gier wideo nacechowanych uprzedzeniami.
- ✓ Omawiaj treści promowane w mediach społecznościowych, na przykład pod kątem dyskryminacji określonych grup ze względu na płeć lub kolor skóry.
- ✓ Omawiaj treści humorystyczne: stereotypy nie są zabawne, szczególnie dla ofiar.
- ✓ Ucz dziecko neutralnych zachowań w grupach społecznych i/lub rówieśniczych.



STEREOTYPIZACJA: WALKA O PRZETRWANIE

- ✓ By przetrwać w dżungli, musimy umieć szybko oceniać otoczenie w oparciu o pierwsze wrażenia i zbliżone doświadczenia z przeszłości, a następnie podejmować odpowiednie działania.
- ✓ Stereotypy sprzyjają szybkiej reakcji na sytuacje, z którymi mamy do czynienia, w oparciu o podobne doświadczenia z przeszłości. Przywoływane doświadczenia są zazwyczaj decydujące w sprawach życia i śmierci.
- ✓ W ludzkim mózgu znajduje się obszar odpowiedzialny za rozpoznawanie twarzy, przygotowany do koncentrowania się na twarzach i decydowania o reakcjach.
- ✓ Jako przedstawiciele wysoce społecznego gatunku ludzie muszą umieć sprawnie odróżniać przyjaciół od wrogów.
- ✓ Oceniamy również intencje innych, starając się ocenić, czy zamierzają oni nam pomóc, czy nas skrzywdzić.
- ✓ Zdolność szybkiej oceny to istotna umiejętność, niekiedy decydująca o przeżyciu.



MEDIA A WIZERUNEK PŁCI

Czy media mogą wpłynąć na sposób postrzegania ról społecznych przypisanych do płci?

Dziewczęta a chłopcy:

- ✓ Dla chłopców i dziewcząt przeznaczone są różne zabawki, ubrania i przedmioty.
- ✓ Media społecznościowe promują zróżnicowane stereotypy związane odpowiednio z dwiema płciami.
- ✓ Rodzice miewają różne oczekiwania wobec chłopców i

dziewcząt

Co mówią dzieci?

Obejrzyj i omów z dzieckiem poniższy film:

<https://www.youtube.com/watch?v=aTvGSstKd5Y>

MeLi
FOR PARENTS



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

GDY STEREOTYPY RODZĄ PROBLEMY

- ✓ Stereotypy dotyczą grup klasyfikowanych ze względu na kolor skóry, przekonania polityczne, płeć, czynniki demograficzne, wyznanie lub zainteresowania i związane z nimi zajęcia.
- ✓ Niektóre stereotypy są na ogół trafne, a inne mniej. Większość zmienia się z upływem czasu.
- ✓ Od najmłodszych lat u dzieci wykształcają się i utrwalają kulturowe stereotypy związane z poszczególnymi grupami społecznymi.
- ✓ Nawet dzieci z postępowych rodzin mają do czynienia z licznymi stereotypami, których źródłem są rówieśnicy szkolni, środki masowego przekazu i kultura masowa.
- ✓ Brak równowagi w stereotypach może prowadzić do wykształcania się uprzedzeń.

GDY STEREOTYPY RODZĄ PROBLEMY

- ✓ Nastolatki chcą być lubiane w grupach rówieśniczych, w związku z czym troszczą się o wygląd i o to, jak je postrzega otoczenie.
- ✓ Starają się kreować własną tożsamość – w świecie rzeczywistym i w internecie.
- ✓ Rodzice nie są dla nastolatków wzorem do naśladowania pod względem „*fajnego*” wizerunku i wyglądu – nastolatki korzystają ze środków masowego przekazu w poszukiwaniu pomysłów na wygląd i zachowanie.
- ✓ Dbają również o opinię (niewidocznych) odbiorców internetowych.
- ✓ Ta forma sławy może wypaczać poglądy i zachowania: dziewczęta odczuwają presję, by w internecie wyglądać korzystnie, a nawet „*sexy*”; chłopcy rywalizują z celebrytami w staraniach, by wyglądać i zachowywać się „*jak mężczyźni*”.



MEDIA CYFROWE A WIZERUNEK CIAŁA

Media mogą wpływać na wizerunek ciała

W sposób pozytywny

- ✓ Modele i modelki ze stron poświęconych zdrowiu, dobrostanowi i sprawności fizycznej mogą być źródłem inspiracji. Serwisy promujące ćwiczenia fizyczne, blogi o tematyce psychologicznej i naukowe strony promujące zdrowe przyzwyczajenia żywieniowe mogą poprawić nasz wizerunek własnego ciała.
- ✓ Media społecznościowe są skutecznym narzędziem rzecznictwa w różnorodnych sprawach, potencjalnie korzystnym pod względem samopoczucia związanego z wyglądem lub pomocy osobom cierpiącym na zaburzenia żywienia.
- ✓ Grupy wsparcia funkcjonujące na platformach internetowych mogą być pomocne dla osób borykających się z określonymi problemami.

W sposób negatywny:

- ✓ Media zwyczajowo posługują się stereotypami, wzmacnianymi w mediach cyfrowych.
- ✓ Z badań wynika, że zarówno kobiety jak i mężczyźni porównują swoje ciała z ciałami ukazywanymi w mediach.
- ✓ Osoby, które spędzają więcej czasu na Facebooku, niż ich rówieśnicy, wydają się być częściej dotknięte problemami związanymi ze sposobem postrzegania własnego ciała.
- ✓ Wykazano powiązania między mediami społecznościowymi a niezdrowymi przyzwyczajeniami, na przykład prowadzącymi do zaburzeń żywieniowych.



