



Co to jest Cyber Pułapka?

Sytuacja, w której dziecko zostaje wciągnięte w niebezpieczne działania online:

- ▶ Manipulacja
- ▶ Podszywanie się pod kogoś
- ▶ Szantaż
- ▶ Wyłudzenie danych lub pieniędzy
- ▶ Namawianie do wysyłania zdjęć
- ▶ Cyberprzemoc.

Najczęstsze zagrożenia w sieci

- ▶ Cyberbullying (cyberprzemoc)- oskarżanie, ośmieszanie, publikowanie kompromitujących treści.
- ▶ Grooming- dorosły zdobywa zaufanie dziecka w Internecie w celu wykorzystania.
- ▶ Phishing- próby wyłudzenia danych logowania lub informacji osobistych.
- ▶ Uzależnienie od Internetu- nadmierne korzystanie z gier lub mediów społecznościowych.
- ▶ Niebezpieczne znajomości online- osoby podszywające się pod rówieśników.

Sygnały ostrzegawcze u dziecka

Rodzice powinni zwrócić uwagę na zmiany w zachowaniu dziecka:

- ▶ Nagłe wycofanie (dziecko nagle unika rozmów o Internecie);
 - ▶ Ukrywanie telefonu lub komputera (gdy ktoś wchodzi do pomieszczenia);
 - ▶ Stres po korzystaniu z Internetu(staje się bardziej zamknięte lub zdenerwowane);
 - ▶ Problem ze snem lub koncentracją;
 - ▶ Spadek wyników w szkole.
- ✓ *Ważne! Nie każdy z tych objawów oznacza problem, ale warto wtedy porozmawiać z dzieckiem.*

Jak rozmawiać z dzieckiem?

Najważniejsza jest atmosfera zaufania

- ▶ Zachowaj spokój;
- ▶ Nie oceniaj;
- ▶ Wysłuchaj dziecko;
- ▶ Zapewnij o wsparciu;
- ▶ Wspólnie poszukajcie rozwiązania.

Dzieci często boją się powiedzieć o problemie, bo obawiają się kary lub odebrania telefonu.

Pierwsze kroki rodzica

- ▶ **Zabezpiecz dowody** (zrzuty ekranu);
- ▶ **Zablokuj sprawcę** w aplikacji lub serwisie;
- ▶ **Zgłoś problem** administratorowi platformy;
- ▶ **Skontaktuj się** ze szkołą lub policją.

Gdzie szukać pomocy?

*Rodzic nie musi radzić sobie sam,
może zwrócić się do:*

- ▶ Pedagog szkolny;
- ▶ Psycholog;
- ▶ Telefon zaufania dla dzieci
☎ 116 111
- ▶ Policja(w poważnych przypadkach).

Profilaktyka- jak chronić dziecko

- ▶ Ustal zasady korzystania z Internetu
- ▶ Ucz dziecko prywatności
- ▶ Rozmawiaj o zagrożeniach
- ▶ Korzystaj z kontroli rodzicielskiej

Rola rodzica w świecie cyfrowym

- ▶ Zainteresowanie aktywnością dziecka online, z jakich aplikacji korzysta dziecko
- ▶ Wspólne rozmowy o Internecie
- ▶ Warto dowiedzieć się w jakie gra gry i z kim
- ▶ czasem korzystać z Internetu razem z dzieckiem

Najważniejsze jest budowanie relacji i zaufania.

Podusmowanie

Najważniejsza rzeczy, które warto zapamiętać:

- ✓ Rozmawiaj z dzieckiem o internecie
- ✓ Wspieraj dziecko zamiast je oceniać
- ✓ Reaguj na sygnały ostrzegawcze
- ✓ Ucz bezpiecznego korzystania z technologii