

## ДНИ НА МЕДИЙНАТА ГРАМОТНОСТ

(февруари-март 2018)

### Допълнителна информация към презентацията за родителската среща за дигитално-медийна грамотност

Тук можете да прочетете подробна информация по всеки от слайдовете на презентацията за родителската среща на тема “Децата в дигиталната ера и ролята на възрастните”. Можете да я използвате по Ваша преценка според контекста на Вашия клас.

## КАКВА Е СИТУАЦИЯТА

Данните са от национално представително изследване “Децата на България онлайн”, проведено от Националния център за безопасен интернет през 2016 г. Повече за изследването можете да прочетете в секцията Изследвания на <https://www.safenet.bg/bg/materiali>

Пикова възраст за **първо влизане** в интернет през 2016 г. – 7 г.

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.

- 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” и са представени по-долу в презентацията.

- 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 децата, ненавършили 13 г., имат профили, които много често са незащитени поради посочване на фалшива възраст. 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.

- Всяко трето дете има **публичен** профил

Много от децата не използват настройките за поверителност и защита, което ги 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.

## ОСНОВНИ РИСКОВЕ

- Порнографско съдържание

Любопитството на децата често може да ги доведе до попадане на порнографско съдържание, дори да нямат такова намерение. Сайтове с такова съдържание са лесно достъпни и могат да нанесат тежки психологически травми на детето, да му създадат неверни представи за отношенията между мъжете и жените и дори да доведат до нарушения в сексуалния му живот впоследствие. Изключително важно е още преди

детето да има достъп до интернет, родителите да са говорили с него за секса, отношенията между мъжете и жените и основополагащата роля на любовта в тези отношения. Програмите за родителски контрол донякъде намаляват риска от попадането на порнографско съдържание, но не гарантират, че детето няма да има достъп до него от друго устройство, така че разговорите остават основния начин да се намалят нежеланите последствия. Ако детето сподели, че е попадало на такова съдържание, в никакъв случай не трябва да бъде наказвано или порицавано, а да се поговори с него за преживяването му, за мислите и чувствата, които са се породили у него, за разликата между измислицата и живота и отново да се върне разговорът за любовта.

- Качване на неподходящи снимки/съдържание

Децата често стават жертва на тормоз или изнудване заради неподходящи снимки или друго съдържание, което самите те качват в интернет. Снимки в неподходящо облекло или предизвикателни пози са най-честият "коз", използван от недоброжелатели, за да накарат детето да прави неща, които то не желае. Родителите също трябва да бъдат изключително предпазливи, когато качват снимки на децата си, за да не дават излишна информация за тях или пък да ги поставят в неудобно положение пред връстниците им - в момента или за в бъдеще.

- Секстинг, грууминг – форми на сексуално насилие спрямо деца

**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). Секстингът:

- най-често съдържа разголени снимки, но може да съдържа и клипове с мастурбация или полов акт;
- е практикуван 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 "**грууминг**" (от английски - подготвяне).

- Тормоз – от връстници или от непознати

**Онлайн тормоз** - използването на интернет за нанасяне на емоционална вреда върху други хора.

Когато има наличие на онлайн тормоз, много често се открива, че това е продължение на тормоз офлайн. Важно е да се потърсят причините за това поведение в реалния живот на детето и възможността да се предотврати тормозът чрез промяна не само в онлайн поведението, но и в средата офлайн.

- Подвеждаща информация – Кое е вярното?

Децата лесно могат да бъдат подведени или манипулирани, като често това се прави с цел злоупотреба от различен характер - от финансова до сексуална. Затова от решаващо значение е да се развива умението на децата да проверяват достоверността на информацията и да се изграждат отношения на доверие със значимите възрастни около тях - родителите и учителите.

## ДИГИТАЛНО-МЕДИЙНА ГРАМОТНОСТ

Дигитално-медийната грамотност 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. За да се постигне това малко троваво 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.