Najczęstsze stereotypy związane z płcią

Mężczyźni są silni i sprawni. Kobiety są słabe i zależne od mężczyzn.

Siła

Kobiety są mniej inteligentne od mężczyzn i gorzej sobie radzą z matematyką (przedmiotami ścisłymi).

Sprawność mózgu

Kobiety nie są dobrymi sportsmenkami. Media częściej publikują wizerunki atrakcyjnych kobiet.

Sport

Mężczyźni to flejtuchy i brudasy. Ich wizerunek w mediach jest akceptowalny społecznie, nawet jeżeli nie są przystojni.

Piękno



ZDROWA SAMOOCENA

- ✓ Samoocena wiąże się z mentalnym samopostrzeganiem, wewnętrznym obrazem samego siebie.
- ✓ Samoocena dotyczy zarówno wizerunku fizycznego jak i osobowości.
- ✓ Rozważając swój wizerunek, kierujemy się określonym sposobem myślenia o własnym ciele, wywołującym określone odczucia.
- ✓ „*Zdrowa samoocena*” oznacza, że „*postrzegamy*” samych siebie takimi, jacy faktycznie jesteśmy, mamy pozytywne odczucia wobec własnego ciała i czujemy się dobrze we własnej skórze.



STEREOTYPY KRYMINOGENNE

Kontroluj treści, do których Twoje dziecko ma dostęp

MeLi
FOR PARENTS

- ✓ Wiele gier w internecie zawiera treści pełne przemocy, niewłaściwych przekazów i wynaturzonych zachowań.
- ✓ Media cyfrowe promują czasem stereotypy kryminogenne.
- ✓ Przemoc w mediach bywa związana z tragicznymi w skutkach zachowaniami nastolatków, takimi jak strzelaniny w szkołach lub przypadki nastolatków odtwarzających na Snapchacie śmierć George'a Floyda. Osoby winne zatrzymano (czerwiec 2020).
- ✓ Wprawdzie kontekst i okoliczności zawsze mają znaczenie, natomiast wydaje się, że gry wideo mogą wywoływać określone zachowania nacechowane przemocą.
- ✓ Niezależnie od powyższego, nie ma jednoznacznej odpowiedzi na pytanie, które formy agresji mają źródło w przemocy w mediach.





STEREOTYPY...

... mogą rodzić uprzedzenia i związane z nimi zachowania.

Łatwiej zapobiegać, niż leczyć. Jako rodzice mamy obowiązek chronienia młodych osób podatnych na wpływ przemocy w mediach; dotyczy to szczególnie młodszych dzieci.



STEREOTYPY: CZEGO MOGĄ UCZYĆ RODZICE

Moralność

- ✓ Upewnij się, że dziecko rozumie, że dyskryminacja jest niewłaściwa i niesprawiedliwa.
- ✓ Spraw, by dziecko nie miało skłonności do wykluczania kogokolwiek ze względu na kolor skóry, płeć, wyznanie, narodowość, niepełnosprawność, wygląd lub orientację seksualną.

Rozpoznawanie

- ✓ Pomóż dziecku rozpoznawać stereotypy.
- ✓ Upewnij się, że dziecko wie, jak reagować na zachowania świadczące o stereotypizacji.
 - ✓ Omawiaj z dzieckiem treści napotkane w mediach.
 - ✓ Ucz dziecko krytycznego myślenia.

Odczuwanie empatii

- ✓ Ucz dziecko wrażliwości na uczucia innych.
- ✓ Pomóż dziecku rozumieć poglądy innych.
- ✓ Pomóż dziecku myśleć, jak czują się inni w sytuacji konfliktowej.
 - ✓ Dzieci empatyczne i troszczące się o innych rzadziej padają ofiarą dyskryminacji.

Zmiana

- ✓ Ucz zasad pozytywnej zmiany.
- ✓ Pokazuj, jak reagować na dyskryminację. To sprzyja automatycznemu reagowaniu we właściwy sposób.
- ✓ Ucz dziecko posługiwania się takimi zdaniami, jak „Nie lubię, gdy się mnie przezywa. Ty też tego nie lubisz.”
- ✓ Pomóż dziecku czuć się komfortowo podczas zwracania uwagi na niesprawiedliwe sytuacje.

Akceptacja

- ✓ Akceptuj każde dziecko jako wyjątkowe i szczególne.
- ✓ Daj dziecku odczuć, że doceniasz jego cechy indywidualne.
 - ✓ Zauważaj wyjątkowość u innych. Rozmawiaj o tym z dzieckiem.

Czy są pytania?



Weź udział w prostym quizie



Czy stereotypy są tożsame z uprzedzeniami?



