

Bezpieczne media

poradnik dla rodziców



orange™

Spis treści

Wstęp	5
--------------------	----------

To tylko statystyka, ale...	6
------------------------------------------	----------

Dla dziecka internet znaczy więcej	6
Nie tylko w domu	7
Serwisy społecznościowe – najpopularniejsze	9
Co zagraża dziecku?	10
Mowa nienawiści	12

Naucz dziecko bezpieczeństwa	13
-------------------------------------------	-----------

Kiedy udostępnić dziecku internet, telefon, laptop, tablet?	13
Porozmawiaj z dzieckiem	14
Bezpieczny adres, login i hasło	16
Serwisy społecznościowe	17
Blogi/wideoblogi	19
Cyberprzemoc	19
Niebezpieczne kontakty	20
Sexting i kamerki internetowe	22
Gry	23
System PEGI	24
Nadużywanie internetu i telefonów	25
Zakupy w internecie	27
Oszustwa sieciowe	28
Plagiat	28
Netykieta	29
Wiarygodność informacji	29
Publikowanie zdjęć dzieci w sieci	30
Zdrowie	31
Zdrowie a urządzenia mobilne	32

Bezpieczeństwo sprzętowe	34
---------------------------------------	-----------

Niechciane reklamy	37
Kontrola rodzicielska	38
Aplikacje mobilne	40
Telefon i tablet w szkole	43
Blokowanie dostępu	44
Podawanie numeru telefonu w internecie	45
ICE	45
IMEI	46
Blokowanie usług	46

Dostęp do internetu	47
Co telefon wie o swoim użytkowniku?	48
Geotagowanie	49
Wi-Fi w domu	49
Publiczne sieci Wi-Fi	50
Kopie zapasowe	51
NFC	51
Bluetooth	52
Utrata telefonu lub tabletu	52
Konsole do gier	54
Gry a bezpieczeństwo dziecka	55
Telefon stacjonarny	55
Smart TV	57
Wideo na żądanie – kontrola rodzicielska	58
Jak dochodzić swoich praw?	59
Ciekawe miejsca w sieci i oferta edukacyjna Fundacji Dzieci Niczyje	60
Upewnij się, że komputer twojego dziecka jest bezpieczny	62
Nasza umowa o używaniu internetu	63

Wstęp

Oddajemy w Państwa ręce treściwy poradnik poświęcony bezpieczeństwu dzieci i młodzieży korzystających z mediów elektronicznych. Znajdą w nim Państwo m.in. informacje dotyczące zabezpieczeń technicznych, które warto wykorzystać, oddając w ręce dzieci komputer, telefon lub tablet. Jesteśmy jednak przekonani, że wszelkie programy opieki rodzicielskiej, filtry i oprogramowanie antywirusowe to jedynie niezbędne minimum i dobry początek, a wyrazem prawdziwej troski o bezpieczeństwo dzieci w internecie jest ich edukacja i wychowanie. Jesteśmy również przekonani, że tak jak i w realnym świecie, to zadaniem rodzica jest bezpieczne wprowadzenie dziecka w świat nowoczesnych mediów. Dlatego też poważną część tej broszury poświęciliśmy na porady dotyczące tego, jak razem z dzieckiem odkrywać świat gier, portali społecznościowych, transakcji online i całego bogactwa informacji, jakie oferuje światowa sieć.

Chcemy, by świat nowoczesnych mediów był przyjazny dla dzieci i młodzieży, jesteśmy przekonani, że najlepszą ku temu drogą jest właśnie edukacja. W tak dynamicznie zmieniającym się środowisku, jakim jest internet, w którym z dnia na dzień pojawiają się nowe usługi, nowe serwisy, a więc i nowe zagrożenia, jedynym sposobem na ich uniknięcie lub zminimalizowanie ich skutków jest wiedza, najlepiej – jak najbardziej aktualna. Mamy nadzieję, że we wspólnym, razem z dzieckiem, odkrywaniu świata nowoczesnych technologii pomoże Państwu ten poradnik.





To tylko statystyka, ale...

To tylko statystyka. Na pewno nie odzwierciedla w pełni tego, jak z sieci korzysta twoje dziecko. Ale opisuje ogólne trendy, a dzięki wynikom badań łatwiej zrozumieć perspektywę dziecka, presję otoczenia, pod jaką się znajduje i wybory, z jakimi ma do czynienia.

Dla dziecka internet znaczy więcej

O ile dla osoby dorosłej sieć jest źródłem informacji lub narzędziem pracy, o tyle dla dziecka ma ona dużo większe znaczenie, bo oprócz źródła wiedzy i rozrywki jest miejscem, w którym często rozgrywa się jego życie społeczne i towarzyskie. Patrzenie z perspektywy dorosłego na internet, jego zastosowania i zaangażowanie w wydarzenia mające miejsce wyłącznie w sieci, może prowadzić do nieporozumień i konfliktów pokoleniowych. Komputer i internet dla większości obecnych dorosłych to rzecz nabyta, dla większości dzisiejszych dzieci i nastolatków – naturalne środowisko, w obecności którego się urodziły i wychowały. Wystarczy odwołać się do wyników badań *World Internet Project Polska*, których uczestnicy mieli uporządkować media od najważniejszych do najmniej istotnych:

Pokolenie nastolatków (15-19 lat)	Pokolenie rodziców (40-49 lat)	Pokolenie dziadków (60+)
1. internet	1. telefon komórkowy	1. telewizja
2. telefon komórkowy	2. <i>ex aequo</i> telewizja i internet	2. radio
3. telewizja		3. telefon stacjonarny
4. radio	4. radio	4. telefon komórkowy
5. telefon stacjonarny	5. telefon stacjonarny	5. internet

Jednocześnie nie należy wierzyć mitowi wszytkowiedzących dzieci, które, będąc samorodnymi komputerowymi specami, same doskonale radzą sobie w sieci. Nawet jeśli dzieci i młodzież potrafią swobodnie korzystać z internetu, nie oznacza to, że same z siebie opanują techniczne i społeczne aspekty bezpieczeństwa online. Ogranicza je w tym m.in. niedojrzałość psychospołeczna, niezdolność do dostrzegania odległych konsekwencji swoich działań. Zadaniem dorosłych jest bezpieczne wprowadzenie dziecka w ten świat. Do niewiedzy przyznają się same dzieci. Według badań *EU Kids Online* 39 proc. dzieci w wieku 11-16 lat przyznało, że nie potrafi zmienić ustawień prywatności w portalu społecznościowym (jeden z podstawowych warunków ochrony prywatności w sieci), 42 proc. stwierdziło, że nie umie zablokować niechcianych kontaktów w komunikatorze, a aż 70 proc. nie wiedziało, jak zablokować natrączywe reklamy (nie zawsze adresowane do nich). Warto więc pamiętać, że nawet jeśli dzieci spędzają dużo czasu w internecie, nie zawsze wiedzą, jak się zachować w potencjalnie zagrażającej sytuacji i co zrobić, gdy natkną się na problem.

WAŻNE!

Nie przeceniaj wiedzy swojego dziecka i jego umiejętności technicznych, a tym bardziej umiejętności dostrzeżenia niebezpiecznych sytuacji i poradzenia sobie z problemami. Jako dorosły jesteś odpowiedzialny za jego bezpieczeństwo w internecie, zadбай o to, by wiedziało, że może się do ciebie zwrócić z problemami.

Nie tylko w domu

Internet w Polsce rzeczywiście trafił pod strzechy – według danych GUS w 2013 roku już 72 proc. gospodarstw domowych miało dostęp do sieci, a tam, gdzie są dzieci, wskaźnik ten wzrasta aż do 93 proc. Wśród dzieci i młodzieży w wieku szkolnym praktycznie nie ma osób niekorzystających z internetu. Już w 2010 roku (badania *EU Kids Online*) 98 proc. dzieci w wieku 9-16 lat deklaroowało, że korzysta z internetu przynajmniej raz w tygodniu. A według europejskiego raportu *Zero to Eight. Young children and their Internet use* z 2013 roku, z sieci korzysta już ponad połowa dzieci w wieku przedszkolnym.

Najnowsze dane dotyczące polskich dzieci w wieku 10-15 lat pochodzą z badania *Bezpieczeństwo dzieci w internecie*, zrealizowanego w 2013 roku na zlecenie Orange Polska przy współpracy Fundacji Orange i Fundacji Dzieci Niczyje. Wszystkie dzieci biorące udział w badaniu miały dostęp do sieci w domu, 86 proc. z nich korzystało z internetu w szkole, a 77 proc. u znajomych. Tylko 15 proc. rodziców zdawało sobie sprawę z tego, że ich dzieci korzystają z sieci także u kolegów i znajomych.

Komputer pozostaje najpopularniejszym urządzeniem, dzięki któremu dzieci korzystają z sieci, powszechne jest jednak także używanie telefonu lub tabletu – wykorzystuje je aż 55 proc. dzieci w wieku 10-15 lat. 17 proc. dzieci do przeglądania sieci używa konsol do gier lub telewizorów typu Smart TV.

W ciągu tygodnia większość dzieci korzysta z internetu najczęściej od godziny do dwóch dziennie. Tylko 17 proc. przekracza ten czas. W weekendy i dni wolne od zajęć ponad dwie godziny dziennie online jest już 40 proc. dzieci.

Polskie dzieci znalazły się w czołówce użytkowników telefonów komórkowych. Według badania firmy *The Marketing Store* z 2012 roku przeprowadzonego w 12 krajach, to Polska odnotowała najwyższy odsetek 10-latków deklarujących posiadanie własnego telefonu komórkowego (83 proc.). Na kolejnych pozycjach znalazły się: Wielka Brytania (73 proc.), Brazylia (73 proc.) i Niemcy (69 proc.).

WAŻNE!

Nawet jeśli zadbałeś o zabezpieczenia techniczne domowego komputera i poświęcasz swojemu dziecku uwagę w trakcie, kiedy używa internetu, pamiętaj, że dostęp do sieci może mieć nie tylko w domu. Co więcej – by korzystać z internetu, nie musi włączać domowego komputera. Warto więc wprowadzić ustawienia kontroli rodzicielskiej we wszystkich urządzeniach, do których dziecko ma dostęp.



Serwisy społecznościowe – najpopularniejsze

Najczęściej odwiedzaną stroną wśród dzieci i młodych ludzi w 2013 roku były Google. Nic dziwnego – wiele osób właśnie od tej wyszukiwarki rozpoczyna przeglądanie stron internetowych. Ale już kolejne pozycje tego rankingu (ustalonego na podstawie realnego zachowania internautów, a nie ich deklaracji, źródło: Megapanel PBI) różnią się w zależności od wieku:

Odsetek internautów, którzy odwiedzili daną stronę

serwis	7-14 lat	15-24 lata
Google	88%	89%
YouTube	75%	78%
Facebook	70%	84%
Allegro	69%	82%
Onet	63%	72%

Aż ¾ młodszej grupy odwiedzało Youtube – serwis wideo, w którym od filmów przeznaczonych dla dzieci łatwo przejść do materiałów zupełnie dla nich nieodpowiednich. Na kolejnym miejscu znalazł się Facebook. Według regulaminu tego serwisu korzystać z niego mogą osoby powyżej 13 roku życia, jednakże ze względu na nieproporcjonalnie duży odsetek użytkowników Facebooka w grupie badanych 7-14 lat można przypuszczać, że wiele dzieci musiało podawać nieprawdziwy wiek, by móc z niego korzystać. Warto zauważyć również popularność wśród dzieci serwisu zakupowego Allegro, co może być źródłem dodatkowych zagrożeń związanych z transakcjami w sieci.

Wyniki badań przeprowadzonych wśród gimnazjalistów (EU-NET-ADB, 2012) wskazują, że najpopularniejszą wśród nich formą aktywności w internecie są komunikatory i serwisy społecznościowe (obydwie usługi są coraz bardziej zintegrowane). Korzysta z nich odpowiednio 80 i 79 proc. młodzieży. Bardzo popularne jest także oglądanie filmów i wideoklipów online – do serwisów tego typu zagląda aż 84 proc. młodych internautów. Co ciekawe, z popularnej wśród dorosłych poczty elektronicznej korzysta tylko 61 proc. nastolatków, jeszcze mniej – z portali szkolnych i serwisów z wiedzą naukową (odpowiednio 58 i 54 proc. nastolatków).

WAŻNE!

Twoje wyobrażenia o tym, co dziecko robi w internecie, mogą mijać się z rzeczywistością. Postaraj się znaleźć wspólne tematy, interesujące zarówno ciebie, jak i twoje dziecko. Wspólne korzystanie z internetu to również okazja do budowania bliskości.

Co zagraża dziecku?

Dzieci i młodzież intensywnie korzystają z sieci i możliwości, jakie oferuje. Pamiętajmy jednak, że wciąż są dziećmi – nie zawsze potrafią właściwie ocenić zagrożenia i się przed nimi obronić.

Jedną z metod usystematyzowania niebezpieczeństw, które mogą dotyczyć dzieci, jest typologia nazywana 5C, od angielskich określeń zagrożeń:

1. **Content:** niebezpieczne treści, na jakie dzieci i młodzież mogą natrafić w internecie;
2. **Conduct:** niebezpieczne zachowania, w jakie mogą się angażować młodzi ludzie w internecie;
3. **Contact:** niebezpieczne kontakty, jakie mogą dzieci i młodzież nawiązać w sieci;
4. **Confidentiality:** naruszenie prywatności i danych osobowych;
5. **Commercialisation:** zagrożenia związane z aktywnością komercyjną firm online.

Content – niebezpieczne treści

Młodzi internauci mogą się zetknąć w sieci z treściami, które są dla nich nieodpowiednie – przeznaczone wyłącznie dla dorosłych lub wręcz nielegalne. Przede wszystkim dotyczy to pornografii. Według badań EU-NET-ADB, kontakt z nią miało 67 proc. uczniów klas trzecich gimnazjum. Do treści szkodliwych należą także m.in.: materiały rasistowskie i ksenofobiczne, strony zachęcające do zachowań autodestrukcyjnych: zażywania narkotyków, skrajnego odchudzenia, samookaleceń i samobójstwa. Treści tego typu są bardzo powszechne – kontakt z nimi miało łącznie 54 proc. gimnazjalistów.

