

## ДНИ НА МЕДИЙНАТА ГРАМОТНОСТ

(февруари 2019)

### Допълнителни насоки към урок и родителската среща за Секстинг (8-12 клас)

*Тук можете да прочетете подробна информация за това как използват интернет българските деца, кой е основният риск за групата 8-12. клас, както и какви съвети можете да дадете на родителите. Можете да използвате тази информация по Ваша преценка според контекста на Вашия клас.*

Днешните деца растат в ерата на дигиталните технологии и интернет, но това съвсем не значи, че имат необходимите умения, за да бъде използването им полезно и безопасно. Целта на урока за ученици от 8. до 12. клас е да запознае децата с основния риск за тяхната възрастова група, а именно секстингът. Чрез интерактивна работа учениците ще се запознаят с това какво е секстинг, какви могат да са последствията от него и как могат да избегнат подобни ситуации.

#### Каква е ситуацията

През 2016 г. Националният център за безопасен интернет проведе национално представително изследване „Децата на България онлайн“, обхващащо над 1000 деца из цялата страна, както и техните родители (повече за самото изследване можете да прочетете тук: <https://www.safenet.bg/bg/materiali>). Това са част от ключовите открития от изследването:

- **Децата влизат за първи път в интернет на 7-годишна възраст.**

Докато през 2011 г. децата масово за влизали в интернет за пръв път на 10 г., през 2016 г. първото влизане в Мрежата най-често се случва около 7-годишна възраст. Това означава, че децата имат достъп до глобалната мрежа на възраст, когато все още нямат достатъчно умения да се справят с всички предизвикателства, които тя предоставя. Затова участието на възрастните - учители и родители - е изключително важно. От Националния център за безопасен интернет наблюдаваме засилваща се тенденция децата да влизат все по-рано от посочената по-горе възраст в интернет, което повишава рисковете за децата.

- **Повечето деца ползват мобилни устройства**

Децата все по-рядко използват стационарни компютри и влизат в интернет през мобилни устройства, което означава, че възрастните все по-трудно могат да оказват пряк физически контрол върху поведението на децата онлайн. Затова е особено важно още в самото начало възрастните да помогнат на децата да развият основни умения за използване на онлайн средата, които да ги предпазят от основните рискове и да им помогнат да използват интернет за развитието си. Тези основни умения са известни като “дигитално-медийна грамотност”.

- **73% от децата под 13 г. имат профил в социалните мрежи**

Повечето социални мрежи не позволяват лица под 13 г. да имат профили в тях. Въпреки това близо  $\frac{3}{4}$  от българските деца, ненавършили 13 г., имат профили, които много често са незащитени поради посочване на фалшива възраст (обикновено е зададена възраст на пълнолетен човек). Това излага децата на висок риск от нежелани контакти и попадане на неподходящо съдържание. Участието на родител при създаването на профил и използването на настройките за максимална защита може донякъде да намали рисковете, макар че често родители не са запознати с филтрите и възможните опции, с които могат да защитят профила на детето си. Също така всяко трето дете има публичен профил и не използва настройките за поверителност и защита, което го излага на допълнителни рискове от нежелани контакти.

- **10% са получавали съобщение със сексуално съдържание**

Всяко десето дете споделя, че е получавало съобщение със сексуално съдържание. Много е вероятно процентът да е по-висок, но децата да се притесняват да го споделят.

- **21% са се срещали на живо с някого, когото познават само от Мрежата (при 15-17-годишните – 39%)**

Любопитството и вродената изследователска страст на децата ги кара да подценяват опасностите и да се съгласяват на срещи на живо с хора, които познават само от интернет. Част от децата не споделят това с родителите си от страх да не бъдат наказани.

- **Половината деца признават, че не могат да отличат вярно от невярно в интернет**

Липсата на опит и знания позволява децата лесно да бъдат заблуждавани и манипулирани. Затова е необходимо от най-ранна възраст у тях да се развива критично мислене и всички останали умения свързани с дигитално-медийната грамотност.

## **Секстинг – основният риск за децата в гимназиален етап**

Учениците в тази възраст започват да създават все по-сложни взаимоотношения с хората около тях. Тук се появяват първите по-трайни връзки, както и се установяват добри приятелства. Учениците развиват все повече умения за справяне с различни ситуации, но все още са склонни да бъдат импулсивни и да не обмислят докрай всяка своя постъпка. Широката употреба на интернет и дигитални технологии улеснява свързването между подрастващите и стимулира креативността им, но понякога тази употреба може да бъде свързана с определени рискове.