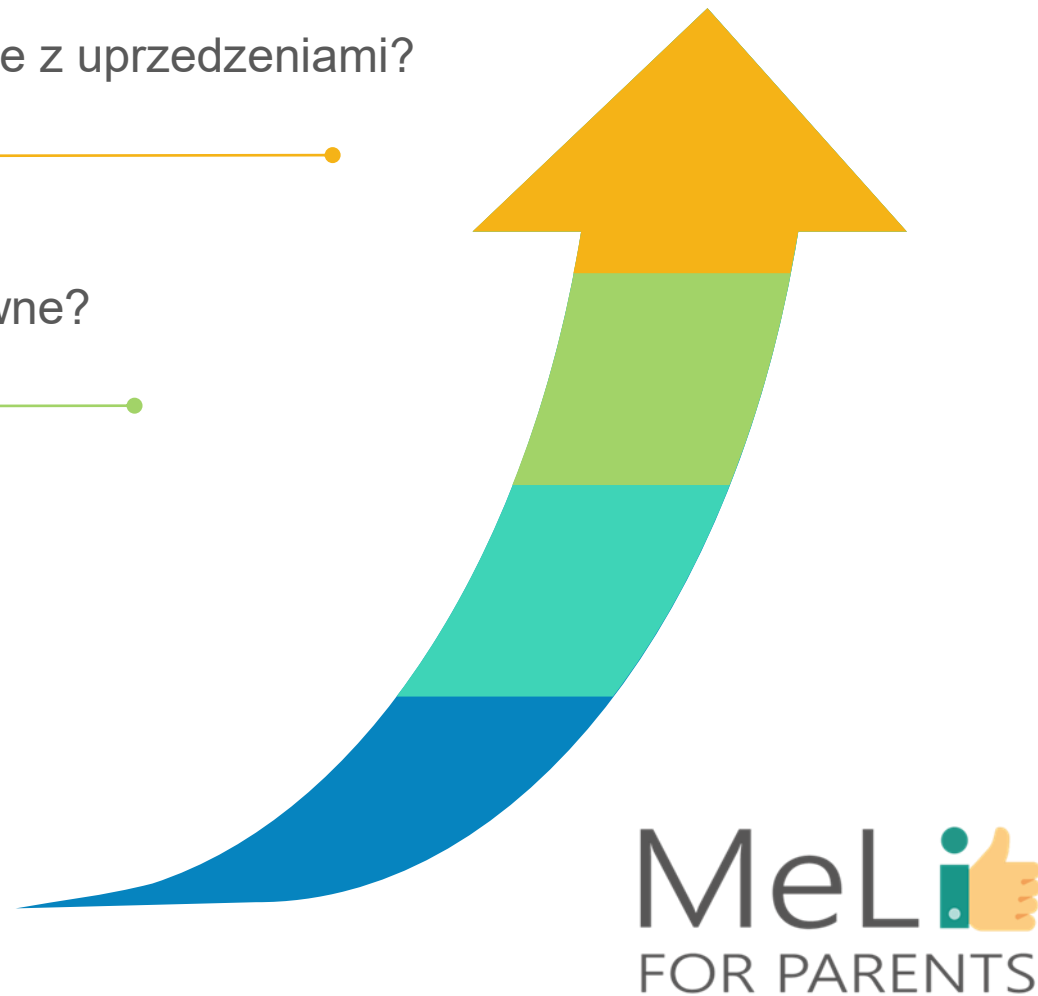
Czy stereotypy są zawsze negatywne?



Czy media zawsze wpływają na
samoocenę nastolatków?



Czy umiesz rozpoznawać stereotypy w
mediach i nauczyć dziecko, jak na nie
reagować?



Quiz z możliwymi odpowiedziami „tak/ nie”

O ile nie znasz
odpowiedzi na wszystkie
pytania, wiele nauki
przed Tobą!



ZAPOWIEDŹ TREŚCI KOLEJNEJ JEDNOSTKI SZKOLENIOWEJ



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Gdy opanujemy podstawy

Na poziomie zaawansowanym zostaną przedstawione zaawansowane wskazówki w zakresie wzorów do naśladowania i stereotypów, wraz z przykładami praktycznymi. Wiedza zostanie uzupełniona dyskusją oraz sesją pytań i odpowiedzi na zakończenie i podsumowanie warsztatów.

ŻYCIE W ŚWIECIE CYFROWYM

Sprawowanie cyfrowej opieki rodzicielskiej wiąże się z licznymi wyzwaniem. Dając dziecku dobry przykład właściwymi zachowaniami w warunkach domowych możesz stać się wzorem do naśladowania i wzmocnić relację budowaną w oparciu o zaufanie.



Pogłębiaj wiedzę
na temat mediów



Buduj zaufanie



Ucz

Źródła

- ❖ <https://www.common sense media.org/sites/default/files/uploads/pdfs/6-8-unit2-genderstereotypesonline.pdf>
- ❖ <https://online.king.edu/news/psychology-of-social-media/>
 - ❖ <https://mediasmarts.ca/digital-media-literacy/media-issues/diversity-media/aboriginal-people/impact-stereotyping-young-people>
- ❖ Ofcom, „Dzieci i rodzice: raport nt. korzystania ze i nastawienia do środków masowego przekazu”, 2019 r. (wersja angielska)
- ❖ <https://blogs.lse.ac.uk/medialse/2019/11/20/implementing-childrens-rights-in-a-digital-world/>
- ❖ <https://theconversation.com/women-can-build-positive-body-image-by-controlling-what-they-view-on-social-media-113041>



MeLi
FOR PARENTS

Media cyfrowe – kurs dla rodziców

Jednostka szkoleniowa I.1.5: Cyberdręczenie i mowa nienawiści
w internecie



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Spis treści

W ramach niniejszej jednostki szkoleniowej szczegółowo omówimy zasadnicze tematy, kierunki i metody związane z przejawami cyberdręczenia i mowy nienawiści w internecie. Elementem końcowym będzie przedstawienie rodzicom szeregu wskazówek w zakresie działań zapobiegających najpoważniejszym konsekwencjom wymienionych zjawisk.