Odsetek młodzieży w wieku 14-17 lat deklarującej kontakt z treściami niebezpiecznymi w internecie

Samookaleczenie się	22,3%
Popelnienie samobójstwa	15,6%
Skrajne odchudzenie	28,6%
Przekazy rasistowskie i pełne nienawiści	40,1%
Informacje promujące zażywanie narkotyków	24,1%

Źródło: EU-NET-ADB

Conduct – niebezpieczne zachowania

Kategoria ta obejmuje różne zjawiska, najważniejsze z nich to: cyberprzemoc, sexting oraz nadużywanie internetu lub uzależnienie od niego.

- Cyberprzemoc – to przemoc psychiczna z wykorzystaniem internetu i telefonu. Może przyjmować bardzo różne formy: od obraźliwych SMS-ów, komentarzy, zdjęć, po bardziej wyrafinowane: tworzenie specjalnych, obraźliwych stron lub profili. Narzędziem agresji mogą być również portale społecznościowe. Cyberprzemoc

często jest związana z tradycyjną przemocą rówieśniczą, zarówno fizyczną, jak i psychiczną. Według badań EU-NET-ADB, ofiarą cyberprzemocy padło w Polsce 22 proc. gimnazjalistów.

- Sexting – termin ten powstał z połączenia słów „sex” i „texting” (SMS-owanie, czatowanie). Polega na przesyłaniu osobistych zdjęć i filmów o charakterze seksualnym za pośrednictwem telefonu komórkowego (MMS) lub sieci (pocztą elektroniczną, poprzez komunikatory internetowe, pozowanie nago przed kamerą online). Odbywa się to często pomiędzy osobami, które są w relacji intymnej lub dopiero chcą zwrócić na siebie uwagę drugiej osoby. Przeprowadzone w 2010 r. europejskie badania *EU Kids Online* pokazywały, że w Polsce 17 proc. dzieci w wieku 11-16 lat otrzymywało tego typu wiadomości, zaś 2 proc. przyznało się do ich wysyłania.
- Nadużywanie internetu – chociaż zjawisko to nie zostało jeszcze do końca rozpoznane przez psychologów i psychiatrów, na pewno można o nim mówić, gdy korzystanie z internetu wymyka się użytkownikowi spod kontroli i wpływa negatywnie na inne aspekty jego życia. Badania z użyciem testu psychologicznego IAT wykazało, że problem ten dotyczy w znacznym stopniu 1,3 proc. gimnazjalistów, a w grupie osób zagrożonych, u których stwierdza się część symptomów, znalazło się 12 proc. gimnazjalistów. Problem ten dotyczy stosunkowo wąskiej grupy młodzieży, jednak często mogą to być sytuacje bardzo poważne, wymagające pomocy specjalisty (psychologa lub psychoterapeuty).

Contact – niebezpieczne kontakty

Fakt, że w kontakcie wyłącznie online łatwo zafałszować swoją prawdziwą tożsamość, stwarza ryzyko, że z dziećmi mogą się kontaktować osoby o niekoniecznie uczciwych zamiarach. Kontakty z osobami znanymi wyłącznie z internetu są powszechne wśród gimnazjalistów – aż 69 proc. z nich poznało przez internet kogoś, kogo nie znało wcześniej, a aż 31 proc. spotkało się na żywo z kimś, kogo poznało po raz pierwszy w internecie.

Confidentiality – naruszenie prywatności

Do sieci trafia coraz więcej prywatnych informacji o użytkownikach – w przypadku dzieci dotyczy to zarówno danych osobowych (miejsce zamieszkania, wiek, szkoła), jak również zdjęć, które nie powinny być dostępne publicznie. Zagrożeniem są również usługi geolokalizacyjne. Nierzadkie są także przypadki, w których dzieci udostępniają znajomym bądź nawet nieznanym sobie osobom hasła do serwisów online. W badaniach *EU Kids Online*, 7 proc. polskich nastolatków w wieku 11-16 lat zadeklarowało, że doświadczyło naruszenia swojej prywatności.

Commercialisation – zagrożenia związane z działalnością komercyjną

Dzieci i młodzież często postrzegają internet jako źródło darmowych w większości usług, nie rozumiejąc modelu biznesowego przyjętego przez firmy, chcące zarabiać także na młodych użytkownikach. Młodsze dzieci często mają problem z rozróżnieniem informacji od reklamy, zagrożeniem może być również wyludzanie danych oso-

bowych (wykorzystywanych później marketingowo), np. pod pozorem udziału w konkursie. Problemem są także ukryte bądź odroczone opłaty za usługi i aplikacje online. Na przykład w przypadku gier *freemium* (ich używanie jest zasadniczo bezpłatne, płacić trzeba za dodatkowe funkcje lub kolejne etapy) opłaty te mogą być pobierane w systemie *in-app purchases* – dzięki zapisaniu w urządzeniu danych karty kredytowej dziecko może dokonywać opłat, nie mając świadomości wydawania pieniędzy rodzica.

WAŻNE!

Nie warto demonizować internetu, upatrując w nim siedliska wszelkiego zła. Jednocześnie warto świadomie podchodzić do internetowych zagrożeń. Przyjęcie założenia „mojego dziecka to nie dotyczy” może się okazać złudne.

Mowa nienawiści

Powszechnym problemem internetu jest tzw. **mowa nienawiści** (język nienawiści), z którą dziecko może się zetknąć zarówno na forach internetowych, w serwisach społecznościowych, jak i na stronach WWW. To – według definicji Rady Europy – „wszelkie formy wypowiedzi, które szerzą, propagują czy usprawiedliwiają nienawiść rasową, ksenofobię, antysemityzm oraz inne formy nienawiści bazujące na nietolerancji”. Pozory anonimowości jakie daje internet, sprzyjają radykalnym opiniom i powodują, że mowa nienawiści często pojawia się w komentarzach i opiniach na temat innych osób i grup społecznych. Zwróć uwagę dziecka na język, jakim się posługuje w internecie, naucz je szanować innych ludzi, przekonaj je, by nie publikowało treści, których nie potrafiłoby powiedzieć drugiej osobie twarzą w twarz. Problemem mowy nienawiści zajmuje się **Koalicja Przeciwko Mowie Nienawiści**, wspierana przez firmę Orange. To nieformalne zrzeszenie organizacji, instytucji i osób, którym bliska jest problematyka praw człowieka w internecie.

Więcej informacji: www.beznienawisci.pl



Naucz dziecko bezpieczeństwa

Kiedy udostępnić dziecku internet, telefon, laptop, tablet?

Z komputera korzystają coraz mniejsze dzieci. Zdecydowało o tym rozpowszechnienie urządzeń mobilnych z ekranami dotykowymi, wygodniejszymi dla maluchów niż myszka i klawiatura. Według danych z 2014 roku, 38 proc. amerykańskich dzieci w wieku poniżej 2 lat korzysta już z tabletu lub smartfona. To blisko 4-krotnie więcej niż 3 lata temu.

Tymczasem według wytycznych Amerykańskiej Akademii Pediatrii:

- dzieci w wieku 0-2 lata nie powinny mieć kontaktu z telewizją, grami, komputerem lub telefonami;
- dzieci w wieku 2-6 lat – czas przed ekranem (najlepiej nie pozwalającym na interakcję) nie powinien wynosić więcej niż 20 minut dziennie;
- gry wideo powinny pojawić się w życiu dziecka nie wcześniej niż od 6 r.ż.;
- w wieku 6-12 lat czas, jaki dziecko spędza przed ekranem, nie powinien przekraczać 1-2 godzin;
- powyżej 13 r.ż. młodzi użytkownicy mogą spędzać 2-3 godziny, używając urządzeń elektronicznych;

- smartfon, zintegrowany z usługami internetowymi i z tego powodu stale absorbujący użytkownika, powinien być udostępniany starszym dzieciom i młodzieży tylko wtedy, gdy potrafią kontrolować swój czas przed ekranem. Jeżeli decydujemy się podarować dziecku tak absorbujące urządzenie, warto rozważyć skonfigurowanie sprzętu tak, by udostępnił użytkownikowi tylko wybrane przez nas funkcje – konkretne gry lub aplikacje edukacyjne, z ograniczonym dostępem do sieci i płatności online.

WAŻNE!

To rodzic decyduje, kiedy przekazać dziecku pierwszy telefon komórkowy. Sam musisz rozstrzygnąć, czy to już właściwy moment. Upewnij się, że dziecko rozumie podstawowe zasady korzystania z telefonu, ale wcześniej – jasno je określ. Upewnij się, że dziecko nie widzi w telefonie przede wszystkim zabawki, która będzie je np. rozpraszała w szkole.

Porozmawiaj z dzieckiem

Twoje dziecko wchodzi w świat internetu lub jest w nim już od kilku lat. Od chwili upowszechnienia sieci, pomimo rozwoju zabezpieczeń technicznych, wiele problemów związanych z bezpieczeństwem dzieci w internecie wciąż pozostaje nierozwiązanych. Dzieci nadal są narażone na kontakt z niebezpiecznymi treściami, próby uwodzenia przez osoby o skłonnościach pedofilskich, próby wymuszenia określonych zachowań, przemoc rówieśniczą. Co więcej – w efekcie pojawiania się nowych technologii, upowszechniania nowych usług – powstają nowe zagrożenia. Zabezpieczenia techniczne po prostu za nimi nie nadążają. Dlatego też mogą być jedynie wsparciem dla rodziców i nigdy nie zastąpią ich uwagi i rozsądku. Dodatkowo – dziecko, a z czasem nastolatek, chce być coraz bardziej samodzielne, wymykając się kontroli rodziców. Jedynym sposobem, by potrafiło poradzić sobie z problemami w sieci, jest jego edukacja i wychowanie. To rolą rodziców jest nauczenie dziecka, jak bezpiecznie poruszać się w sieci, tak jak nauczenie bezpiecznego przechodzenia przez ulicę. Nikt nie jest w stanie przewidzieć, co dziecku może się przytrafić w internecie. Warto więc uczyć je samodzielności i zadbać, by wiedziało, jak unikać internetowych zagrożeń, a przede wszystkim – przekonać je, że zawsze może się do ciebie zwrócić w przypadku problemów.

- Rozmawiaj z dzieckiem, mów mu o zagrożeniach, na które może natrafić w internecie. Naucz je, jak może sobie poradzić, jeśli będzie miało kontakt ze szkodliwymi treściami lub nieprzyjemnym zachowaniem innego internauty. Zainteresowanie dorosłego daje dziecku poczucie bezpieczeństwa i wykształca dobre nawyki korzystania z sieci i sprzętu elektronicznego.
- Bardzo duże znaczenie ma to, w jaki sposób sam posługujesz się internetem i urządzeniami elektronicznymi. Jesteś dla swojego dziecka przykładem. Dobre przyzwyczajenia i nawyki w korzystaniu z komputera mają ogromne znaczenie dla rozwoju dziecka i sposobów korzystania z nowych technologii.

czajenia i nawyki w korzystaniu z komputera mają ogromne znaczenie dla rozwoju dziecka i sposobów korzystania z nowych technologii.

- Ustal z dzieckiem zasady korzystania z internetu. Powiedz mu, czego od niego oczekujesz. Ważne, by zasady korzystania z komputera były adekwatne do wieku dziecka.
- Stosuj programy filtrujące treści, zabezpieczenia w przeglądarkach i oprogramowanie kontroli rodzicielskiej. Pamiętaj również o odpowiednim zabezpieczeniu komputera przed złośliwym oprogramowaniem.
- Korzystajcie wspólnie z komputera – zawsze dziecko razem z rodzicem. Komputer nie może niczego dziecku zastępować: nie może być nagrodą, uspokajacem, być sposobem na nudę lub brak kontaktu z rodzicami.
- Warto przeglądać strony, z których może korzystać dziecko i sprawdzać, w jakie miejsca w sieci prowadzą.
- Nie traktuj sprzętu elektronicznego i internetu jako jedyne sposoby spędzania wolnego czasu przez twoje dziecko. Pomyśl o innych zajęciach, również tych ruchowych, w które warto angażować dziecko. Zadбай, by miało znajomych i spotykało się z nimi w realnym świecie.
- Rozmawiaj z dzieckiem o grach i stronach, z których korzysta. Wspólnie z nim odkrywaj możliwości nauki i zabawy, jakie oferuje internet. Na bieżąco oceniaj, co jest dla dziecka dobre, a co nie.
- Rozmawiaj o tym, co się dzieje online. Dziecko poznaje świat przez bezpośredni kontakt, towarzyszące temu słowa nadają mu znaczenie. Młodym ludziom często brakuje umiejętności oceny i selekcjonowania informacji znalezionych w sieci. Dzięki obecności rodziców i rozmowie z nimi dzieci mają możliwość uczenia się tego, co jest wiarygodne i sprawnego korzystania z zasobów online.
- Naucz dziecko zasady ograniczonego zaufania do osób, które spotykają w sieci. Jeśli zgadzasz się na kontakty dziecka z osobami poznanymi w internecie, monitoruj te znajomości. Reaguj na wszelkie podejrzane sytuacje. Zapewnij dziecko, że w sytuacji zagrożenia zawsze może liczyć na twoją pomoc.
- Jeśli jesteś świadkiem podejrzanej sytuacji, w której bierze udział twoje dziecko, rozmawiaj z nim, daj mu poczucie, że ma w tobie oparcie. Razem szukajcie najlepszego wyjścia. Nie zostawiaj dziecka sam na sam z jego problemami. Nawet tymi, które wydają ci się niepoważne, bo istnieją wyłącznie w internetowym świecie. Pamiętaj, że to tylko dziecko – może mu brakować dystansu nawet do tak błahych spraw, jak natrętne wpisy internetowego trolla.
- Umieść komputer w ogólnodostępnym miejscu, by wiedzieć, co robi twoje dziecko w internecie.
- Ustal czas, który wolno dziecku spędzić przy komputerze i konsekwentnie pilnuj przestrzegania tych ustaleń.

Bezpieczny adres, login i hasło

Login i hasło to najczęstsza metoda identyfikacji użytkowników w większości serwisów i usług internetowych. Zazwyczaj w procesie rejestracji do tych serwisów konieczne jest również podanie adresu e-mail. By uniknąć sytuacji, w której inne osoby przejmują dostęp do konta naszego dziecka (pocztowego, w serwisie społecznościowym, usłudze internetowej) lub są w stanie wywnioskować z pozornie błahych informacji sporo faktów związanych z dzieckiem, naucz je zasad tworzenia bezpiecznego adresu mailowego, loginu i hasła.