Секстингът е един от най-големите онлайн рискове за съвременните младежи. Секстинг се нарича размяната на съобщения, снимки или клипове със сексуално съдържание между двама партньори. Думата е съставена от думите „секс“ и „текстинг“ (писане на съобщения на английски). Когато става въпрос за тийнейджъри, не е задължително те да имат реална сексуална връзка. Размяната на подобни изображения донякъде е като форма на виртуален флирт и секс, но тя най-вече е израз на доверие към партньора и желание за по-голяма интимност. Секстингът най-често съдържа разголени снимки, но може да съдържа и клипове с мастурбация или полов акт; практикува се както от възрастни, така и от тийнейджъри и

понякога деца; обичайно се случва доброволно във връзката или флирта между връстници; може да доведе до тормоз в истинския свят и в интернет, ако такива снимки или видео бъдат споделени с други хора; може да доведе до опити за съблазняване на дете или тийнейджър от страна на възрастен, които се наричат още "груминг" (от английски - подготвяне).

Най-големият риск за момичетата и момчетата е доброволното създаване и споделяне на снимки или видеоклипове със сексуален характер. Те могат да бъдат вид предизвикателство сред приятели, опит за повишаване на собственото самочувствие или начин за събуждане на интереса у съученик или съученичка. Независимо от подбудите, тийнейджърите все още не могат напълно да осъзнаят възможните последици от действията си, а и бушуващите емоции ги правят нетърпеливи и импулсивни. Затова е много важно те да имат възможността да споделят и говорят за чувствата си, без да се чувстват неловко или да изпитват вина. Макар голяма част от сексуалните теми да се обсъждат в приятелски кръг, семейството и училището могат да бъдат опора в случай на нужда.

Секстингът понякога е част и от връзките на по-големите ученици, затова повечето опасности остават актуални до и след пълнолетие. В някои случаи, при раздяла на двойката, наранен партньор може да злоупотреби с интимни снимки на бившия/бившата, като ги сподели във Фейсбук например - такива събития могат да доведат до сериозни последици за човека на снимките – подигравки и унижения от другите, загуба на доверие в другия пол. Качването на снимка или видео в интернет с цел довчерашият партньор да бъде засегнат или унижен се нарича „порно за отмъщение“.

Едно от най-популярните приложения сред днешните деца и подрастващи е Snapchat. Основната му функция е възможността да се зададе предварително времетраене, през което изпратената снимка или видео да остане на дигиталното устройство на получателя, след което автоматично се изтрива. Това прави Snapchat примамлив вариант за пращане на по-разголени снимки. На практика това обаче не осигурява напълно така желаната защита, защото всяко дете знае как може да направи екранна снимка или пък да свали видеоклип на устройството си и след това да го пусне в интернет. Като допълнителна защита в приложението беше добавена функционалността изпращачът да получи съобщение, ако получателят направи екранна снимка, но това невинаги може да бъде от полза, ако свалянето на изображението вече е със злонамерена цел.

Няма гаранция, че момиче или момче в даден момент няма да реши да си направи по-разголени снимки, които да иска да сподели с гаджето си. Важното е тийнейджърът да е наясно с възможните последици от секстинга, за да помисли добре, преди да сподели свои разголени снимки:

- Дори човекът, получил снимката, да не я разпространи умишлено, възможно е някой друг да попадне на нея в телефона, таблета или на лаптопа му/й, след което да реши да я сподели в интернет;
- Веднъж щом се появят в интернет, снимките и видеата остават там за дълго, ако не и завинаги, а и всеки може да ги свали и да ги използва по какъвто начин реши;

- Макар в даден момент разголените снимки да изглеждат вълнуващи и секси за един тийнейджър, след време те могат да се използват за отмъщение от наранен партньор при раздяла;
- Възможно е устройството, на което има такива снимки, да бъде хакнато или откраднато и така снимките да попаднат при недоброжелателни лица, които да злоупотребят с тях.

Какво трябва да се направи, ако подобни снимки на дете или тийнейджър се появят в интернет:

**1) Блокиране и сигнализиране:** Подайте сигнал на Горещата линия за безопасен интернет ([www.safenet.bg](http://www.safenet.bg)). Също така, потребителят, който е разпространил снимката, трябва да бъде блокиран и докладван на администраторите на сайта. Имайте предвид, че разпространението на голи снимки или видеозаписи на хора под 18-годишна възраст се счита за разпространение на детска порнография и се преследва от закона.