01

Formy cyberdręczenia

03

Cyberdręczenie w świecie gier wideo

05

**Propozycje i statystyka:
podejmowane działania
zapobiegawcze**

07

**Wskazówki dotyczące działań
zapobiegawczych**

02

**Cyberdręczenie w mediach
społecznościowych**

04

**Media społecznościowe a mowa
nienawiści**

06

Co możemy zrobić

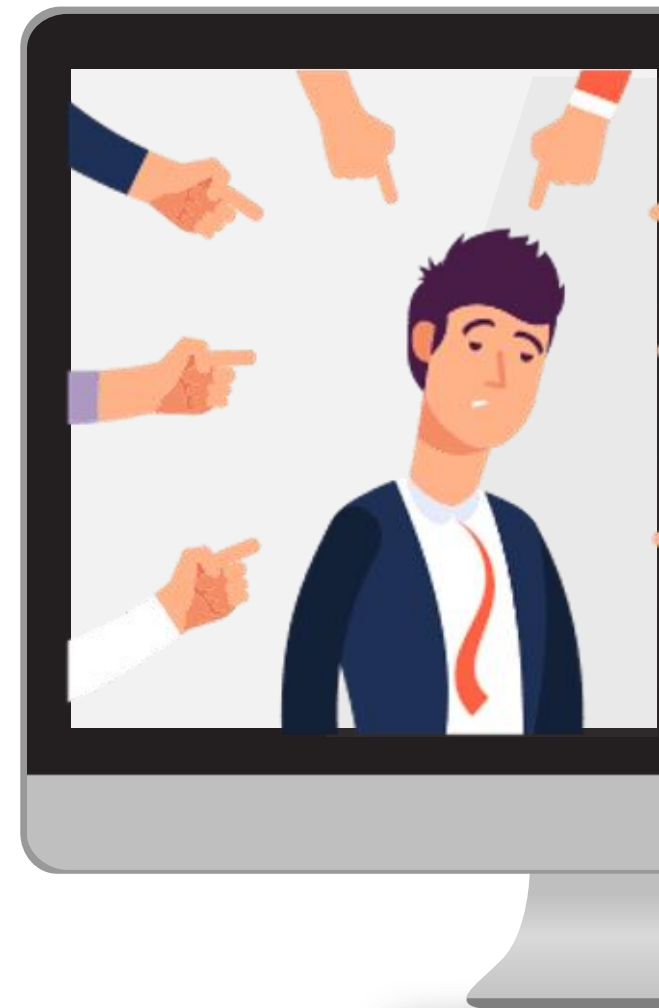


Cyberdręczenie i mowa nienawiści

Cyberdręczenie ma wiele form. Mimo że najdotkliwszy jego wpływ odnotowano wśród dorastającej młodzieży, zjawisko dotyczy wszystkich dzieci w szeroko pojętym wieku szkolnym.

Skutki cyberdręczenia mogą być katastrofalne: cyberdręczenie może powodować izolację społeczną i urazy psychiczne – dlatego tak istotną sprawą jest umiejętność rozpoznawania zjawiska i zapobiegania mu, między innymi w drodze lepszej znajomości nowych mediów.

Mowa nienawiści w internecie jest zjawiskiem pokrewnym. To jedno z największych zagrożeń dla umysłu dziecka korzystającego z mediów społecznościowych.



Formy cyberdręczenia

Nękanie

Cyberstalking

Cyberbashing

Trolling



NEKANIE

- Uporczywe wysyłanie **obelg, zniewag, gróźb lub obraźliwych bądź negatywnych wiadomości** przez Whatsapp, Telegram, Viber lub inną platformę społecznościową.
- Zdarza się, że nękanie ma miejsce w grupie – np. uczestnik konwersacji staje się celem obraźliwych wiadomości udostępnianych grupie; inną formą jest udostępnianie całej grupie wiadomości wysłanych uprzednio przez ofiarę jako prywatne.



CYBERSTALKING

- Jest to szczególnie traumatyzująca odmiana cyberdręczenia, często stosowana **po zerwaniu przez jedną ze stron więzi uczuciowych lub odrzuceniu niechcianych zalotów.**
- Zazwyczaj przyjmuje ona formę **uporczywego nagabywania za pośrednictwem mediów społecznościowych**, próśb o stworzenie lub podtrzymanie związku, wiadomości o charakterze seksualnym, a nawet gróźb zastosowania przemocy fizycznej.

CYBERBASHING

Cyberbashing (dosł. cyberlanie) to przerażające **połączenie przemocy i cyberdręczenia**: ofiara jest **atakowana, bita lub molestowana** w obecności świadków, którzy **filmują zajście telefonami komórkowymi**, a następnie publikują zdjęcia i filmiki w internecie.

TROLLING

- Trolling oznacza **zamieszczanie złośliwych, prowokacyjnych i obraźliwych komentarzy w mediach społecznościowych w celu wywołania ze strony ofiary wysoce emocjonalnych, radykalnych reakcji.**
- Trolling ma często **formę anonimową** – sprawcy z ofiarą mogą **nie wiązać jakiegokolwiek relacje**; zdarza się, że się wcale nie znają.