WAŻNE!

Ani adres mailowy dziecka, ani login do usług sieciowych nie powinny ujawniać informacji na temat dziecka – nie mogą zawierać imienia, nazwiska, informacji o wieku lub roku urodzenia ani innych prywatnych danych, pozwalających na zidentyfikowanie dziecka. W internecie dziecko powinno się posługiwać „nickiem”, czyli internetowym pseudonimem. To pod nim będą widoczne efekty jego aktywności w sieci.

Podobne zasady mają zastosowanie w przypadku tworzenia bezpiecznego hasła – nie należy w nim zawierać informacji, które mogą się kojarzyć z jego właścicielem (np. data urodzenia, imię, imię kogoś z rodziny, psa, nazwa ulubionego zespołu itd.). W takim wypadku byłoby ono bowiem łatwe do odgadnięcia przez każdego, kto zna twoje dziecko.

Pomagając dziecku przy wyborze hasła, weź również pod uwagę inne zastrzeżenia:

- Hasło nie powinno być wyrazem słownikowym. Podstawianie wyrazów ze słownika jest jedną z podstawowych metod ataku internetowych włamywaczy.
- Im więcej znaków w hasle, tym lepiej. Minimum to 8 znaków, dodanie każdego kolejnego znacznie wydłuża czas konieczny na jego złamanie. Nie powinny to być tylko litery, warto wykorzystać zarówno cyfry, duże litery, jak i znaki typu: !, @, #, \$, %, ^, &, *, *, (.
- Nie należy używać jednego hasła do różnych serwisów. Jego złamanie otworzy dostęp do całej tożsamości internetowej dziecka.

Jednym ze sposobów na skonstruowanie silnego hasła, które będzie łatwo zapamiętać, jest wymyślenie zdania na swój temat i stworzenie skrótu z pierwszych liter każdego z wyrazów, np. *Bardzo lubię chodzić na basen, kiedy jest ciepło*. Uzyskamy wtedy: blcnbkjc. Jeśli zastąpimy część liter podobnymi do nich cyframi, uzyskamy „8lcn6kjc”, a jeśli dodamy do niego jeszcze znaki specjalne (np. 8lcn6,kjc) otrzymamy hasło, którego złamanie wymaga wielokrotnie więcej czasu (w tym przypadku ponad 12 dni w porównaniu z 52 sekundami wobec hasła podstawowego, howsecureismypassword.net).

WAŻNE!

Nawet najbardziej złożone hasło nie ochroni konta, jeśli jego użytkownik sam je zdradzi. Przekaż dziecku, że nie powinno hasła nigdzie notować, a przede wszystkim – nie powinno się nim dzielić ze swoimi znajomymi, nawet najbardziej zaufanymi, nawet w dowód przyjaźni.

Zdarza się, że hasło zostanie zapomniane. Pomagając dziecku w rejestracji w danym serwisie, zadбай o bezpieczne procedury odzyskiwania lub resetowania hasła: podanie aktualnego adresu e-mail, do którego dostęp ma wyłącznie użytkownik hasła, wymyślenie pytania pomocniczego, na które tylko konkretny użytkownik będzie znał odpowiedź.

WAŻNE!

Naucz dziecko, by po zakończeniu korzystania z danego serwisu ZAWSZE się z niego wylogowywało i nie zaznaczało opcji zapamiętywania hasła przez przeglądarkę, przede wszystkim na ogólnodostępnych komputerach.

Serwisy społecznościowe

Portale społecznościowe (m.in. Facebook, NK, Twitter, Ask.fm) są obecnie jednymi z najpopularniejszych wśród dzieci i młodzieży serwisów internetowych. Toczy się na nich poważna część życia towarzyskiego rówieśników twojego dziecka, prawdopodobnie również ono w nim uczestniczy. Serwisy te wymagają jednak szczególnej uwagi, gdyż ich specyfika stwarza zagrożenia dla bezpieczeństwa dzieci, chociażby ze względu na łatwość dotarcia do treści niekoniecznie przeznaczonych dla najmłodszych.

Jeżeli nie korzystasz z serwisów społecznościowych, poproś dziecko, by pokazało ci, jak działają te, z których ono korzysta. Łatwiej będzie wam wtedy rozmawiać o związanych z nimi zasadach bezpieczeństwa, a dodatkowo twoje dziecko poczuje się dostrzeżone i docenione.

Popularne serwisy społecznościowe nie są przeznaczone dla najmłodszych dzieci. Obowiązująca np. na Facebooku granica 13 lat wydaje się rozsądnym minimum, mimo to korzystanie z serwisów tego typu deklaruje duża część dzieci nawet z początkowych klas szkoły podstawowej. Jeżeli jest wśród nich i twoje dziecko, spróbuj skierować jego uwagę na inne formy aktywności online, bardziej adekwatne do wieku, np. serwis Sieciaki.pl (więcej o Sieciakach na str. 60). Razem możecie też ustalić, kiedy będzie odpowiedni czas na korzystanie z serwisów społecznościowych.

Jeżeli zgadzasz się na korzystanie przez dziecko z serwisów społecznościowych, zawnazasu ustal z nim zasady bezpieczeństwa.

- Profil dziecka nie może być profilem otwartym, dostępnym dla wszystkich. W niektórych serwisach jest to ustawienie domyślne. Zmiany można dokonać w zakładce „ustawienia prywatności”, należy wybrać jego widoczność tylko dla bliskich znajomych.
- Ustal z dzieckiem, jakie informacje na swój temat może zamieścić na profilu. Nie należy publikować informacji ułatwiających zidentyfikowanie dziecka, w tym adresu domowego, nazwy i adresu szkoły.
- Profil powinien być zabezpieczony silnym hasłem (str. 16), przypomnij dziecku o konieczności trzymania go w tajemnicy, nawet przed najbliższymi znajomymi. Jego ujawnienie może oznaczać utratę przez twoje dziecko internetowej tożsamości i próby podszywania się pod nie – na przykład publikowania złośliwych, wymierzonych w inne osoby wpisów.
- Ostrzeż dziecko przed dodawaniem do grona znajomych osób, których nie zna osobiście. Nie powinno również wysyłać do takich osób zaproszeń do grona znajomych.
- Porozmawiaj z dzieckiem o zdjęciach i filmach, które publikuje na profilu, powinno unikać zdjęć ośmieszających (siebie i innych), o charakterze erotycznym lub seksualnym, wszelkich, które mogą być wykorzystane przeciwko dziecku. Naucz dziecko korzystania z funkcji udostępniania zdjęć tylko konkretnym osobom.
- Zwróć uwagę dziecka na zamieszczane przez nie komentarze lub statusy. Nie mogą być wulgarne, obrażające lub w inny sposób kogoś krzywdzące.
- Nadmierne korzystanie z serwisów społecznościowych może prowadzić do uzależnienia. Ustal z dzieckiem limit czasu na korzystanie z portali tego typu.
- Przekaż dziecku, że powinno ignorować i usuwać wszelkie internetowe zaczepki, ataki lub złośliwości pod swoim adresem, a w przypadku gdy się powtarzają – zgłosić je moderatorowi serwisu. Reagowanie na nie agresją prowadzi jedynie do ich eskalacji.
- Przekonaj dziecko, że powinno cię informować o wszystkich niepokojących sytuacjach.

WAŻNE!

Naucz dziecko zasady ograniczonego zaufania do osób poznawanych w sieci i przekonaj je, że liczba znajomych w serwisach społecznościowych nie jest wyznacznikiem jego wartości.

WAŻNE!

Zwróć uwagę dziecka na konsekwencje nieodpowiedzialnego publikowania materiałów w internecie – te bliskie i te odległe. Lekko-myślnie zamieszczenie w sieci np. ośmieszającego je zdjęcia lub filmu może natychmiast spowodować lawinę złośliwych komentarzy. To samo zdjęcie może również zostać odnalezione w sieci po latach, czyniąc dużo złego w dorosłym już życiu twojego dziecka.

Blogi/wideoblogi

Blog, czyli serwis internetowy zawierający przemyślenia, osobiste lub tematyczne (moda, kuchnia) wpisy, samodzielnie przygotowane materiały wideo lub zdjęcia, to częsta forma ekspresji młodych internautów. Może być ciekawą formą prezentowania i rozwijania pasji dziecka. Tym bardziej trzeba zadbać o jego bezpieczeństwo.

- Zapoznaj się z serwisem, na którym dziecko prowadzi lub planuje prowadzić blog, sprawdź, czy udostępnia on regulamin, informuje o polityce prywatności.
- Porozmawiaj z dzieckiem o tym, jakie materiały może bezpiecznie publikować na blogu. Zwróć szczególną uwagę na prywatne zdjęcia i filmy. Z młodszym dzieckiem możesz się umówić, że każdorazowo będziesz akceptował materiały przed ich publikacją.
- Zwróć uwagę dziecka, by nie podawało na blogu nazbyt prywatnych informacji dotyczących jego i bliskich osób (przede wszystkim danych osobowych).
- Porozmawiaj z dzieckiem o szanowaniu praw autorskich związanych z materiałami, które decyduje się publikować online.

WAŻNE!

Zaglądaj regularnie na blog prowadzony przez dziecko. Docień jego inicjatywę, reaguj na niepokojące treści i sytuacje.

Cyberprzemoc

Cyberprzemoc (cyberbullying), czyli przemoc z użyciem internetu i telefonów komórkowych (często rówieśnicza), to jedno z poważniejszych i bardziej powszechnych zagrożeń, z jakimi mogą mieć kontakt młodzi internauci, szczególnie w wieku gimnazjalnym. To na przykład publikowanie ośmieszających filmów i zdjęć, wulgarne i ośmieszające komentarze, włamanie na konta w serwisach społecznościowych, nękanie telefonami i SMS-ami oraz cały szereg intryg i ataków w sieci.

Przemoc w sieci często występuje równolegle z tradycyjną przemocą rówieśniczą, ale specyfika sieci (zasięg, możliwość pozornie anonimowego działania sprawcy) powoduje, że nawet błaha sytuacja może się stać dla dziecka bardzo poważnym doświadczeniem. W skrajnych przypadkach akty cyberprzemocy mogą prowadzić do załamania nerwowego ofiary, a nawet do prób samobójczych.

Porozmawiaj z dzieckiem na temat podstawowych zasad reagowania wobec cyberprzemocy:

- Powiedz dziecku, że jeśli padnie ofiarą przemocy w sieci, powinno się natychmiast zwrócić do ciebie lub innej zaufanej osoby dorosłej (nauczyciel, pedagog szkolny).
- Przekonaj je, że nie powinno odpowiadać na cyberprzemoc przemocą, doprowadzi w ten sposób do jej eskalacji.
- Pokaż dziecku, jak może poinformować moderatora serwisu o nadużyciu (przycisk „Zgłoś nadużycie”).
- Pokaż dziecku, jak zabezpieczyć dowody cyberprzemocy (zapisanie e-maili, zrzutów ekranu z agresywnymi komentarzami w serwisach społecznościowych, natrętnych SMS-ów, więcej str. 59).
- Przekaż dziecku, że jako świadek cyberprzemocy powinno reagować: udzielić wsparcia ofierze, poinformować o sytuacji osobę dorosłą.
- Przekonaj dziecko, że nigdy nie powinno popierać przemocy (np. poprzez udostępnienie krzywdzących materiałów, klikanie „Lubię to!” czy przyłączanie się do złośliwych komentarzy).
- Sprawdź, czy w szkole twojego dziecka została wprowadzona polityka bezpieczeństwa dzieci w internecie, również w kontekście cyberprzemocy.
- Jeśli nie wiesz, jak rozwiązać problem związany z cyberprzecią, zwróć się do konsultantów Helpline.org.pl (tel. 800 100 100, www.helpline.org.pl, więcej str. 59).

WAŻNE!

Reaguj na przejawy cyberprzemocy i naucz dziecko, jak powinno na nie reagować. Nigdy nie bagatelizuj tego problemu. Cyberprzemoc może mieć dramatyczne skutki, zwłaszcza w sytuacji pozostawienia dziecka bez należytego wsparcia. Kategoriecznie przestrzeż je przed angażowaniem się w cyberprzemoc w roli sprawcy.

Niebezpieczne kontakty

Dzieci samodzielnie korzystające z internetu są narażone na kontakty z obcymi osobami, m.in. za pośrednictwem czatów, komunikatorów, poczty elektronicznej, serwisów społecznościowych. Nie wszyscy użytkownicy sieci mają uczciwe intencje – dziecko może paść ofiarą próby wyłudzenia danych osobowych, kradzieży lub stać się źródłem informacji o bliskich, co może ułatwić popełnienie przestępstwa przeciwko nim.

Zagrożeniem są również osoby próbujące zainteresować je niebezpiecznymi treściami (np. pornografią), zachowaniami (np. obrót narkotykami) lub ideami (np. faszyzmem, sektami).

Bardzo poważnym zagrożeniem są również próby uwodzenia dzieci w internecie, których celem jest doprowadzenie do spotkania z dzieckiem i/lub pozyskania od niego materiałów o charakterze erotycznym. Sprawcy uwodzenia w sieci często wprowadzają dzieci w błąd, fałszując swoją tożsamość, szantażują dzieci pozyskanymi materiałami lub zapisami intymnych rozmów.

WAŻNE!

Przekonaj dziecko, że nie wszyscy w internecie są tymi, za których się podają, powinno więc stosować zasadę ograniczonego zaufania do wszystkich osób poznanych w sieci.

