Γονείς και πανδημία COVID-19
Κρατήστε τα παιδιά ασφαλή στο διαδίκτυο

Τα παιδιά και οι έφηβοι περνούν πλέον πολύ περισσότερο χρόνο στο διαδίκτυο. Η σύνδεσή τους στο διαδίκτυο τα βοηθά να μειώσουν τον αντίκτυπο του COVID-19 και τα ενθαρρύνει να συνεχίσουν τη ζωή τους. Ενέχει, ωστόσο, και κινδύνους.

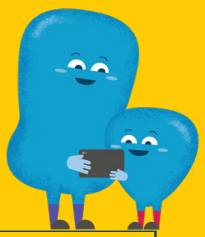
Κίνδυνοι του διαδικτύου

- Ενήλικες που βάζουν στο στόχαστρο παιδιά με σκοπό τη σεξουαλική εκμετάλλευση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, τα παιχνίδια και τις πλατφόρμες ανταλλαγής μηνυμάτων
- Επιβλαβές περιεχόμενο: βία, μισογυνισμός, ξενοφοβία, παρακίνηση σε αυτοκτονία και αυτοτραυματισμό, παραπληροφόρηση, Πορνογραφία κ.λπ.
- Έφηβοι που μοιράζονται προσωπικές πληροφορίες και φωτογραφίες τους ή βίντεο με σεξουαλικό περιεχόμενο
- Εκφοβισμός μέσω διαδικτύου από συνομηλίκους και αγνώστους

Τεχνολογικά μέσα για την προστασία των παιδιών στο διαδίκτυο

- Εγκαταστήστε εργαλεία γονικού ελέγχου.
- Ενεργοποιήστε το SafeSearch (Ασφαλής αναζήτηση) στο πρόγραμμα περιήγησης που χρησιμοποιείτε.
- Ορίστε αυστηρές ρυθμίσεις απορρήτου σε διαδικτυακές εφαρμογές και παιχνίδια.
- Καλύπτετε την κάμερα του υπολογιστή όταν δεν βρίσκεται σε χρήση.

Καλλιεργήστε υγιείς και ασφαλείς διαδικτυακές συνήθειες.



- Κάντε συμφωνίες εντός της οικογένειας, από κοινού με τα παιδιά ή τους εφήβους, σχετικά με την υγιή χρήση των συσκευών.
- Δημιουργήστε χώρους και ώρες χωρίς συσκευές στο σπίτι (φαγητό, ύπνος, παιχνίδι, μαθήματα για το σχολείο).
- Βοηθήστε τα παιδιά να μάθουν πώς να διατηρούν το απόρρητο των προσωπικών τους πληροφοριών, ιδίως απέναντι σε ξένους. Κάποιοι άνθρωποι δεν είναι αυτοί που ισχυρίζονται!
- Θυμίστε στα παιδιά σας ότι, όταν κάτι ανεβαίνει στο διαδίκτυο, παραμένει εκεί (μηνύματα, φωτογραφίες και βίντεο).
- Παρακολουθήστε ενεργά τον χρόνο των παιδιών σας στο διαδίκτυο, συμπεριλαμβανομένων υπολογιστών, smartphone και tablet.

Περάστε χρόνο με το παιδί ή τον έφηβο στο διαδίκτυο.

- Πλοηγηθείτε μαζί σε ιστοσελίδες, μέσα κοινωνικής δικτύωσης, παιχνίδια και εφαρμογές.
- Μιλήστε στον έφηβο για το πώς μπορεί να καταγγείλει τυχόν ακατάλληλο περιεχόμενο (βλ. παρακάτω).
- Η Common Sense Media προσφέρει εξαιρετικές συμβουλές για εφαρμογές, παιχνίδια και ψυχαγωγία για διάφορες ηλικίες.

Κρατήστε τα παιδιά σας ασφαλή μέσω της ανοιχτής επικοινωνίας.

- Πείτε στα παιδιά σας ότι, αν συμβεί κάτι στο διαδίκτυο που τα κάνει να νιώσουν ταραγμένα, άβολα ή φοβισμένα, μπορούν να σας μιλήσουν, καθώς και ότι δεν θα θυμώσετε και δεν θα τα τιμωρήσετε.
- Να είστε σε επαγρύπνηση για σημάδια κινδύνου. Προσέξτε αν το παιδί σας είναι απομονωμένο, ταραγμένο, μυστικοπαθές ή έχει εμμονή με διαδικτυακές δραστηριότητες.
- Δημιουργήστε σχέσεις εμπιστοσύνης και ανοικτής επικοινωνίας μέσω θετικής στήριξης και ενθάρρυνσης.
- Μην ξεχνάτε ότι κάθε παιδί είναι μοναδικό και μπορεί να χρησιμοποιεί διαφορετικούς τρόπους επικοινωνίας. Προσπαθήστε να προσαρμόσετε το μήνυμά σας στις ανάγκες του παιδιού. Για παράδειγμα, αν ένα παιδί έχει μαθησιακές δυσκολίες, ίσως πρέπει να του δώσουμε τις πληροφορίες σε πιο απλή μορφή.

Μοιραστείτε με συναδέλφους, φίλους και μέλη της οικογένειας | Διαδώστε το μήνυμα | Κρατήστε τα παιδιά ασφαλή στο διαδίκτυο

Καταγγείλετε τη διαδικτυακή βία κατά των παιδιών:

Γραμμή βοήθειας για το παιδί | Ανοιχτές γραμμές επικοινωνίας INHOPE | Πύλες IWF

Άλλο υλικό

Οδηγός ασφάλειας | UNICEF | Άλλες γλώσσες | Βάση στοιχείων

The COVID-19 Playful Parenting Emergency Response is supported by the LEGO Foundation, the philanthropic donors to the University of Oxford's COVID-19 Research Response Fund, and the UKRI GCRF Accelerating Achievement for Africa's Adolescents (Accelerate) Hub. Research on Parenting for Lifelong Health is supported by the UKRI GCRF Accelerate Hub, the Oak Foundation, the European Research Council (ERC) under the European Union's Seventh Framework Programme and the Horizon 2020 Research and Innovation Programme, the Global Alliance for Chronic Diseases under the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation Programme, UNICEF, WHO, Oxford University Innovation GCRF Sustainable Impact Fund, the Leverhulme Trust, the Economic and Social Research Council, CIDA, the National Research Foundation of South Africa, Ilifa Labantwana, the John Fell Fund, the Evaluation Fund, the UBS Optimus Foundation, USAID-PEPFAR, the Wellcome Trust, Grand Challenges Canada and Wellspring Advisors.