**2) Търсене на подкрепа:** При разпространение на подобен вид снимка или видео на дете/тийнейджър е много важно на детето да бъде оказана подкрепа, тъй като то изживява тежък шок. Това за него е предаване на доверието му. Ако сподели с родител, разговорът трябва да е проведен с разбиране и в никакъв случай да не обвинява самото дете за това, което друг човек е направил. Освен от родителите детето може да бъде посъветвано да потърси подкрепа и от училищен психолог или друг възрастен, на когото то има доверие. Най-важното е той/тя да намери опора и възможност да говори за чувствата и преживяванията си, вместо да се затваря в себе си. Открит и спокоен разговор детето/тийнейджърът може да проведе и чрез свързване с Консултативната линия за онлайн безопасност ([www.safenet.bg](http://www.safenet.bg), тел. 124 123)

## Дигитално-медийна грамотност

Справянето с този риск, а и много други, се крие в усвояването на дигитално-медийна грамотност. Това е способността да се намира, преценява, използва и произвежда правдива информация в изобилието от медийни и дигитални източници и умението за ефективно и конструктивно взаимодействие с други хора в онлайн среда. Зад това малко тремаво определение стои набор от умения, които са ключово важни за пълноценния живот в съвременния свят и които децата трябва да развият с помощта на възрастните, за да могат да реализират пълния си потенциал. Дигитално-медийната грамотност включва няколко елемента:

**БЕЗОПАСНОСТ** - Техническата безопасност и предпазването от вируси са важни умения в дигитална среда. Важно е обаче да се постави фокус върху здравето и благосъстоянието на децата в дигитална социална среда. В интернет децата могат да попаднат на неподходящо съдържание с агресивни, сексуални или комерсиални послания, както и на контакти със злонамерени непознати.

Ето някои базови правила, които ще помогнат на детето да бъде по-защитено онлайн:

- Ограничаване на публикуването на лична информация само до минимално необходимото за регистрация в съответния сайт;

- Създаване на защитени профили с възможно най-близката възраст до реалната възраст на детето, за да се ползват защитите за профили на непълнолетни
- Ограничаване на списъка с приятели и внимателна проверка на искащи приятелство непознати;
- Използване на настройките за защита в максимална степен – отключването на устройството чрез схема, парола или отпечатък;
- Овластяване на уменията за докладване и блокиране.

**ИНФОРМАЦИЯ** - Докато за предишните поколения проблемът е бил как информацията да стигне до детето, за да може то да си изгради пълна и достоверна картина за света, в днешно време проблемът е обратен – как детето да не се дави в потоците информация, които го заливат, как да се научи да отделя вярната от невярната, как да я подреди в цялостна картина и да намери своето място в нея.

За да се научи детето да отсява нужното от ненужното и вярното от невярното, то трябва да овладее следните умения:

- Да сравнява източника на информация с поне още два независими източника. Така то постепенно ще придобие представа кои са по-надеждните източници и с кои следва да внимава.
- Да проверява дали източникът има автор; ако е цитат - дали е посочен авторът, изследването, организацията, която стои зад тези твърдения.
- Да проверява датата на публикацията. Често вниманието ни е насочено към стари новини, които са изгубили давност.
- Да се обръща за потвърждение към експерт в съответната област. Така ще научи различните роли на хората в обществото и ще има смелостта да задава въпроси.

**КОМУНИКАЦИЯ** - Важна част от дигиталния живот на децата е общуването. Както в реалния живот, така и във виртуалния има определени правила, които улесняват комуникацията и я правят по-ефективна. Така нареченият „нетикет“ дава някои важни насоки, с които е добре децата да се запознаят от ранна възраст:

- Когато започват разговор, да поздравяват;
- Да бъдат вежливи с другите и да не отговарят на обиди;
- Да уважават правото на другия да има различно мнение от тяхното;
- Да не обиждат другите, дори да са привидно скрити зад псевдоним;
- Да не споделят информация за други хора, без първо да са взели тяхното съгласие;
- Да уважават авторското право;
- Да пишат с малки букви, тъй като големите се възприемат като повишаване на тон;
- По възможност да използват кирилица, когато пишат онлайн.