- Młodsze dzieci powinny mieć ograniczony dostęp do serwisów komunikacyjnych, korzystać z nich jedynie w obecności rodziców.
- Uświadom dziecku, jakie możliwości manipulacji daje internet i jakie intencje mogą mieć obce osoby próbujące nawiązać z nim kontakt.
- Przekaż dziecku, żeby kontaktowało się online jedynie z osobami, które zna spoza sieci. W przypadku nowych znajomości ustal z dzieckiem, że cię o nich poinformuje.
- Przestrzeż dziecko przed przyjmowaniem w serwisach społecznościowych zaproszeń do grona znajomych od osób nieznanych.
- Zwróć uwagę dziecka, by w kontaktach online z nieznanymi nie przysyłało prywatnych informacji i materiałów (zdjęć, filmów).
- Ustal z dzieckiem kategorię zakaz przesyłania w sieci materiałów o charakterze seksualnym. Wyjaśnij mu, jakie wiążą się z tym zagrożenia (str. 22).
- Przypomnij dziecku, że w sytuacji niepewności lub zagrożenia ze strony kogokolwiek w sieci zawsze powinno się do ciebie zwrócić o pomoc.

Zwróć uwagę dziecka na zagrożenia związane ze spotkaniami z osobami poznanymi w sieci:

- W przypadku młodszych dzieci najbezpieczniej jest całkowicie wykluczyć spotkania z osobami znanymi jedynie z internetu. W przypadku dzieci starszych, spotkania takie mogą się odbywać jedynie zgodnie z ustalonymi zasadami, pod ścisłym nadzorem rodziców.
- Ustal z dzieckiem, że informuje cię o każdej propozycji spotkania otrzymanej od osoby poznanej w sieci.
- Uzgodnijcie, że do spotkania może dojść jedynie za zgodą rodziców.

- Ustal z dzieckiem zasady bezpiecznego spotkania z osobą poznaną w sieci:
 - dziecku powinna towarzyszyć zaufana osoba dorosła lub (w przypadku starszych dzieci) przynajmniej znajomi rówieśnicy,
 - spotkanie powinno się odbyć w ciągu dnia w miejscu publicznym.

WAŻNE!

Już samo nawiązywanie przez osobę dorosłą w internecie kontaktów z dzieckiem, których celem jest doprowadzenie do spotkania i wykorzystania seksualnego lub pozyskanie od dziecka materiałów pornograficznych, jest przestępstwem. Zawsze kiedy podejrzewasz, że twoje dziecko padło ofiarą uwodzenia, poinformuj o tym policję.

Sexting i kamerki internetowe

W przypadku sextingu (zjawiska polegającego na przesyłaniu osobistych zdjęć i filmów o charakterze seksualnym za pośrednictwem telefonu i internetu, więcej str. 11), zdarza się, że intymne zdjęcia trafiają do sieci – czasami wbrew intencjom ich odbiorcy, czasami w formie zemsty lub szantażu. W każdym z tych przypadków – jeśli już zostaną rozpowszechnione – ich usunięcie może się okazać niemożliwe.

Podobnym zagrożeniem wobec dzieci są serwisy internetowe oferujące transmisję na żywo – dla pojedynczego odbiorcy lub wielu widzów. Część z nich specjalizuje się w pokazach erotycznych, część umożliwia zarabianie pieniędzy osobom występującym przed kamerą internetową. Ryzykowne zachowania dziecka przed kamerą internetową (zazwyczaj jedynym zabezpieczeniem przed dostępem osób nieletnich do tego typu serwisów jest deklaracja użytkownika, że ukończył 18 lat) mogą wynikać z odkrywania własnej seksualności, chęci zysku lub prowokacji ze strony widowni, która komentując to, co dzieje się na ekranie i nagradzając autora transmisji realnymi pieniędzmi, ma możliwość wymuszania konkretnych zachowań, również o charakterze seksualnym. Grono odbiorców tego typu pokazów nie musi się ograniczać do odbiorców transmisji na żywo, mogą one zostać zarejestrowane w postaci filmu lub zrzutów ekranu.

WAŻNE!

Naucz dziecko, żeby pod żadnym pozorem nie wysyłało ani nie publikowało w sieci zdjęć i filmów nago lub o charakterze seksualnym. Rozmawiaj z dzieckiem o seksualności i zagrożeniach związanych z upublicznianiem intymnych zdjęć.

Gry

Gry komputerowe są dla dzieci i młodzieży stałym elementem spędzania wolnego czasu. Większość młodych użytkowników gra, przynajmniej od czasu do czasu. Rodzice, nie wiedząc zbyt wiele na temat gier, mogą się niepokoić ich rolą w życiu dzieci. Duża część gier jest przeznaczona dla nastolatków, a czasem wyłącznie osób pełnoletnich, ponieważ zawiera niebezpieczne treści – związane z przemocą, erotyką lub pornografią. W przypadku gier umożliwiających rozgrywkę w sieci pojawia się dodatkowo ryzyko niebezpiecznych kontaktów i cyberprzemocy. Wiele gier jest bardzo wciągających – wiąże się z nimi ryzyko uzależnienia.

Jednocześnie gry komputerowe mogą być dla dziecka pozytywnym doświadczeniem – rozwijają umiejętności manualne, ćwiczą koncentrację, uczą pracy w zespole, a gry edukacyjne w atrakcyjny sposób poszerzają wiedzę dziecka.

WAŻNE!

Podstawą bezpieczeństwa młodych graczy jest dobór gier odpowiednich do wieku dziecka, ustalenie z nim zasad korzystania z gier oraz konsekwentne ich egzekwowanie.

Zanim twoje dziecko zacznie grać:

- Znajdź grę odpowiednią dla jego wieku. Możesz się oprzeć na systemie oznaczeń PEGI (str. 24) i/lub opisie danej gry w internecie. Przekonać się, z czym będzie miało kontakt dziecko, możesz również, oglądając fragmenty gry w serwisie www.youtube.com.
- Towarzysz dziecku w czasie gry.
- Spróbuj rozmawiać z dzieckiem o grach – co jest w nich najbardziej interesujące, a co może być nieodpowiednie. Zwracaj uwagę, jakie zachowania są nagradzane/promowane w grze i rozmawiaj o tym z dzieckiem. Zagrożenia płynące z gier komputerowych często są związane z treściami, z którymi dziecko ma kontakt. Rozmawiajcie o tym, co widzi, jak to odbiera. U graczy często następuje proces zobojętnienia na brutalne zachowanie – zabijanie, kradzieże, wulgarny język. Często angażowanie się w przemoc jest warunkiem przejścia do następnego poziomu gry. Regularnie powtarzanie agresywnych zachowań modeluje i wzmacnia taką postawę.
- Ustal z dzieckiem zasady, m.in. czas, który może poświęcać na grę, porę dnia.
- Przypomnij dziecku, żeby podczas interakcji z innymi graczami nie podawało prywatnych informacji na swój temat i przestrzegało zasad netykiety. Możliwość wspólnego grania i komunikowania się z innymi użytkownikami oznacza kontakt z nieznanymi osobami.
- Zwróć uwagę dziecka, by w przypadku gier sieciowych nie ujawniało innym loginu i hasła, np. z prośbą o pokonanie trudniejszego etapu gry.

- Dodatkowe oprogramowanie, rozszerzenie gry, możliwość grania online może zmienić klasyfikację wiekową wybranej pozycji.
- Zachęć dziecko do mówienia o niepokojących zdarzeniach w sieci i zapewnij je, że może się zwrócić do ciebie w trudnej sytuacji.

Młodsze dzieci powinny korzystać z gier pod okiem rodziców. Starszym dzieciom również należy od czasu do czasu towarzyszyć podczas grania. Może się to okazać ciekawym doświadczeniem i pozwolić na zaobserwowanie, czy nie dzieje się nic niepokojącego.

Więcej o grach na konsole i ich zabezpieczeniach technicznych – str. 54.

WAŻNE!

Reaguj, jeżeli zauważysz, że granie negatywnie wpływa na zachowanie dziecka. Zwróć uwagę na ewentualne symptomy uzależnienia (str. 26).

System PEGI

PEGI to ogólnoeuropejski system klasyfikacji gier (*Pan-European Game Information*, <http://www.pegi.info/pl/>) odnoszący się do wieku graczy, informujący o charakterze treści zawartych w grach komputerowych i wideo oraz aplikacjach. Klasyfikacja PEGI pomaga w podjęciu decyzji o zakupie gry dostosowanej do wieku gracza. Oznaczenia odnoszą się do treści zawartych w produkcie (nie jest to informacja o poziomie trudności czy wymaganych umiejętnościach). I tak np. oznaczenie „16” informuje, że jest to gra odpowiednia dla osób powyżej 16 roku życia.



Z kolei piktogramy informują o charakterze zawartości, np. przemocy czy wulgarnym słownictwie.



Wulgarny język. W grze jest używany wulgarny język.



Dyskryminacja. Gra pokazuje przypadki dyskryminacji lub zawiera materiały, które mogą do niej zachęcać.



Narkotyki. W grze pojawiają się nawiązania do narkotyków lub jest pokazane zażywanie narkotyków.



Seks. W grze pojawiają się nagość i/lub zachowania seksualne, lub nawiązania do zachowań o charakterze seksualnym.



Strach. Gra może przestraszyć młodsze dzieci.



Przemoc. Gra zawiera elementy przemocy.



Hazard. Gry, które zachęcają do uprawiania hazardu lub go uczą.



Online. Gra, w którą można grać online.

System ten jest stosowany i uznany w całej Europie.

Nadużywanie internetu i telefonów

Internet i komputer mogą uzależniać. Dostęp do ogromnej ilości informacji, rozrywki, rywalizacja z innymi graczami, łatwy kontakt ze znajomymi powodują, że część użytkowników internetu traci kontrolę i zaczyna szukać coraz silniejszych bodźców. Najczęściej młodzi ludzie nadużywają gier, serwisów społecznościowych oraz serwisów pornograficznych.

O uzależnieniu można mówić, kiedy spełnione są dwa podstawowe warunki:

1. Czas spędzany w internecie i intensywność poszukiwanych doznań wymykają się spod kontroli.
2. Korzystanie z sieci prowadzi do zaniedbywania innych aspektów życia, nawet potrzeb fizjologicznych, powoduje cierpienie – osoby uzależnionej bądź osób z jej otoczenia.

By zapobiec patologicznemu używaniu internetu i komputera, ustal z dzieckiem zasady korzystania z mediów elektronicznych dostosowanych do jego wieku.

- Uzgodnij czas, jaki dziecko może poświęcić na korzystanie z mediów elektronicznych i porę dnia na to przeznaczoną. W przypadku dzieci w wieku wczesnoszkolnym i młodszych nie powinno to być więcej niż godzina dziennie.

- Ustal z dzieckiem, z jakich serwisów może korzystać, wybierzcie te, które są dostosowane do jego wieku. Skieruj jego uwagę na pozytywne zastosowania sieci.
- Zainteresuj dziecko formami aktywności niezwiązanymi z mediami elektronicznymi.
- Wykorzystaj oprogramowanie filtrujące i programy kontroli rodzicielskiej, pamiętaj jednak, że dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym powinny korzystać z sieci pod okiem rodziców.

Zastanów się, czy twoje dziecko nie nadużywa sieci. Występowanie u niego nawet kilku spośród poniższych objawów nie musi świadczyć o uzależnieniu, ale na pewno jest sygnałem do wzmożonego zainteresowania:

- spędza przy komputerze coraz więcej czasu kosztem innych zainteresowań,
- z powodu aktywności w internecie zaniedbuje obowiązki rodzinne i szkolne,
- pojawiają się konflikty rodzinne na tle używania komputera lub internetu,
- pojawiają się kłamstwa dotyczące czasu, jaki spędza w internecie,
- podejmowane próby ograniczenia czasu online są nieudane, reaguje rozdrażnieniem lub nawet agresją, gdy korzystanie z komputera jest utrudnione lub niemożliwe.

Jeśli podejrzewasz, że dziecko nadużywa internetu lub mediów elektronicznych:

1. Nazwij problem. Porozmawiaj z dzieckiem, powiedz mu, co niepokojącego widzisz w jego zachowaniu.
2. Przyjrzyj się sytuacjom, w których dziecko ucieka w internet lub sięga po elektroniczne gadzety. Wspólnie z dzieckiem poszukaj alternatywy, np. działań, które sprawiają mu równie dużo przyjemności lub w podobny sposób pomagają odreagować negatywne emocje.
3. Ustalcie harmonogram dnia, by zrównoważyć czas spędzany przez dziecko w sieci i poza nią.
4. Ustalcie zasady i etapy ograniczania korzystania z internetu. Warto wraz z dzieckiem omówić stopniowe ograniczenie czasu przed monitorem.
5. Nagradzaj sukcesy w ograniczaniu czasu spędzanego w internecie.
6. Jeśli dziecko korzysta z internetu lub komputera w sposób, który zagraża jego zdrowiu i/lub życiu (np. zaniedbuje podstawowe potrzeby fizjologiczne), odłącz internet, wyłącz komputer, ale wyjaśnij dziecku przyczyny tych ograniczeń. Dziecko poczuje się bezpieczniej, gdy będzie znało twoje intencje.

WAŻNE!

W skrajnych przypadkach nadużywanie internetu i komputera może się okazać poważnym problemem, wymagającym profesjonalnej pomocy. Szukaj jej u pedagoga lub psychologa szkolnego oraz specjalistów w poradniach uzależnień.

Zakupy w internecie

Dzieci coraz częściej samodzielnie dokonują transakcji w sieci. Co prawda, z wszystkich praw konsumenta dziecko zacznie korzystać wraz z ukończeniem 18 roku życia, jednak w wieku 13-18 lat może samodzielnie kupować drobne towary, takie jak książki, prasa, żywność.

Poważna część płatności w internecie odbywa się w oparciu o karty kredytowe. Niektórzy rodzice dla własnej wygody podają dzieciom numer swojej karty. To ryzykowna praktyka, mogąca narazić ich na poważne konsekwencje finansowe. Problemem mogą być nie tylko nadmiar i kwoty transakcji dokonanych przez dziecko, ale również ryzyko kradzieży numeru karty.

WAŻNE!

Nie udostępniaj dziecku numeru swojej karty kredytowej. Sprawdź wiarygodność ewentualnej transakcji i sam wprowadź niezbędne dane. Sprawdź, czy dane karty nie zostały zapamiętane przez aplikację, dzięki której dokonałeś płatności.

Część banków udostępnia nieletnim klientom karty płatnicze typu *prepaid*, które są zasilane przed transakcją, np. z konta rodziców. Jeśli zgadzasz się, by dziecko mogło dokonywać zakupów online, rozważ wyposażenie go w taką kartę.