### БЕЗОПАСНОСТ

Техническата безопасност и предпазването от вируси са важни умения в дигитална среда. Тъй като темата е широко дискутирана, тук по-скоро ще поставим фокус върху здравето и благосъстоянието на децата в социалната среда онлайн. 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 – За деца до 10 години помага създаването на специален детски профил на устройството и инсталирането на програми за родителски контрол. За да се запази

доверието между Вас и детето, важно е да му обясните, че инсталирате такава програма, за да го защитите, а не да го следите;

- ограничаване на списъка с приятели и внимателна проверка на искащи приятелство непознати;
- използване на настройките за защита в максимална степен – Направете отключването на устройството чрез схема, парола или отпечатък. Така при забравен/загубен телефон или таблет ще сте сигурни, че никой външен човек няма да има достъп до съдържанието в устройството. Можете да добавите и резервен номер, така че ако някой иска да върне устройството, да може да се обади, без да се налага да го отключва.;
- овладяване на умения за докладване и блокиране.

#### **Какво още можете да направите:**

Поставете ясни граници на времето, в което детето може да използва дигитални устройства.

Времето пред таблет/телефон НЕ трябва да надвишава това за физически занимания, игри и спорт. Може заедно с детето да съставите семеен договор, в който да определите кога и за какво да се ползват дигитални устройства.

### **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.

Според национално представителното изследване “Деца на България онлайн” от 2016 г., проведено в партньорство с международната изследователска мрежа Global Kids Online, половината от българските деца на възраст между 9 и 17 години не умеят да разпознават коя новина е фалшива и коя не. Хубавото е, че родителите не само могат да помогнат на децата си да бъдат критични и да разпознават невярната информация, но и имат важна роля в този процес.

#### **Какво можете да направите:**

- Да научите детето да отсява нужното от ненужното, вярното от невярното е най-лесно, когато заедно сърфирате онлайн и обсъждате по какви признаци може да се определи достоверната информация. Когато детето има да търси информация, например за домашна работа, напомняйте му:
- 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 публикация. 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 и др.

#### **Какво още можете да направите:**

Използвайте емотиконите като средство, чрез което да обсъждате с детето какви емоции изразяват те. Разбирането и изразяването на чувствата е важна част от общуването. Помогнете на детето да отстоява своите граници на лично пространство. Покажете му къде са бутоните за „блокиране“ и „докладване“ и се уверете, че може да ги използва. Обяснете му какви са разликите и в какви ситуации е добре да използва единия или другия бутон.

Говорете с детето по „трудните“ теми: насилие, алкохол, наркотици, секс, смърт... Така то ще знае, че сте насреща да го подкрепите и да говорите с него за всичко важно. Изслушвайте го какво знае по темата, какво си представя и едва тогава му обяснете важните според Вас неща. Насърчавайте го да пита и да изказва мнение, което да подкрепя с доводи.

### **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.

### **Какво можете да направите:**

Учете заедно с детето. Използвайте сайтове и приложения, които позволяват да се правят мемета (снимки с шеговити текстове), ГИФ-чета (движещи се изображения), клипчета и др. Ако вие самите се чувствате неуверени в тази област, децата могат да бъдат прекрасни учители, само им дайте възможност да покажат тези свои умения.

Обяснявайте какво е лична информация и каква част от нея е добре да се публикува в интернет. Подсещайте детето да проверява това каква информация „е научил“ интернет за него от различните негови дейности онлайн.

Давайте добър пример, като качвате снимки и клипове с Вашето дете с негово съгласие, като отчитате как ще се чувства то, когато гледа себе си след години.

Обяснете на детето, че желанието да се „похвали“, когато създаде нещо хубаво или да сподели нещо вълнуващо, е нормално. Преди да публикува нещо обаче, добре е да си задава следните въпроси: „Необходимо ли е?, „Полезно ли е?“, „Истина ли е?“, „Добронамерено ли е?“.