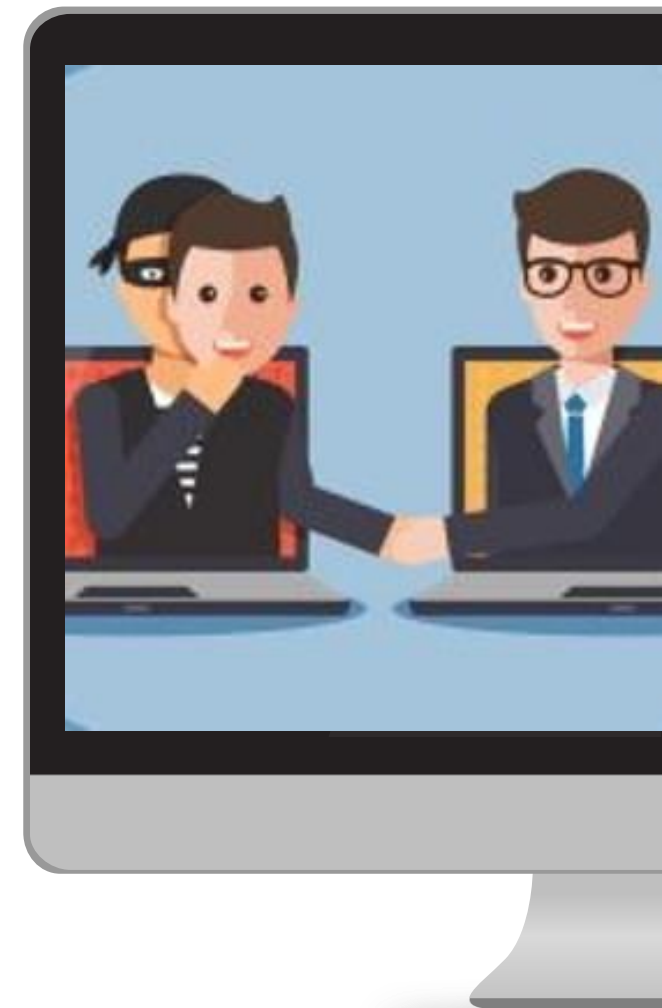
Inne przejawy cyberdręczenia

**Kradzież
tożsamości**

Banowanie

**Fałszywe
wyoutowanie**

Oczernianie



KRADZIEŻ TOŻSAMOŚCI

- Kradzież tożsamości w mediach społecznościowych polega na podszywaniu się pod inną osobę i wysyłaniu w jej imieniu wiadomości do określonych znajomych, by zaszkodzić jej relacjom społecznym.
- Kradzież tożsamości może być szczególnie szkodliwa, jeżeli osoba stosująca tę formę przemocy zdobędzie nazwę i hasło użytkownika do konta ofiary.

BANOWANIE

Kolejna forma przemocy, polegająca na planowym wykluczeniu danej osoby z grupy społecznej lub z uczestnictwa w wydarzeniu towarzyskim. Wykluczenie sprawia, że ofiara czuje się niekomfortowo – banowaniu towarzyszą zazwyczaj nękanie lub inne formy cyberdręczenia.



FAŁSZYWE WYOUTOWANIE

- Fałszywe wyoutowanie zaczyna się zazwyczaj od udostępniania (publicznie lub w licznej grupie) prywatnych wiadomości zawierających informacje lub zdjęcia, ujawniające szczegóły z życia intymnego.
- W wypadku dorastającej młodzieży fałszywe wyoutowanie może mieć katastrofalne skutki, jeżeli wiąże się z ujawnieniem orientacji seksualnej osoby, która nie była na to gotowa. Znane są przypadki fałszywego wyoutowania, które doprowadziły ofiary do samobójstwa.



OCZERNIANIE

- Oczernianie polega na publikowaniu w internecie treści o charakterze małosłownym i plotkarskim, by zaszkodzić relacjom lub naruszyć dobre imię ofiary.
- Fałszywa lub prawdziwa treść rozpowszechnianych informacji nie ma znaczenia – skutki są często identyczne.

Cyberdręczenie w mediach społecznościowych

Zjawisko cyberdręczenia zaczęło rozwijać się w postępie geometrycznym w miarę wzrostu znaczenia i wpływu mediów społecznościowych na **życie wszystkich obywateli** (w tym młodszych dzieci w wieku szkolnym).

Na platformach społecznościowych, z których **najchętniej korzystają młodzi ludzie**, odnotowuje się także **największą liczbę przypadków cyberdręczenia: najnowsze dane** wymieniają w kolejności Instagram, TikTok, Snapchat, Youtube, WhatsApp i Facebook.

Powyższy „**ranking**” **podlega ciągłym zmianom**, odzwierciedlającym dynamiczny proces pojawiania się i znikania wielu mediów. „Ranking” może też być różny **zależnie od kraju europejskiego**, którego dotyczy.



INSTAGRAM

Instagram jest obecnie platformą, na której młodzi ludzie najczęściej doświadczają cyberdręczenia. Ukierunkowany na obrazy i zdjęcia charakter Instagrama sprzyja cyberdręczycielom i ich skłonności do komentowania wyglądu innych użytkowników w nienawistny lub okrutny sposób.