Coraz częściej specjalne usługi dla niepełnoletnich użytkowników udostępniają też serwisy internetowe, np. konto Junior w serwisie aukcyjnym Allegro, o ograniczonej wysokości transakcji oraz wykluczające pewne kategorie towarów (erotyka, samochody, broń itp.).

Porozmawiaj z dzieckiem o podstawowych zasadach zachowania bezpieczeństwa w transakcjach online:

- Naucz dziecko, że dane karty płatniczej oraz loginy i hasła do serwisów transakcyjnych w sieci powinno utrzymywać w tajemnicy, nawet przed najbliższymi znajomymi.
- Pokaż dziecku, jak można zweryfikować wiarygodność sprzedawców:
 - zapoznając się z regulaminem sklepu,
 - sprawdzając, jak długo działa sklep,
 - zasięgając opinii znajomych,
 - czytając opinie kontrahentów,
 - sprawdzając liczbę pozytywnie zrealizowanych transakcji.

Opisy przedmiotów sprzedawanych w sklepach internetowych lub na portalach aukcyjnych często nie są wiarygodne. Naucz dziecko weryfikowania informacji marketingowych. Zwróć jego uwagę na fakt, że nawet prywatne komentarze na temat danego produktu mogą być manipulacją marketingową.

Oszustwa sieciowe

Pozwalając dziecku na dysponowanie pieniędzmi w sieci, zwróć jego uwagę na popularne oszustwa sieciowe.

- Fałszywe e-maile z prośbą o pomoc (choremu dziecku, bezdomnym zwierzętom itp.) lub zawierające ofertę wyjątkowo korzystnej transakcji. Zazwyczaj adresat proszony jest o przesłanie pieniędzy na wskazany numer konta.
- Nierzetelne transakcje. Zdarza się, że zakupiony towar nie dociera do nabywcy lub nie jest zgodny z opisem, a jego wartość jest istotnie niższa niż spodziewana.
- Kradzież numerów kart płatniczych, loginów i haseł do systemów bankowych lub serwisów aukcyjnych (*phishing*). Zazwyczaj polega ona na stworzeniu fałszywej strony, łudząco podobnej do strony np. banku, na którą ofiara próbuje się załogować, podając poufne dane. Może również polegać na rozsyłaniu maili udających oficjalną korespondencję (np. z banku) z prośbą o podanie poufnych informacji.
- Wyłudzenia. Złodzieje w sieci biorą czasem na cel dzieci, wykorzystując ich naiwność. Na przykład pod pretekstem uruchomienia nowych funkcji w grze proszą o podanie poufnych danych, w ten sposób je pozyskując.

WAŻNE!

Zdecydowana większość stron, na których dokonywane są płatności online, posługuje się protokołem szyfrującym przekazywane dane (HTTPS, znak kłódki w polu adresu). Brak tego bezpiecznego protokołu powinien wzbudzić podejrzenia co do rzetelności sprzedawcy.

Plagiat

Obecne pokolenie dzieci i młodzieży nazywane jest pokoleniem „kopiuj, wklej”. I rzeczywiście, metoda ta znajduje częste zastosowanie, chociażby w trakcie odrabiania prac domowych. Wiele popularnych serwisów udostępnia gotowe wypracowania i inne teksty pomocnicze. Przedmiotem bezprawnego wykorzystywania są również zdjęcia, grafiki i filmy.

Naucz dziecko poszanowania cudzej własności intelektualnej i przestrzeż je przed kopiowaniem prac domowych z sieci.

- Pokaż dziecku, jak poszukiwać w sieci materiałów i jak wykorzystywać je do przygotowania samodzielnych opracowań.
- Naucz dziecko, jak należy cytować fragmenty cudzych tekstów i jak wskazywać źródła oryginalnych tekstów.
- Uświadom dziecku, jakie konsekwencje może ponieść, posługując się plagiatem i jakie są możliwości zweryfikowania oryginalności tekstów.
- Zadbaj, by zadania domowe dziecka były jego własną pracą.

Netykieta

W sieci, tak jak i poza nią, uczciwość i zasady kulturalnego zachowania obowiązują wszystkich. Zwróć na to uwagę swojego dziecka, bo poczucie anonimowości i brak bezpośredniego kontaktu z odbiorcą powodują, że dzieci łatwiej łamią te zasady w internecie, niż w świecie rzeczywistym.

Netykieta nie jest jednym ogólnie przyjętym kodeksem zasad, zmienia się wraz z internetem. Przekaż dziecku kilka najbardziej podstawowych reguł:

- Komunikuj się kulturalnie i bez używania wulgaryzmów.
- Pisz z sensem i na temat.
- Nie pisz wiadomości wielkimi literami.
- Jeżeli stosujesz emotikony, rób to z umiarem.
- Nie wysyłaj spamu i „łańcuszków szczęścia”.
- Nie przesyłaj e-mailem zbyt ciężkich załączników. Duże pliki można przekazać, używając np. wirtualnych dysków.
- Nie zamieszczaj w sieci „ciężkich” grafik.
- Nie publikuj cudzych materiałów bez podania źródła lub wbrew ich licencji.
- Nie upubliczniaj adresów odbiorców maila pisanego do kilku osób (korzystaj z pola UDW – „ukryte do wiadomości”).
- Nie zadawaj na forach pytań, które już zostały zadane, nie otwieraj diskutowanych wcześniej wątków (korzystaj z wyszukiwarki).

Wiarygodność informacji

Młodzi ludzie są z natury łatwowierni i często bezkrytycznie podchodzą do informacji znalezionych w sieci. Tymczasem obok treści wartościowych można znaleźć w internecie informacje nierzetelne, przekłamania historyczne, błędnie prezentowane ustalenia naukowe, a także trafić na teksty promujące nietolerancję, gloryfikujące faszyzm, niezdrowy tryb życia (anoreksja i inne), umniejszające szkodliwość używek lub propagujące błędne praktyki medyczne.

Naucz dziecko zasady ograniczonego zaufania do treści dostępnych online. Naucz je również weryfikowania rzetelności informacji dostępnych w internecie.

- Pokaż dziecku, jak poszukiwać informacji w sieci. Naucz je metod zaawansowanego wyszukiwania.
- Naucz dziecko weryfikowania treści poprzez porównywanie informacji z różnych źródeł.
- Zwróć uwagę dziecka na fakt, że blogi i inne fora wymiany opinii prezentują subiektywne poglądy ich autorów i obarczone są wysokim ryzykiem nierzetelności.

- Pokaż dziecku sprawdzone serwisy, które uznajesz za wiarygodne.
- Zwróć uwagę dziecka na treści marketingowe, które mogą sprawiać wrażenie obiektywnych informacji.
- Przekonaj dziecko, by w sytuacji wątpliwości co do wiarygodności znalezionych w sieci treści zwróciło się do ciebie o pomoc.

Jak zweryfikować wiarygodność informacji na stronie internetowej?

By ocenić wiarygodność informacji zamieszczonych na stronie internetowej, warto odpowiedzieć sobie na pytania:

- Czy na stronie dostępne są dane kontaktowe prowadzącej ją firmy lub osoby?
- Czy strona publikuje daty aktualizacji?
- Czy strona udostępnia regulamin?
- Czy podano imię i nazwisko autora tekstu? Czy wpisanie go do wyszukiwarki przynosi dodatkowe informacje na temat autora?
- Czy autor tekstu reprezentuje konkretną organizację/institucję? Czy jego powiązania z daną organizacją mogą mieć (pozytywny lub negatywny) wpływ na tekst?
- Czy podane informacje poparte są dowodami?
- Czy cytaty i odnośniki, definicje są opatrzone źródłami? Czy można je zweryfikować?

Publikowanie zdjęć dzieci w sieci

Popularność serwisów społecznościowych i repozytoriów fotograficznych powoduje, że rodzice bezrefleksyjnie zamieszczają w sieci zdjęcia swoich pociech. Publikowanie zdjęć przedstawiających dziecko może być dla niego zagrożeniem, szczególnie jeżeli przedstawione jest na nich nago lub w niezręcznych sytuacjach. Nawet po latach takie materiały mogą się dostać w niepożądane ręce i przyczynić się do skompromitowania dziecka. W przypadku zdjęć nagiego lub prawie nagiego dziecka problemem może być również zainteresowanie takimi materiałami pedofilów.

WAŻNE!

Przed zamieszczeniem zdjęcia dziecka w internecie zastanów się, czy nie będzie to dla niego w przyszłości źródłem wstydu i zakłopotania.

Jeżeli decydujesz się na publikowanie zdjęć lub filmów przedstawiających twoje dziecko, pamiętaj o następujących zasadach:

- Nie publikuj materiałów z nagim dzieckiem lub ubranym jedynie w bieliznę.
- Nie publikuj materiałów przedstawiających dzieci w intymnych lub niezręcznych sytuacjach (np. w toalecie, podczas czynności pielęgnacyjnych).

- Nie rejestruj i nie publikuj materiałów ośmieszających dzieci (w przebraniu, przeklinających, opatrzonych „zabawnymi” opisami).
- Profil, na którym publikowane są materiały, ustaw jako zamknięty (nieдоступny dla osób nieznanym).
- Każdorazowo w „ustawieniach” oznaczaj dostępność zdjęcia jako np. widoczne tylko dla rodziny i najbliższych znajomych.
- Nie podpisuj zdjęć imieniem i nazwiskiem dziecka.

WAŻNE!

Fascynacja portalami społecznościowymi powoduje, że rodzice zakładają swoim pociechom profile już w wieku niemowlęcym. To niezgodne z regulaminem większości tego typu serwisów, przede wszystkim jednak – to narażanie bezpieczeństwa dziecka i jego prywatności na niepotrzebne ryzyko.

Zdrowie

Nadmierne korzystanie z mediów elektronicznych przez dzieci i młodzież może mieć negatywny wpływ na ich zdrowie. Spędzanie godzin przed komputerem, w pozycji zaprzeczającej zasadom ergonomii i w złych warunkach oświetleniowych, może spowodować:

- skrzywienie kręgosłupa,
- zanik mięśni,
- zwyrodnienie stawów (np. zespół cieśni nadgarstka, będący efektem długotrwałego używania myszy),
- otyłość,
- choroby wzroku (np. zespół suchego oka, wynikający z mniejszej częstości mrugania przed ekranem komputera).





Ustal z dzieckiem pory korzystania z komputera, maksymalny dzienny czas, jaki może spędzić przy komputerze i innych mediach, czas jednorazowej sesji. Zadbaj o dobrze zorganizowane stanowisko komputerowe dziecka:

- Biurko powinno być dostosowane do wysokości dziecka, ekran powinien znajdować się na poziomie wzroku dziecka.
- Dziecko powinno siedzieć bokiem lub przodem do pokoju.
- Światło dzienne i/lub sztuczne (lampa) nie powinno padać wprost na monitor.
- Krzesło powinno być stabilne, obrotowe, wyposażone w kółka, z regulowaną wysokością oparcia i siedziska.
- Podłokietniki powinny być ustawione na tej samej wysokości co dłonie, aby przedramię mogło być ułożone poziomo.

Zdrowie a urządzenia mobilne

Co prawda, badania nie rozstrzygają jednoznacznie, czy korzystanie z telefonów komórkowych wpływa np. na zwiększoną zapadalność na choroby nowotworowe, warto jednak, szczególnie w przypadku dzieci, zwrócić uwagę na bezpieczeństwo ich użytkowania. Wydawane do tej pory zalecenia podkreślają, że dzieci i młodzież powinny korzystać z telefonów komórkowych z umiarem. Jeżeli zgadzasz się, by twoje małe dziecko używało własnego telefonu komórkowego, zadбай, by korzystanie z niego było ograniczone do niezbędnego minimum, maksymalny czas przeznaczony na rozmowy należy ustalić również w przypadku starszych dzieci (np. 20-30 minut dziennie).

	Porozmawiaj z dzieckiem o bezpieczeństwie używania urządzeń mobilnych i minimalizowaniu wpływu fal radiowych.
	Przekonaj dziecko, by korzystało z zestawu słuchawkowego (przewodowego lub Bluetooth – moc wykorzystywana przez Bluetooth jest wielokrotnie niższa niż w przypadku transmisji w sieci komórkowej). Jego używanie powoduje oddalenie telefonu od głowy, a co za tym idzie – wydatne zmniejszenie jej ekspozycji na fale radiowe.
	Przekonaj dziecko, by zamiast rozmów telefonicznych wykorzystywało SMS-y i internet. Patrzyenie na ekran wymusza oddalenie urządzenia od ciała i zmniejsza jego ekspozycję na fale radiowe.
	Zwróć uwagę dziecka na fakt, że w przypadku słabego zasięgu nadajnik telefonu pracuje z maksymalną mocą. Przekaż dziecku, że rozmowy telefoniczne, szczególnie te dłuższe, powinno się prowadzić z miejsc zapewniających wysoki poziom sygnału (poza garażami podziemnymi, windą). Optymalna siła sygnału to 4-5 kresek na wyświetlaczu telefonu.
	Zadbaj, by dziecko nie nosiło telefonu bezpośrednio przy ciele (z dala od podbrzusza, lepiej w torbie niż w kieszeni) i nie spało w bezpośredniej bliskości telefonu. W przypadku laptopów i tabletów dziecko nie powinno ich opierać bezpośrednio o ciało, np. trzymając na kolanach. Regularne przegrzewanie ciała może prowadzić do chorób skóry. Urządzenia mobilne nie powinny być również używane w bezpośredniej bliskości brzucha kobiety w ciąży.
	Zwróć również uwagę dziecka na fakt, że nie powinno używać telefonu, nawet z zestawem słuchawkowym, np. trakcie jazdy rowerem – tak jak u kierowcy – rozmowa telefoniczna opóźnia reakcję na wydarzenia na drodze. Co więcej – ze słuchawkami w uszach, nie słysząc niebezpieczeństwa, dziecko może być narażone na wypadki komunikacyjne.