### **РЕШАВАНЕ НА ПРОБЛЕМИ**

С напредването на възрастта е нормално децата да стават по-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. Тук Вашият личен пример играе съществена роля: как Вие решавате проблеми, как търсите помощ и от кого? Националният център за безопасен интернет [Safenet.bg](http://Safenet.bg) Ви дава възможност да се свържете с нашите консултанти, които са квалифицирани психолози, и да получите съвет за всяка ситуация, независимо дали се отнася до психическото състояние на детето, или до технически въпрос.

Не забравяйте, че изграждането на доверие между Вас и детето е от решаващо значение то да има смелостта да потърси помощ и съвет, когато се сблъска с проблем.

### **Какво можете да направите:**

Научете детето да свежда рисковете до минимум: да използва настройките за сигурност и за лични данни на профила си за максимално ограничаване на достъпа на външни хора. Ако детето е попаднало в проблемна ситуация, не бързайте да му давате готови решения. Подкрепете го да прояви инициатива и да помисли как би могло да разреши ситуацията. Напътствайте го в този процес с въпроси и дайте свои предложения, ако то много се затруднява.

Ако ситуацията е сериозна, заедно се обърнете към Центъра за безопасен интернет и разговаряйте с консултант, който може да Ви даде насоки как да намерите изход.

## РОЛЯТА НА РОДИТЕЛИТЕ

В допълнение към всички дотук изброени съвети за подкрепа на децата в развиване на дигитално-медийната им грамотност, има още някои важни неща, които родителите могат да правят, за да сърфират децата им безпроблемно в интернет.

- Личен пример – “Ето как съм си направил профила в...”  
Децата в най-голяма степен имитират поведението на родителите си и затова всеки родител на първо място трябва да направи оценка на собственото си поведение в интернет - дали не публикува неподходяща информация, дали не пренебрегва общуването на живо за сметка на онлайн контактите си, дали не се доверява на непроверени източници... Когато родителят включва детето в своите занимания онлайн - там, където е подходящо, разбира се - той му дава най-добрите уроци за повишаване на дигитално-медийната грамотност.

- Разговори, разговори, разговори... И много изслушване.

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, а не да го наказва. Най-добрият начин да разберете дали детето ви има проблеми онлайн, е да го изслушвате винаги, когато иска да сподели нещо с вас.

- Никога не е рано за разговора за секса!

За да не се окаже детето неподготвено за това, на което може да попадне в интернет, от много рано родителите трябва да са говорили с него по подходящ начин за интимната страна на отношенията между мъжете и жените. Така дори и да се случи детето да попадне на шокиращи снимки или кадри, то ще е готово да обсъди това с родителите си и



по-лесно ще се справи с неприятното преживяване.

- Програми за родителски контрол

Инсталирането на програми за родителски контрол е добро решение за предпазване на децата от нежелан контакт или неподходящо съдържание, но то работи докъм 9-10-годишна възраст на децата. След това те се научават да избягват защитите или да ползват чужди устройства, за да достигат до забранено съдържание. Инсталирането на програма за родителски контрол не трябва да става тайно от детето - то трябва да е наясно, че родителят прави това, за да го защити от недоброжелатели и да му помогне в случай на нужда.

- Съвместни занимания – онлайн и офлайн

Съвместните занимания онлайн и офлайн 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.

- Участие в учебните дейности през уебсвързани устройства

Важна част от изграждането на доверие и развиването на дигитално-медийната грамотност е участието на родителите в учебните дейности, особено ако в тях има включено използването на уебсвързани устройства. Така детето се чувства подкрепено в усвояването на нови знания, а понякога и родителят има какво да научи от новите умения на детето. :)

## КОЙ МОЖЕ ДА НИ ПОМОГНЕ?

### НАЦИОНАЛЕН ЦЕНТЪР ЗА БЕЗОПАСЕН ИНТЕРНЕТ

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

- На консултативната линия – чат през сайта [safenet.bg](http://safenet.bg) или на телефон **124 123**

**safenet.bg**



всеки работен ден от 11 до 18 ч деца и родители могат да получат консултация в реално време от квалифицирани психолози

Повече информация Вие, децата и родителите можете да получите на телефон 124-123 или на [www.safenet.bg](http://www.safenet.bg)