Dręczyciele czerpią również przyjemność z zamieszczania zniekształconych zdjęć innych osób na własnych kontach, zachęcając swoich obserwujących do ośmieszania ofiar.



Instagram

TIKTOK

TikTok to klasyczny przykład zjawiska społecznego u szczytu popularności,. Wyrażono szereg obaw dotyczących ochrony nieletnich w serwisie TikTok, zarówno pod względem ochrony danych jak i braku skutecznego systemu weryfikacji wieku użytkowników.

Zimą 2020-21, po bardzo niekorzystnych wydarzeniach związanych z aktywnością w serwisie TikTok, platforma radykalnie znowelizowała obowiązującą politykę ochrony młodych internautów, wprowadzając istotne obostrzenia.



SNAPCHAT

Mimo że zdjęcia (*snap*s) są usuwane automatycznie wkrótce po ich objerzeniu, odbiorca wiadomości może zrobić zrzut ekranu i zapisać go w pamięci własnego telefonu. To z kolei może prowadzić do rozpowszechniania treści prywatnych i intymnych, których nadawca nie zamierzał udostępniać publicznie. Dla nadawcy sytuacja może być żenująca i niekomfortowa.

Zdjęcia (*snap*s) mogą również służyć wysłaniu małoletniemu odbiorcy obraźliwych wiadomości przy założeniu, że zostaną one wkrótce usunięte bez śladu. Na Snapchacie odnotowuje się również częste przypadki wykluczania wybranych osób z „historyjek” (*stories*).



YOUTUBE

Zwyczajowa anonimowość użytkowników serwisu YouTube sprzyja zamieszczaniu okrutnych lub nienawistnych komentarzy pod filmami innych osób bez obaw o konsekwencje.

Użytkownicy nie muszą należeć do grona znajomych osób publikujących materiały filmowe, by je komentować – sprzyja to skłonnościom trolli i cyberdręczycieli do zamieszczania w sieci szyderczych, nieprzyjemnych komentarzy.



WHATSAPP

Podobnie jak wszystkie pozostałe media, nawet WhatsApp może służyć przesyłaniu treści pełnych nienawiści i obelg; natomiast zasady obowiązujące na tej platformie społecznościowej utrudniły nieco życie hejterom.

Należy również wspomnieć o trudnościach w utrzymaniu anonimowości profili użytkowników oraz o opcji blokowania kont, nawet jeżeli dany użytkownik należy do grupy, której blokujący nie jest administratorem.



FACEBOOK

Limit wiekowy (minimum 13 lat) jest na Facebooku rzadko przestrzegany – oznacza to, że szczególnie wrażliwe osoby tuż po ukończeniu 10 roku życia i młodsze dzieci często zakładają konta i korzystają z serwisu, narażając się na ataki ze strony cyberdręczycieli i inne niebezpieczeństwa związane z korzystaniem z internetu.

Cyberdręczenie na Facebooku często ma formę eskalacji: zamieszczenie przez jednego użytkownika negatywnego komentarza staje się zachętą dla innych.

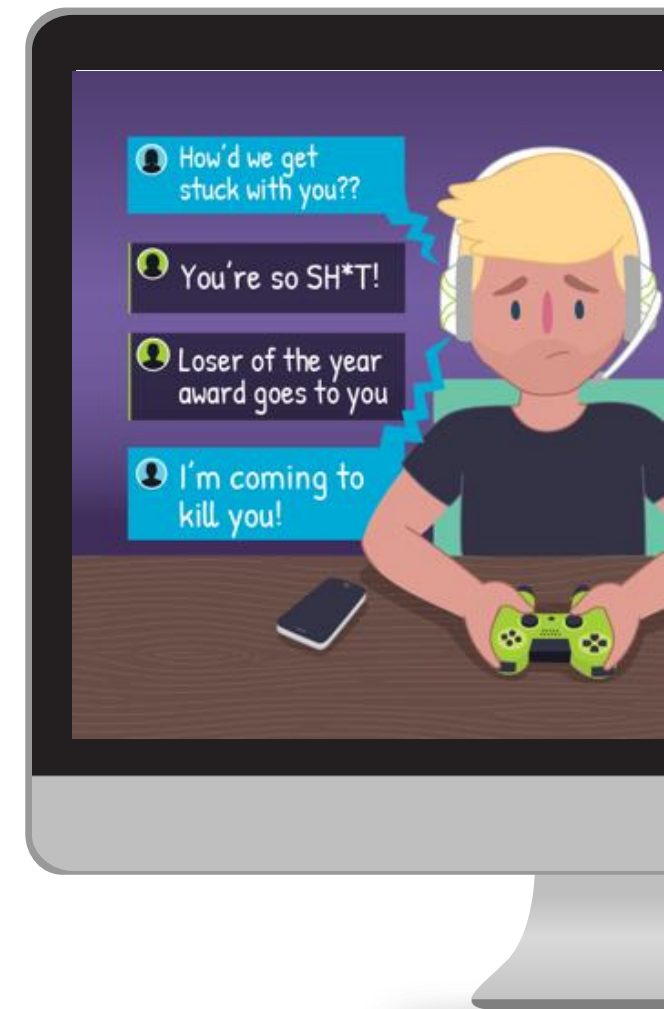


Cyberdręczenie w świecie gier wideo

79% rodziców i innych osób dorosłych – respondentów badania przeprowadzonego w Azji – zgłosiło znane im przypadki gróźb zastosowania przemocy fizycznej wobec ich własnych lub znajomych dzieci w czasie grania w gry w internecie.