	Telefon i inne urządzenia mobilne nie powinny być używane w bezpośredniej bliskości elektronicznego sprzętu medycznego (w tym rozruszników serca, pomp insulinowych i neurostymulatorów). Jeśli dziecko korzysta z aparatu słuchowego, poszukaj telefonu, który będzie mógł z nim współpracować.
	Przekaż dziecku, że powinno przestrzegać zakazów używania telefonów komórkowych – większość z nich ma swoje uzasadnienie.
	Zwróć uwagę dziecka na fakt, że używając słuchawek, nie powinno ustawiać maksymalnej głośności – grozi to uszkodzeniem słuchu.
	Używaj i przekazuj dziecku do użytku tylko telefony komórkowe kupione w autoryzowanych punktach sprzedaży – gwarantuje to spełnianie przez urządzenie wymagań bezpieczeństwa. Mogą one nie być spełniane przez telefony przerabiane, „z drugiej ręki”, pochodzące od nieznanych producentów.

Więcej:

<http://ondes-radio.orange.com/pl/fale-a-twoj-telefon-komorkowy/najlepsze-praktyki>



WAŻNE!

Pamiętaj, że korzystanie z mediów elektronicznych nie może być dominującą formą aktywności dziecka. Zadbaj o jego ruch i spędzanie czasu na świeżym powietrzu.



Bezpieczeństwo sprzętowe

Każdy komputer podłączony do internetu jest narażony na zainfekowanie złośliwym oprogramowaniem. Ryzyko, że w komputerze znajdzie się oprogramowanie, które negatywnie wpłynie na jakość jego działania, bezpieczeństwo danych, a nawet uniemożliwi korzystanie z komputera, rośnie w przypadku, kiedy jego użytkownikiem jest dziecko – nieświadome zagrożeń i możliwości zabezpieczenia się przed nimi.

Ze względu na błyskawiczną ewolucję zagrożeń komputerowych i coraz bardziej zaawansowane metody ataku, żaden komputer nie jest bezpieczny w stu procentach. Można jednak wydatnie ograniczyć ryzyko związane z podłączeniem komputera do sieci, stosując właściwe zabezpieczenia.

Złośliwe oprogramowanie (*malware*) to wszystkie programy, których celem jest spowodowanie szkód w naszym komputerze. Programy tego typu mogą niszczyć pliki, wykraść dane, zakłócać lub uniemożliwiać działanie komputera. Czasami zainfekowanie nimi komputera wymaga naszego działania (np. otwarcia załącznika z poczty elektronicznej lub użycia pamięci USB, na którą skopiowano pliki z już zarażonego komputera), czasem jednak wystarczy nawet wizyta na niebudzącej podejrzeń stronie, kontrolowanej przez cyberprzestępców (o ile nasza przeglądarka nie została uaktualniona najnowszymi łatkami bezpieczeństwa). Najistotniejsze zagrożenia to:

- Wirusy i robaki – samopowielające się programy, które są w stanie wbrew woli użytkownika ingerować w zawartość komputera i rozpowszechniać się na kolejne komputery, np. poprzez pocztę elektroniczną lub wraz z plikami, np. na dyskach USB.
- Trojany (konie trojańskie) – oprogramowanie, które pod pozorem użyteczności otwiera system komputerowy na szkodliwe działania: kasowanie plików, przejmowanie dostępu przez osoby z zewnątrz, stanowi również furtkę do instalacji innych programów.
- Programy szpiegujące – oprogramowanie zbierające w nieuprawniony sposób informacje o użytkowniku i zazwyczaj przekazujące zawartość komputera na zewnętrzne serwery, kontrolowane przez cyberprzestępców. Szczególnym rodzajem są keyloggery, które zapisują informacje o klawiszach wciśniętych przez użytkownika, aby w ten sposób wykraść np. hasła dostępu.

WAŻNE!

Niezbędnym minimum pozwalającym na ochronę komputera przed złośliwym oprogramowaniem jest posiadanie w nim zaktualizowanego programu antywirusowego i zapory sieciowej oraz systematyczna instalacja wydawanych aktualizacji oprogramowania i systemu.

Oprogramowanie antywirusowe. Dostępne są zarówno programy komercyjne, jak również udostępniane bezpłatnie, np. tylko na potrzeby użytku domowego. Instalując program tego typu, warto zadbać nie tylko o to, by systematycznie aktualizował swoją bazę wirusów, ale też i systematycznie skanował nasz komputer w ich poszukiwaniu. Znanymi darmowymi programami antywirusowymi są: Avast Free Antivirus, AVG Anti-virus Free Edition lub Microsoft Security Essentials (dostępny dla systemów Windows XP/Vista/7). W Windows 8 standardowym (dostarczanym wraz z systemem) programem służącym do ochrony komputera jest Windows Defender.

Zapora sieciowa (*firewall*). To oprogramowanie, które kontroluje dane wymieniane przez komputer za pośrednictwem internetu. Zapobiega lub informuje o łączeniu się naszego komputera z podejrzanymi serwerami, przeciwdziała próbom włamania. W systemach Windows (począwszy od XP) zapora jest elementem systemu komputera i jest domyślnie włączona (w Windows XP i Vista funkcja dostępna w „Centrum zabezpieczeń”, w Windows 7 i 8/8.1 w „Centrum akcji”).

Aktualizacje systemu/oprogramowania. Kolejnym elementem zwiększającym bezpieczeństwo komputera jest regularne aktualizowanie systemu operacyjnego oraz oprogramowania, w szczególności używanych przez nas przeglądarek internetowych. Często dopiero po wypuszczeniu na rynek nowego oprogramowania są wykrywane w nim luki w bezpieczeństwie, umożliwiające atak na nasz komputer. Wtedy również są publikowane przez twórców oprogramowania aktualizacje. W przypadku systemu

Windows warto wybrać opcję automatycznego sprawdzania i instalowania aktualizacji i absolutnie nie opóźniać aktualizacji.

WAŻNE!

Od kwietnia 2014 roku nie są już udostępniane aktualizacje systemu Windows XP. Dotyczy to zarówno aktualizacji systemowych, jak i aktualizacji zabezpieczeń, w tym programu Microsoft Security Essentials. Jeśli komputer pracuje na Windows XP, trzeba pamiętać, że nie jest już chroniony przez producenta tego systemu. Tymczasowo pomóc mogą regularne aktualizacje zainstalowanych programów (w tym obowiązkowo firewalla i antywirusa), docelowo należy jednak rozważyć zmianę systemu operacyjnego na wspierany przez producenta.

Objawami zainfekowania komputera przez szkodliwe oprogramowanie mogą być: wolniejsze działanie lub zawieszanie się systemu, wolniejsze działanie sieci, uszkodzone pliki, komunikaty zapory sieciowej o próbie łączenia się z internetem przez nowe, nieznane programy, niespodziewana zmiana wyglądu przeglądarki internetowej, strony startowej lub menu programów.

Jeśli komputer został zainfekowany, zaktualizuj ręcznie program antywirusowy i przeskanuj twardy dysk. W przypadku wykrycia zagrożenia program antywirusowy zazwyczaj pyta użytkownika, co ma zrobić i sugeruje najwłaściwsze rozwiązanie (najczęściej jest to kwarantanna lub usunięcie zainfekowanych plików). Jeśli masz problemy z aktualizacją programu antywirusowego (złośliwe oprogramowanie często blokuje tę możliwość), skorzystaj z dostępnych w sieci skanerów online, a po przeskanowaniu dysku ponownie spróbuj zaktualizować antywirusa.

Bardzo często szkodliwe oprogramowanie jest uruchamiane przez samych użytkowników, którzy nieświadomie np. otwierają załączniki z poczty elektronicznej (nawet w przypadku maila pochodzącego od znanej nam osoby, mógł on zostać wygenerowany bez jej wiedzy) bądź instalują podejrzaną aplikację.

WAŻNE!

Jeśli z komputera korzysta dziecko (nawet, jeśli jest to jego własny komputer, a przede wszystkim – jeśli jest to komputer używany przez kilku domowników), warto rozważyć stworzenie dla niego osobnego konta użytkownika z ograniczonymi uprawnieniami. Nie będzie wówczas mogło np. samodzielnie instalować nowych programów, co zminimalizuje ryzyko zainfekowania komputera złośliwym oprogramowaniem. Zainstalowanie nowego programu będzie wymagało hasła administratora, którym dysponować będzie rodzic.

WAŻNE!

Ostrzeż dziecko, że obok wirusów zagrożeniem są również fałszywe alarmy lub żarty, np. rozsyłana na portalach społecznościowych informacja o konieczności usunięcia jednego z istotnych plików systemowych. Przekonaj dziecko, by nie „naprawiało” komputera bez twojej wiedzy i informowało cię o napotkanych problemach.

Niechciane reklamy

Spam to niechciane i często wprowadzające w błąd reklamy internetowe, rozsyłane za pośrednictwem poczty elektronicznej, wyświetlane w serwisach online. Warto pamiętać, że dziecko często nie jest w stanie odróżnić reklamy od rzetelnej informacji, może być także podatne na obietnice nagród bądź darmowych gadżetów. Często w ten sposób są reklamowane produkty nieprzeznaczone dla dziecka. Co więcej – mogą być one powiązane ze szkodliwym oprogramowaniem, instalującym się w komputerze po otwarciu reklamy.

Większość programów pocztowych posiada filtr antyspamowy, automatycznie wykrywający wiadomości reklamowe. Dodatkowo, możliwe jest wskazanie nadawców, od których otrzymujemy spam – od tej chwili wiadomości tego typu zostaną skasowane lub trafią do osobnego folderu.

WAŻNE!

Nie należy odpisywać na e-maile będące spamem. Otrzymanie odpowiedzi (nawet jeśli jest to prośba o nieprzesyłanie reklam) może być potraktowane jako potwierdzenie, że adres jest aktywny i w konsekwencji może być powodem nadsyłania jeszcze większej liczby reklam.

Nasz adres e-mail może trafić do baz danych natarczywych reklamodawców, jeśli publikujemy go online lub podajemy, rejestrując się w różnych serwisach. Należy maksymalnie ograniczać podawanie adresu e-mail w internecie, a jeśli to niezbędne, najlepiej używać oddzielnego adresu, stworzonego specjalnie w celu rejestracji w serwisach, które mogą się wydawać podejrzane.

W przypadku reklam na stronach WWW możliwe jest zainstalowanie wtyczki/dodatku do przeglądarki internetowej, który zapobiegnie wyświetlaniu natarczywych reklam. Popularnym dodatkiem tego typu jest AdBlock+ dostępny dla większości przeglądarek internetowych.

Kontrola rodzicielska

Żadne z rozwiązań technicznych nie zastąpi uwagi rodzica i zdrowego rozsądku. Ale programy kontroli rodzicielskiej mogą ułatwić sprawowanie nadzoru nad dzieckiem – zarówno w przypadku korzystania z komputera stacjonarnego, jak i urządzeń mobilnych, takich jak laptop, tablet lub smartfon.

Ich podstawowe funkcje to:

- blokowanie dostępu do nieodpowiednich dla dzieci stron WWW,
- stałe lub czasowe ograniczanie dostępu do określonych programów i opcji urządzenia,
- monitorowanie i raportowanie.

W przypadku blokowania dostępu do stron WWW rodzic (administrator urządzenia) ma możliwość określenia, jakie kategorie stron nie powinny być wyświetlane, np.:

- erotyczne,
- ofensywne/agresywne,
- umożliwiające pobieranie plików z internetu,
- portale wideo,
- portale społecznościowe.

Inną metodą jest określenie listy stron, które rodzic uznaje za nieodpowiednie dla dziecka (tak zwana „czarna lista” stron). Równocześnie rodzic może określić słowa lub frazy, które użyte w treści strony spowodują jej zablokowanie.

Najwyższym poziomem zabezpieczenia jest zezwolenie na dostęp jedynie do konkretnych stron, które rodzic określił jako bezpieczne. To tak zwana „biała lista” stron.

Wprowadzenie **ograniczenia stałego lub czasowego dostępu** do określonych programów i opcji urządzenia daje rodzicom możliwość:

- określenia czasu (długości i częstotliwości) korzystania z komputera i internetu;
- określenia usług internetowych, z których dziecko nie będzie mogło skorzystać; blokada może zostać nałożona na: komunikatory, listy dyskusyjne, e-maile, pobieranie programów z internetu, pobieranie dokumentów;
- ograniczenia dostępu do funkcji komputera – blokada może dotyczyć np.: zapisu na pamięciach USB, dostępu do panelu sterowania, dostępu do panelu „Dodaj i usuń programy”, funkcji „Uruchom z menu start”.

Funkcja monitorowania i raportowania daje rodzicom możliwość kontroli zachowania dziecka. Programy kontroli rodzicielskiej umożliwiają zapisywanie obrazu zawartości monitora np. co minutę, 2 lub 10 minut. Ponadto zapisywane są strony, które dziecko przeglądało lub które zostały zablokowane przez oprogramowanie kontroli rodzicielskiej. Zrzuty ekranu lub wykaz zakazanych stron, które dziecko próbowało odwiedzić,

rodzic może obejrzeć w panelu administracyjnym oprogramowania. Niektóre z aplikacji umożliwiają przesyłanie zarejestrowanych zdarzeń (obrazy i adresy WWW) na adres mailowy.

WAŻNE!

Programy ochrony rodzicielskiej dają możliwość utworzenia niezależnych profili dla różnych użytkowników – innego dla dziecka, innego dla osoby dorosłej. Panel administracyjny (pozwalający na zmianę ustawień) jest chroniony hasłem, dzięki czemu rodzic ma pewność, że dziecko korzysta tylko z przeznaczonego i ustawionego specjalnie dla niego profilu.

Kontrola rodzicielska może się odbywać dzięki autonomicznym programom, opcjom wyszukiwarki internetowej (*SafeSearch*) lub programom wbudowanym w system operacyjny.

Funkcja *Kontrola rodzicielska* w systemie operacyjnym Windows 7 pozwala na określenie limitu czasu spędzanego przez dzieci przed komputerem oraz wskazanie programów i gier, których mogą używać (a także pozwala decydować – kiedy). Za pomocą *Kontroli rodzicielskiej* w programie Windows Media Center można też zablokować dostęp do budzących zastrzeżenia programów telewizyjnych i filmów. By zwiększyć bezpieczeństwo dzieci podczas korzystania z internetu, warto zainstalować bezpłatny program *Filtr rodzinny* w ramach usługi Windows Live. Pozwala on określić, jakie witryny mogą odwiedzać dzieci oraz z kim mogą rozmawiać przez internet. Udostępnia także czytelne raporty dotyczące aktywności dzieci w internecie.