**СЪДЪРЖАНИЕ** - Интернет е среда, която стимулира творческото начало у децата. Бързо и лесно, в контакт с техни връстници или чрез обучителни видеоматериали и програми те могат да се научат да създават собствено съдържание. Възможността „да блеснат“ със своите произведения е силен стимул да се развиват в тази посока. За да се чувстват уверени, интересувайте се от това, което правят, и ги поощрявайте да експериментират. Хвалете ги за

постиженията, а несполуките ги учете да възприемат като неизбежна част от обучението. Основният риск в тази област се крие в неумението на децата да предвидят последствията от създаването или разпространението на определено съдържание. Онлайн технологиите могат да градят мостове на приятелство, признание и престиж сред връстниците, но могат и да станат повод за тормоз, да разрушат връзките между хората или да наранят жестоко.

**РЕШАВАНЕ НА ПРОБЛЕМИ** - С напредването на възрастта е нормално децата да стават самостоятелни не само в реалния живот, а и когато сърфират в интернет. Това понякога ги излага на повече рискове, но именно такива ситуации помагат за изграждане на умения за справяне, когато има реална заплаха. Ето защо премерените рискове са полезни, а ако нещата излязат от контрол, способността на детето да потърси помощ е от особена важност. **Националният център за безопасен интернет Safenet.bg** е на Ваше разположение за съвет и подкрепа независимо дали се отнася до психическото състояние на детето, или до технически въпрос, чрез нашите квалифицирани консултанти на тел. 124 124 и на чат линията (през [www.safenet.bg](http://www.safenet.bg))

## Работа с родители и тяхната роля

В тази възраст тийнейджърите прекарват много повече време с приятелите си и често изглежда така сякаш семейството остава на по-заден план. В този период от живота им, в който всичко се променя и постепенно откриват себе си, те имат нужда от обичта и подкрепата на своите родители. Ако в по-ранни години ролята на родителите е била да се грижат за своите деца и да ги насочват, то с порастването отношенията стават отношения между равни.

Тийнейджърите имат нужда от свободата и пространството, за да изследват света, в който живеят, да правят своите собствени избори и да се учат от грешките си. Родителите могат да подкрепят този процес, като винаги са на разположение за своите деца – било то за съвет или разговор. В този период е важно родителите да проявяват интерес към живота на младия човек, без да бъдат нахлуващи и без да прекрачват границите на личното пространство по груб начин. Най-важното е, че тийнейджърите също искат родителите да са част от живота им и да усещат тяхната подкрепа, макар и невинаги да го изразяват.

В тази възраст се появяват първите по-трайни връзки за тийнейджърите и не е изключено секстингът да бъде част от една такава връзка като израз на флирт и взаимно доверие. За родителя е важно да е сигурен, че детето му е запознато с негативните последствия от едно такова поведение, за да може то да прави информирани избори. Разбира се, нищо не предпазва детето по-добре от доверието в родителя. За да може то да развива такова доверие и в областта на онлайн живота си, родителят трябва да е готов да изслушва споделянето за нещата, които са интересни на детето, да говори с него за нещата, които го вълнуват, и да му помага да се справя с проблемите.

Съвместните занимания също повишават доверието между децата и родителите и изграждат у децата навика да обсъждат това, което се случва с тях – както реално, така и виртуално - с най-

близките си хора. Така при възникване на проблем родителите могат да реагират навреме и децата да се чувстват по-сигурни и защитени.

В случай че ситуация на секстинг завърши зле за младия човек (напр. негови снимки се появят в интернет), от изключително значение е родителите да го подкрепят в този тежък период. Наказанията и укорът не помагат с нищо, тъй като случилото се вече е факт. В подобна ситуация доверието на тийнейджъра е било предадено и той не бива да се чувства виновен за това. Родителите могат да потърсят съдействие от училището за разрешаването на казуса и за това детето им да може да се почувства по-добре.

## КОЙ МОЖЕ ДА НИ ПОМОГНЕ?

### НАЦИОНАЛЕН ЦЕНТЪР ЗА БЕЗОПАСЕН ИНТЕРНЕТ

На Консултативната линия – чат през сайта [www.safenet.bg](http://www.safenet.bg) или на телефон **124 123** (15 ст. за целия разговор) всеки работен ден от 10 до 18 ч деца и родители могат да получат консултация в реално време от квалифицирани психолози.

Повече информация можете да намерите на сайта на Национален център за безопасен интернет: [www.safenet.bg](http://www.safenet.bg)