Inne badanie przeprowadzone w grupie ponad 2.000 wykazało, że ponad jedna trzecia doświadczyła dręczenia, grając w gry na urządzeniach przenośnych. 53% respondentów uczestniczących w badaniu *Ditch the Label* przeprowadzonym w grupie ponad 2.500 młodych dorosłych odpowiedziało, że doświadczyło dręczenia w środowisku gier internetowych.

Przejawy cyberdręczenia w świecie gier w sieci mogą wykraczać poza obraźliwe wypowiedzi. Cyberdręczenie może przyjmować formę niebezpiecznego zjawiska znanego jako *swatting* (od nazwy jednostek policji do zadań specjalnych w USA: SWAT – *Special Weapons and Tactics*, Specjalne Uzbrojenie i Taktyka): sprawcy namierzają prywatny adres ofiary i oszukańczo zgłaszają lokalnym organom ścigania popełnienie przez nią czynu przestępczego.



Media społecznościowe a mowa nienawiści

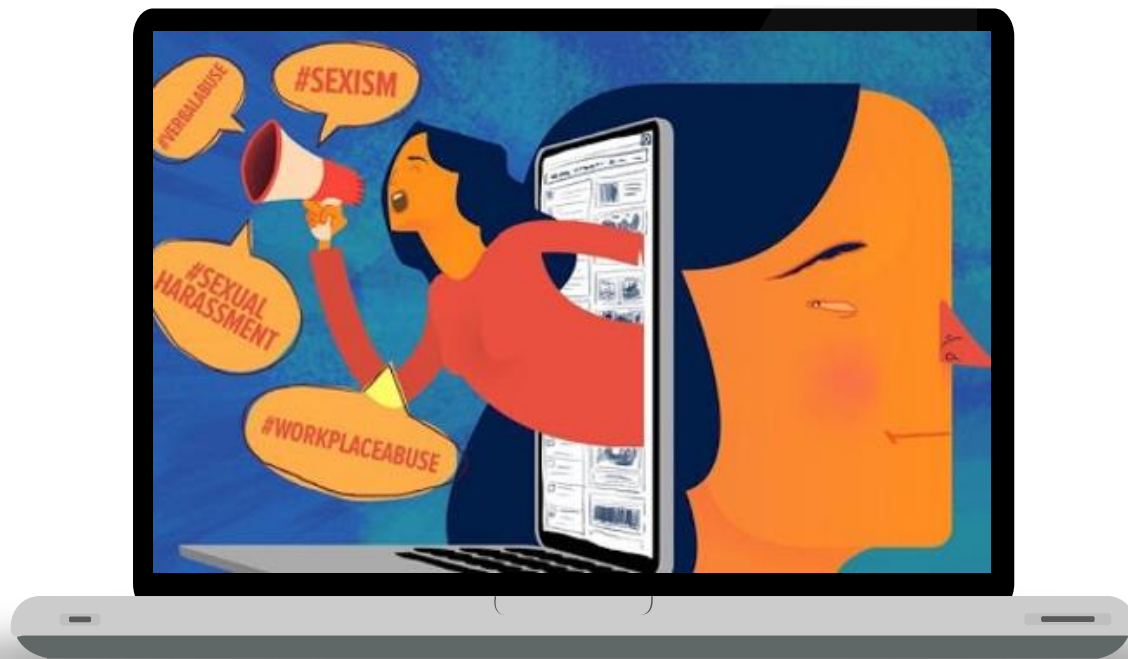
Podobnie jak cyberdręczenie, mowa nienawiści jest zjawiskiem typowym dla mediów społecznościowych – dlatego wiodące serwisy społecznościowe wprowadziły zasady służące ograniczeniu jej rozpowszechniania.

YouTube otwarcie zakazuje posługiwania się mową nienawiści, interpretowaną zgodnie z ogólną definicją obraźliwego języka dyskryminacji.

Facebook wprowadził nieco łagodniejsze zasady: stosując zakaz posługiwania się mową nienawiści zastrzega, że

dopuszczalne są treści „o przekazie wyraźnie humorystycznym lub satyrycznym”, nawet jeżeli w innych okolicznościach mogłyby być interpretowane jako groźby.

Twitter pozostaje pod tym względem najbardziej „otwartą” platformą: nie zabrania ani nawet nie odwołuje się do mowy nienawiści, z wyjątkiem klauzuli dotyczącej treści reklamowych (w której podkreśla, że „kampanii politycznych prowadzonych przeciwko określonemu kandydatowi nie uznaje się zazwyczaj za formę mowy nienawiści”).



STATYSTYKA

Rozmowy na temat bezpieczeństwa w internecie

Serwis Comparitech stwierdził w wyniku badań, że 59,4% rodziców przeprowadziło z dziećmi rozmowę na temat bezpieczeństwa i tzw. bezpiecznych praktyk w internecie, gdy dzieci już padły ofiarą cyberdręczenia.