Możliwe jest również ograniczenie dzieciom korzystającym z wyszukiwarki Google dostępu do nieodpowiednich treści. Funkcja *SafeSearch* usuwa z wyników wyszukiwania obrazy i filmy zawierające:

- nagość od przodu;
- obrazowe sceny seksu lub akty seksualne;
- zdjęcia i filmy artystyczne, których głównym motywem są genitalia lub obrazowe sceny seksu.

Filtrowanie to nie obejmuje automatycznego blokowania treści przedstawiających przemoc. Warto pamiętać, iż domyślnym poziomem filtra *SafeSearch* jest umiarkowany, który filtruje jedynie zawartość obrazów. Możesz również wybrać poziom Filtrowanie ścisłe, aby zastosować je zarówno do grafiki, jak i tekstu.

Filtr *SafeSearch* można włączyć w *Ustawieniach wyszukiwania* wyszukiwarki (w sekcji filtr *SafeSearch* pole „Filtruj wyniki o charakterze jednoznacznie seksualnym”), a następnie zapisać zmianę (*Zapisz na dole strony*). By uniemożliwić dziecku wyłączenie filtra, należy zablokować ustawienia filtra. Filtr działa, dopóki na komputerze będzie włączona obsługa plików *cookies*, ich usunięcie może zresetować jego ustawienia.

O włączonym i zablokowanym filtrze *SafeSearch* informują kolorowe kule w prawym górnym rogu wyszukiwarki. Są widoczne nawet z daleka, mogą więc być dla rodzica informacją, w jakim trybie dziecko przegląda sieć (bezpiecznym lub pełnym).

Tryb bezpieczny w serwisie YouTube powoduje ukrycie filmów i komentarzy zawierających nieodpowiednie treści (oznaczonych w ten sposób przez użytkowników). By go uruchomić, należy zjechać na dół dowolnej strony serwisu YouTube i wybrać kontrolkę „Tryb bezpieczny”, wybrać opcję „włączony”/„wyłączony”, a następnie zalogować się na konto. Włączenie trybu bezpiecznego w YouTube powoduje również włączenie *SafeSearch* w wyszukiwarce Google.

WAŻNE!

Żaden filtr, żadne oprogramowanie kontroli rodzicielskiej nie zapewnia stuprocentowej skuteczności. Ich uruchomienie nie oznacza, że można zapomnieć o siedzącym przy komputerze dziecku. Żaden z systemów kontroli rodzicielskiej nie jest w stanie zastąpić uwagi rodzica.

Bezpieczeństwo urządzeń mobilnych

Telefon komórkowy (i coraz bardziej powszechny smartfon), tablet, laptop – to wszystko urządzenia mobilne, pozwalające na przetwarzanie informacji i wymianę danych, bez konieczności używania przewodowego połączenia z internetem. Większość z nich oferuje podobne funkcje – zarówno za pomocą laptopa, tabletu, jak i smartfona można przeglądać strony internetowe, odbierać i wysłać pocztę elektroniczną, prowadzić rozmowy wideo, korzystać z niezliczonych zasobów aplikacji i gier online. Ogromna zaleta, jaką jest ich uniwersalność, jest równocześnie ich słabością – ze względu na możliwość instalowania dowolnych aplikacji, dotyczą ich te same zagrożenia, co komputera domowego – m.in. złośliwe oprogramowanie, kradzież danych (str. 34). By dziecko mogło bezpiecznie korzystać z urządzeń mobilnych, trzeba zatroszczyć się o odpowiednią ich ochronę przed wirusami, szkodliwym oprogramowaniem oraz działaniem osób trzecich.

Aplikacje mobilne

To programy na tablety i smartfony. Są one dostępne w tzw. sklepach/marketach związanych z producentem danego systemu operacyjnego. Wiele z nich jest bezpłatnych (np. wersje o ograniczonej funkcjonalności lub wyświetlające reklamy), część z nich jest płatna (od kilku do kilkudziesięciu, a nawet kilkuset złotych). Płatność zazwyczaj odbywa się przy użyciu karty kredytowej, z poziomu aplikacji Sklep Play można ustawić wymaganie potwierdzenia każdej transakcji finansowej kodem PIN.

WAŻNE!

Dokonując płatności kartą kredytową, warto upewnić się, że jest to jednorazowa transakcja (nie należy zezwalać urządzeniu na zapamiętanie danych karty). Dzięki temu dziecko chcące wykupić aplikację lub jej płatną część będzie zmuszone poprosić o to rodzica, nie mogąc samodzielnie dysponować kartą.

Najpopularniejszym systemem operacyjnym urządzeń mobilnych w Europie jest Android. Korzysta z niego ponad 70 proc. użytkowników tabletów i telefonów. Aplikacje na ten system dostępne są w sklepie Google Play (Sklep Play). Każda z nich została opisana przez producenta, widoczne są również oceny innych użytkowników, data aktualizacji oraz ocena treści (np. „dla wszystkich”). To informacja dla rodziców, czy z określonej aplikacji powinno korzystać dziecko. W opcjach aplikacji Sklep Play można na stałe ustawić filtrowanie treści, by kontrolować, jakie aplikacje będą pobierane na dane urządzenie. Po zmianie ustawień rodzic będzie proszony o ustanowienie hasła, by zapobiec zmianom ustawień filtra.

Typy klasyfikacji w ocenie treści aplikacji (na podstawie support.google.com):

- **Dla wszystkich.** Aplikacje nie powinny gromadzić danych o lokalizacji użytkownika ani zawierać materiałów budzących zastrzeżenia. Nie powinny zawierać funkcji społecznościowych.
- **Niska dojrzałość.** Aplikacje mogą prezentować łagodną przemoc wśród bohaterów rysunkowych lub fantastycznych, bądź zawierać potencjalnie obraźliwe treści. Mogą gromadzić dane o lokalizacji użytkownika, ale nie powinny udostępniać danych innym użytkownikom. Mogą obejmować pewne funkcje społecznościowe, ale nie powinny się skupiać na umożliwianiu użytkownikom wzajemnego odszukiwania się i prowadzenia komunikacji.
- **Średnia dojrzałość.** Aplikacje mogą zawierać odniesienia do treści o charakterze seksualnym, gwałtowną przemoc wśród bohaterów fantastycznych lub rzeczywistych, wulgaryzmy i prymitywny humor, wzmianki o używaniu narkotyków, alkoholu i wyrobów tytoniowych oraz funkcje społecznościowe i symulowany hazard. Mogą gromadzić dane o lokalizacji użytkownika w celu ich udostępniania lub publikowania za jego zgodą.
- **Wysoka dojrzałość.** Aplikacje mogą zawierać treści o charakterze seksualnym lub dwuznacznym, drastyczną przemoc, funkcje społecznościowe, symulowany hazard, a także silne odwołania do alkoholu, wyrobów tytoniowych i narkotyków. Mogą gromadzić dane o lokalizacji użytkownika w celu ich udostępniania lub publikowania za jego zgodą.

Urządzenia mobilne firmy Apple wyposażone są w system operacyjny iOS, ich użytkownicy pobierają aplikacje ze sklepu App Store. Możliwe jest ograniczenie lub zablokowanie dostępu do iTunes Store (pliki audio i wideo), udostępnianych bibliotek i określonych

rodzajów zawartości. Na urządzeniach z wieloma kontami użytkownika można ustalić różne poziomy dostępu dla różnych użytkowników, pozostawiając nieograniczony dostęp dla administratora. Rodzic może ograniczyć pobieraną zawartość na podstawie ocen i rodzaju materiałów. Wówczas do odtwarzania krótkiej części lub zakupu materiałów objętych ograniczeniem wymagane będzie podanie hasła. Możliwe jest wskazanie ograniczeń wiekowych. Przedziały określono jako: 4+, 9+, 12+ i 17+. Określając ograniczenie, na przykład 4+, w App Store znajdziemy aplikacje przeznaczone wyłącznie dla dzieci od lat 4.

Użytkownicy systemu operacyjnego Windows Phone mają do dyspozycji sklep o nazwie Marketplace. Wśród kategorii aplikacji znajdziemy w nim m.in. dzieci + rodzina. Dostępna w witrynie Windows Phone usługa Moja rodzina umożliwia zarządzanie pobieraniem gier i aplikacji przez dzieci oraz ich klasyfikowanie. Posiadacze urządzeń z systemem Windows Phone 8 do wprowadzenia ograniczeń w smartfonie mogą wykorzystać wbudowaną funkcję Kącik dziecięcy. Dzięki niej można udostępnić dziecku tylko wybrane treści (gry, muzykę i filmy oraz inne aplikacje) w specjalnym trybie.

Zabezpiecz urządzenie dziecka przed wirusami i złośliwym oprogramowaniem

Złośliwe oprogramowanie może przejąć kontrolę nad urządzeniem lub danymi na nim zapisanymi. Zdarza się, że wirusy np. generują połączenia z numerami o podwyższonej płatności, wysyłają SMS-y na numery tego typu, przekazują informacje zawarte w urządzeniu bez zgody właściciela, wyświetlają niechciane reklamy. Mogą również śledzić za pomocą GPS położenie urządzenia, a więc i jego właściciela. Jeśli zauważymy, że urządzenie działa w inny niż zazwyczaj sposób (wszystkie procesy są spowolnione, pojawiają się nietypowe komunikaty) lub wysokość rachunku niespodziewanie wzrosła, warto sprawdzić, czy nie jest to wynikiem zainfekowania wirusem lub innym złośliwym oprogramowaniem. By chronić się przed takimi sytuacjami, trzeba pamiętać o zainstalowaniu programu antywirusowego. Oprócz skanowania urządzenia, wykrywania i likwidacji zagrożeń w oparciu o aktualne biblioteki wirusów, część programów posiada również zabezpieczenia antykradzieżowe.

Włącz oprogramowanie kontroli rodzicielskiej

Niektóre urządzenia przygotowane z myślą o dzieciach standardowo są wyposażone w programy ochrony rodzicielskiej. Warto to sprawdzić w momencie zakupu. Jeśli taka aplikacja nie jest zainstalowana w urządzeniu, można ją pobrać, również bezpłatnie, ze sklepu związanego z systemem operacyjnym urządzenia.

Korzystaj z filtrów przeglądarki

Aby zapewnić lepszą ochronę dziecku przed szkodliwymi treściami, warto włączyć i zablokować filtr *SafeSearch* w wyszukiwarce Google (str. 39).

Ustal z dzieckiem, że będzie instalowało aplikacje pochodzące tylko z zaufanych źródeł

Pobieranie aplikacji pochodzących z oficjalnego sklepu, od sprawdzonego programisty, przetestowanych, opatrzonych licznymi komentarzami zmniejsza ryzyko ściągnięcia złośliwego oprogramowania. Zwróć uwagę dziecka, by zanim pobierze aplikację na telefon, zapoznało się z informacjami dotyczącymi producenta, liczby pobrań oraz

opiniami testerów i innych użytkowników, a przede wszystkim by sprawdziło, do jakich danych aplikacja chce mieć dostęp i czy jest to uzasadnione jej funkcjonalnością. Jeśli aplikacja do odtwarzania muzyki żąda dostępu do wszystkich danych zapisanych w telefonie oraz aparatu i kamery, jej wymagania są podejrzanie szerokie.

WAŻNE!

Również w dobrze znanych sklepach z aplikacjami można natrafić na oprogramowanie zawierające wirusy. Nawet korzystanie wyłącznie z tych sklepów nie jest w stanie zagwarantować stuprocentowego bezpieczeństwa.

Aktualizuj oprogramowanie

System operacyjny urządzeń mobilnych powinien być aktualizowany tak, jak system operacyjny komputera. Aktualizacje udostępniane przez producenta są reakcją na np. wykryte ataki cyberprzestępców. Systematycznie powinny być również instalowane aktualizacje aplikacji udostępniane przez ich producentów.

Telefon i tablet w szkole

Jeśli zgadzasz się na to, by dziecko zabierało do szkoły telefon, smartfon lub tablet, sprawdź, czy używanie tego typu urządzeń nie jest zabronione lub w jakiś sposób ograniczane przez regulamin szkoły. Drugą istotną kwestią jest ochrona prywatności – zarówno dziecka, jak i innych osób.

Zwróć uwagę dziecka na fakt, że urządzenia te nie służą do zabawy w trakcie lekcji. Na czas zajęć telefon powinien być wyłączony lub wyciszony.

Przypomnij dziecku, że korzystanie z takich urządzeń rządzi się również podstawowymi zasadami kultury i np. nie wolno filmować nikogo ani robić mu zdjęć, jeśli nie wyraża na to zgody.

Porozmawiaj z dzieckiem o udostępnianiu telefonu innym osobom, w tym jego kolegom. Dostęp do urządzenia oznacza również dostęp do zawartych w nim informacji, którymi właściciel telefonu niekoniecznie chce się dzielić z innymi.

WAŻNE!

Pamiętaj, że drogie urządzenie może być przedmiotem zawiści rówieśników dziecka. Rozważ, czy twoje dziecko rzeczywiście wykorzysta wszystkie funkcje najnowocześniejszego smartfona i czy posiadanie go nie narazi dziecka na nieprzyjemne sytuacje (np. próby kradzieży) lub nie wpłynie negatywnie na jego relacje z rówieśnikami.

Blokowanie dostępu

Dostęp do telefonu, smartfona lub tabletu można zabezpieczyć hasłem, gestem (wzorem) lub kodem PIN. Razem z dzieckiem sprawdź, jaki sposób blokowania jest dostępny w jego telefonie, dzięki czemu w razie pozostawienia urządzenia bez opieki bądź utraty kontroli nad nim niepowołane osoby będą miały utrudniony dostęp do jego zawartości. Pamiętaj, by hasło, symbol lub kod nie były zbyt oczywiste, zwróć również uwagę dziecka na fakt, że są to informacje bezwzględnie poufne i nie powinno się nimi dzielić z rówieśnikami.

WAŻNE!

Kilkukrotne nieudane próby odblokowania ekranu urządzenia mogą doprowadzić do jego zablokowania, co z kolei może oznaczać konieczność przywrócenia ustawień fabrycznych i utratę zapisanych danych.