Interwencje rodzicielskie

Rodzice powinni podejmować dalsze działania interwencyjne; natomiast zaledwie 43,4% zdecydowało się na zmiany w zakresie narzędzi kontroli rodzicielskiej, służące blokowaniu osób zachowujących się niewłaściwie, zaledwie 33% wdrożyło nowe zasady korzystania z internetu i zaledwie 40,6% zachowało materiał dowodowy w celach dochodzeniowo-śledczych.

Cyberdręczenie w szkołach

Nieliczni rodzice (zaledwie 34,9%) zgłosili dyrekcjom szkół dzieci przypadki cyberdręczenia. W początkach roku 2019, Krajowe Centrum Statystyki w Szkolnictwie Stanów Zjednoczonych (NCES) opublikowało dane, z których wynikało, że również w szkołach zabraniających korzystania z telefonów komórkowych w czasie zajęć lekcyjnych wzrosła liczba przypadków cyberdręczenia.

WSKAZÓWKI ZAPOBIEGAWCZE

Oto garść wskazówek dotyczących działań zapobiegawczych – by dziecko nie padło ofiarą ani nie dopuszczało się cyberdręczenia.



KROK 01

Ucz dziecko właściwych zachowań w mediach społecznościowych – na przykład: „nie zamieszczaj w sieci intymnych zdjęć ani zbyt osobistych informacji”.

KROK 02

Obserwuj dziecko w mediach społecznościowych, z których korzysta. Pozwoli Ci to na obserwację jego aktywności w sieci z pewnego oddalenia.



KROK 03

Powiedz dziecku, by nie dopuszczało do grona znajomych osób mu nieznanym, a jego posty były widoczne wyłącznie dla zaufanych przyjaciół i rodziny.



KROK 04

Nie wchodź w interakcję z dzieckiem publicznie w mediach społecznościowych – możesz je narazić na szyderstwa i dręczenie. Nie umieszczaj w sieci jego zdjęć ani innych treści, które mogą wywoływać u niego zażenowanie.



KROK 05

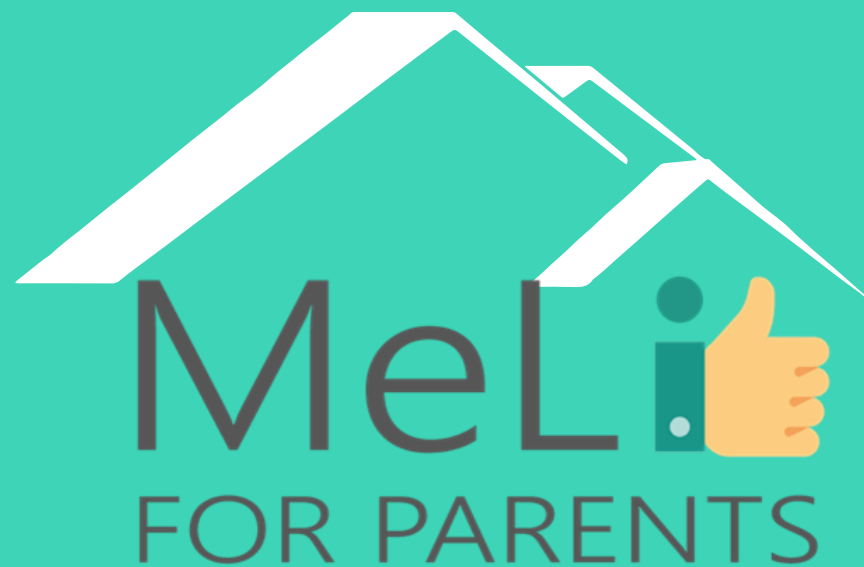
Umieść komputery i inne urządzenia w przestrzeni wspólnej. Powiedz dziecku, by z mediów społecznościowych korzystało w trybie prywatnym.



KROK 06

Zgłaszaj przypadki cyberdręczenia w serwisom społecznościowym, w których do nich dochodzi. W wypadku uporczywego cyberdręczenia wprowadź limity lub całkowity zakaz korzystania z danego medium.





<http://www.meli4parents.eu/>

DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ



Źródła

- <https://kidshealth.org>
- <https://whatis.techtarget.com/definition/cyberbullying>
- <https://dictionary.cambridge.org/it/dizionario/inglese/hate-speech>
- https://www.youtube.com/watch?v=on_y1yOnn4
- <https://rm.coe.int/starting-points-for-combating-hate-speech-online/16809c85ea>
- <https://www.aeseducation.com/blog/what-are-21st-century-skills>
- [https://www.britishcouncil.hk/sites/default/files/21st century skills 0.pdf](https://www.britishcouncil.hk/sites/default/files/21st%20century%20skills%200.pdf)
- <https://www.cilvektiesibugids.lv/en/themes/freedom-of-expression-media/freedom-of-expression/hate-speech/how-to-recognise-hate-speech>

Źródła

- <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0221152>
- http://www.ala.org/aasl/sites/ala.org.aasl/files/content/aaslpubsandjournals/slr/vol2/SLMR_EvaluatingInformation_V2.pdf
- <https://www.diritto.it/cyberbullismo-fattispecie-criminosa-ed-orientamento-giurisprudenziale/>
- <https://www.agendadigitale.eu/sicurezza/privacy/tiktok-e-minori-ecco-le-misure-necessarie-per-una-vera-tutela/>
- <https://www.tpi.it/esteri/vittima-cyberbullismo-suicida-20-anni-video-tiktok-20200521606581/>
- <https://www.alarms.org/>
- <https://www.comparitech.com/>