Mikropłatności

Mikropłatności służą do dokonywania opłat za np. usługi online, doładowanie konta w grze, zakup pakietów internetowych. Popularnymi formami mikropłatności są SMS-y o podwyższonej płatności oraz wirtualne portfele.

Numery, na które wysyłane są SMS-y o podwyższonej płatności, zaczynają się od cyfr 7 lub 9. Po wysłaniu SMS-a pod wskazany numer użytkownik otrzymuje w zamian kod aktywacyjny, który umożliwia mu korzystanie z usługi, np. transmisji lub gry. Zdarza się, że dzieci nie zwracają uwagi na koszty wiadomości SMS o podwyższonej płatności, które są wielokrotnie droższe niż zwykła wiadomość tekstowa. Dlatego warto przekonać dziecko, by nie dokonywało tego rodzaju płatności bez zgody rodzica. SMS-y o podwyższonej płatności można zablokować, używając aplikacji kontroli rodzicielskiej lub u operatora sieci komórkowej.

WAŻNE!

Przy numerze zaczynającym się od cyfry 7, kolejna cyfra po niej jest informacją o koszcie SMS-a. Analogicznie, w przypadku numeru SMS-a zaczynającego się od cyfry 9 – dwie kolejne cyfry ujawnią cenę netto SMS-a.

Zwróć uwagę dziecka na fakt, że oszuści internetowi często wykorzystują SMS-y o podwyższonej płatności, a wysłanie jednego SMS-a może oznaczać zgodę na systematyczne obciążanie rachunku telefonicznego lub konta przedpłaconego opłatą. Decydując się na udział w konkursie, należy zapoznać się z jego regulaminem, a jeśli zasady okażą się niejasne – lepiej z niego zrezygnować.

W przypadku usług sieciowych wykorzystywane są również wirtualne portfele. Korzystanie z nich wymaga założenia konta, prowadzonego przez firmę oferującą usługę (np. grę). Konto jest zasilane SMS-ami lub kartą kredytową, a realne pieniądze są zazwyczaj przeliczane na jednostki obowiązujące w grze. Z wirtualnych portfeli mogą korzystać osoby niepełnoletnie, za zgodą rodziców lub opiekunów prawnych. Niektórzy producenci oferują również ochronę rodzicielską, która pozwala na pełny wgląd w transakcje dokonywane przez dziecko.

Podawanie numeru telefonu w internecie

Warto przekonać dziecko, by nigdy nie podawało w internecie swojego numeru telefonu. Zdarza się, że popularne portale zachęcają swoich użytkowników do publikowania numeru telefonu. Może to jednak stanowić istotne zagrożenie dla prywatności dziecka, narażając je na niechciane kontakty ze strony nieznanymi lub osób, które mają wobec niego złe intencje. Numer, który raz pojawił się w sieci, może zostać skopiowany przez innych użytkowników – łatwo więc utracić kontrolę nad tym, gdzie i w jakim kontekście będzie widoczny.

Innym zagrożeniem jest wykorzystywanie numeru telefonu podanego w trakcie rejestracji w konkretnym serwisie. Może to oznaczać wyrażenie zgody na np. cykliczne przysyłanie płatnych wiadomości, których koszt obciąża użytkownika telefonu. By tego uniknąć, należy się zapoznać szczegółowo z regulaminem serwisu.

WAŻNE!

Warto uświadomić dziecku, że w sieci pojawiają się różnego rodzaju fałszywe konkursy, które kuszą atrakcyjnymi nagrodami, a w rzeczywistości służą wyłudzeniu danych osobowych użytkowników.

ICE

ICE (ang. *In Case of Emergency*, w nagłym wypadku) to oznaczenie numeru telefonu, będące informacją np. dla ratowników medycznych, z kim powinni się skontaktować w razie np. wypadku. Skrót ten należy umieścić w opisie numeru telefonu najbliższej osoby w książce adresowej telefonu. Jeśli takich osób jest więcej, można oznaczyć je dodatkową cyfrą, np. ICE1 Mama, ICE2... itd.

Ze względu na fakt, że większość użytkowników telefonu korzysta z blokady ekranu, na wypadek nagłej sytuacji warto mieć przy sobie również kartę ICE, np. formatu wizytówki, zawierającą imię, nazwisko i numer kontaktowy osoby, która powinna być powiadomiona. To ważne, również ze względu na dodatkowe informacje, jakie ratownicy medyczni mogą w ten sposób uzyskać, np. na temat przyjmowanych leków lub alergii.

IMEI

Unikalnym numerem IMEI (ang. *International Mobile Equipment Identity*) jest opatrzone każde urządzenie mobilne, które ma wbudowany moduł GSM, a więc wszystkie telefony i smartfony oraz część tableatów i laptopów. Numer ten jest używany do identyfikacji urządzenia przez sieć telefoniczną. Numer IMEI jest zapisany na obudowie urządzenia, można go również sprawdzić po wybraniu sekwencji klawiszy *#06# lub w zakładce „Informacje o urządzeniu”. Dzięki temu numerowi można np. zablokować skradziony telefon, uniemożliwiając korzystanie z niego, nawet jeśli zostanie użyta inna karta SIM. Wyjątek od tego stanowią sytuacje, gdy przestępca zmieni w telefonie numer IMEI.

WAŻNE!

Pamiętaj, by przechowywać dokumenty zawierające numer IMEI, mogą one być potrzebne w przypadku kradzieży urządzenia. Jeśli nie masz takich dokumentów, zanotuj numer IMEI wyświetlony na ekranie urządzenia.

Blokowanie usług

Dziecko (z powodu braku wiedzy, niedojrzałości społecznej) może nie być w stanie racjonalnie zarządzać wszystkimi funkcjami swojego urządzenia mobilnego. Dlatego zablokuj usługi, które nie są niezbędne dziecku, a mogą je narazić na dodatkowe koszty lub niebezpieczeństwo.

Co można zablokować?

- Usługi o podwyższonej płatności. Blokada dotyczy określonych numerów o podwyższonej płatności, a także wiadomości SMS i MMS. Usługa jest bezpłatna u wszystkich operatorów. Blokadę można wprowadzić również w aplikacji kontroli rodzicielskiej.
- Alternatywą dla blokady jest ustanowienie limitu kosztów połączeń do określonych numerów, w tym numerów o podwyższonej płatności.
- Połączenia wychodzące do określonych numerów. Blokada dostępna u operatora lub poprzez zmianę ustawień telefonu.
- Połączenia przychodzące z konkretnych numerów, np. od osób, które nękają dziecko. Blokada dostępna jest z poziomu telefonu.
- Połączenia przychodzące z numerów zastrzeżonych (z ukrytą prezentacją numeru).
- Dostęp do stron ze szkodliwymi treściami. Blokadę dostępu do stron z treściami dla dorosłych możemy ustawić za pomocą programów kontroli rodzicielskiej.

W sprawowaniu opieki nad dzieckiem korzystającym z nowych technologii mogą pomóc programy do kontroli rodzicielskiej (str. 38). Pozwalają na kontrolę wydatków telefonicznych, chronią przed szkodliwymi treściami zawierającymi np. przemoc lub pornografię, dzięki nim można zablokować wiadomości SMS i połączenia na numery o podwyższo-

nej opłacie, włączyć ograniczenia czasowe rozmów, zablokować dostęp do niektórych aplikacji lub internetu, monitorować zawartość i treść wiadomości, a także logi GPS.

WAŻNE!

Pamiętaj, że żaden program nie jest w stanie zastąpić uwagi i rozsądku rodziców.

Dostęp do internetu

Urządzenia mobilne zostały zaprojektowane z myślą o stałym podłączeniu do internetu. Transmisja danych jest wykorzystywana nawet wtedy, kiedy użytkownik nie przegląda stron lub swojej poczty. Z przesyłu danych korzystać może zarówno system operacyjny telefonu (np. pobierając aktualizacje), jak i poszczególne aplikacje – nie tylko aktualizując się, ale i pobierając bieżące informacje (np. aplikacje typu pogoda, mapy). O ile w przypadku łączenia się smartfona z siecią poprzez Wi-Fi ryzykujemy zazwyczaj tylko szybsze rozładowanie się baterii, w przypadku przesyłu danych pakietowych (jeśli nie został wykupiony specjalny pakiet internetowy) koszty ich transmisji zostaną uwzględnione w rachunku lub pobrane z konta *prepaid*. Może to być dość przykrą niespodzianką, szczególnie w przypadku wyjazdu za granicę, ponieważ transmisja danych będzie rozliczana w ramach roamingu.

Porozmawiaj z dzieckiem o tym, jak uchronić się przed dodatkowymi kosztami korzystania z internetu (jeśli nie korzysta z abonamentu umożliwiającego nieograniczone przesyłanie danych):

1. Wyłączenie przesyłania danych pakietowych. To najskuteczniejszy sposób ograniczenia niespodziewanych kosztów. W telefonach z Androidem możemy się wspomóc aplikacjami, które pozwalają na szybkie włączenie i wyłączenie dostępu do internetu, np. APNDroid lub APN OnOff. Przesył zawsze można włączyć, np. w celu pobrania MMS-a.
2. Domowa sieć Wi-Fi. Nie warto całkowicie rezygnować z połączenia z internetem – aktualizacje systemu i aplikacji często są istotne ze względu na bezpieczeństwo smartfona. Można je pobierać, korzystając z domowej sieci Wi-Fi. Jeśli w telefonie ustawimy automatyczne łączenie się z domową siecią Wi-Fi, podczas wysyłania i odbierania danych urządzenie spróbuje w pierwszej kolejności użyć tego połączenia i nie będzie zużywało transferu danych sieci komórkowej.
3. Wyłączenie zadań w tle. Niektóre aplikacje, nawet nieużywane, mogą korzystać z przesyłu danych. Wykorzystanie ich transferu można ograniczyć poprzez wyłączenie niepotrzebnych programów działających w tle. Warto przeanalizować ustawienia telefonu i poszczególnych aplikacji, a następnie zablokować dostęp do internetu w tych, z których nie korzystamy na bieżąco.
4. Zmiana ustawień synchronizacji poczty e-mail. Odbierana przez smartfon poczta e-mail wymaga systematycznego łączenia się z internetem, by pobrać nowe wiadomości.

mości. Można określić częstotliwość synchronizacji smartfona ze skrzynką pocztową lub dokonywać jej samemu, w dogodnym dla nas czasie.

5. Wykorzystanie kompresji danych. Aby zmniejszyć przesył danych, warto korzystać z przeglądarek internetowych, które zmniejszają rozmiar stron internetowych i tym samym zużycie transferu niezbędnego do ich załadowania.

Co telefon wie o swoim użytkowniku?

Smartfony powoli zaczynają zastępować komputery. Angażując urządzenia mobilne w każdy aspekt naszego życia, warto uświadomić sobie fakt, że przechowując nasze różnorodne, często poufne dane, stają się one źródłem informacji o nas. Nawet najprostszy telefon zawiera sporo informacji na nasz temat: spis kontaktów, rejestr rozmów, odebrane i wysłane SMS-y, zdjęcia. W bardziej zaawansowanych urządzeniach mogą to być np. pliki pobrane jako załączniki do poczty elektronicznej lub numery karty kredytowej zapisane w aplikacjach. Niebezpieczeństwo rodzic mogą również notatki zawierające PIN-y lub np. hasła do kont. Warto pamiętać, że zagrożeniem jest nie tylko utrata danych i problemy z ich odtworzeniem, ale przede wszystkim – dostęp do nich niepowołanych osób.

WAŻNE!

Zwróć uwagę dziecka, by nie wykorzystywało w telefonie funkcji zapamiętywania hasła do serwisów i usług sieciowych – w przypadku przejęcia telefonu przez inną osobę będzie ona miała swobodny dostęp np. do konta pocztowego naszego dziecka.

Dane gromadzone w usługach internetowych

Warto pamiętać, że jeśli coś w internecie jest za darmo, to najprawdopodobniej my stajemy się towarem. Firmy internetowe, udostępniając bezpłatnie szereg usług, wykorzystują informacje na temat użytkowników, np. przekazując je innym firmom w celach reklamowych. Dzięki temu np. wyszukiwanie stron poświęconych danym technicznym tabletów skutkuje wyświetlaniem przez kilka kolejnych dni reklam tabletów na stronach informacyjnych. Warto również zdać sobie sprawę z tego, że wyniki wyszukiwania mogą nie być obiektywne i różnić się pomiędzy komputerami, ponieważ zostały dopasowane do naszych preferencji ustalonych na podstawie historii surfowania i plików *cookies*. To swego rodzaju bańka informacyjna, która uniemożliwia nam dostęp do pełnych zasobów internetu.

- Przekonaj dziecko, by z ostrożnością podchodziło do aplikacji i stron, które żądają informacji osobistych, nikt nie może mieć pewności, w jaki sposób będą przechowywane i używane jego dane.
- Namów dziecko, by instalowało tylko te aplikacje, z których będzie korzystało. Aplikacja nieużywana i nieaktualizowana może posiadać luki w zabezpieczeniach i stanowić zagrożenie dla urządzenia i danych.

- By zainstalować część aplikacji pochodzących z nieoficjalnych źródeł, konieczny jest tzw. *jailbreak*, czyli wyłączenie ograniczeń ustalonych przez producenta systemu. Taka operacja wyłącza zabezpieczenia urządzenia lub zmienia działanie funkcji związanych z bezpieczeństwem. W konsekwencji telefon może utracić gwarancję, może też być narażony na ingerencję osób trzecich.
- Jeśli tylko jest taka możliwość, należy korzystać z połączeń szyfrowanych (<https://>) uniemożliwiających przechwycenie danych przez osoby trzecie.
- Przypomnij dziecku o stosowaniu różnorodnych i silnych haseł.
- Pamiętaj o programach chroniących urządzenie mobilne przed wirusami i innym złośliwym oprogramowaniem.

Geotagowanie

Geotagowanie to inaczej umieszczanie informacji dotyczących lokalizacji danej osoby lub obiektu. Dzięki urządzeniom mobilnym wyposażonym w GPS oznaczanie pozycji może odbywać się automatycznie. Geotagowanie jest wykorzystywane np. przez portale społecznościowe, które informują nas, że znana nam osoba odwiedziła jakieś miejsce. Warto się zastanowić, czy chcemy, by informacja o tym, gdzie przebywa nasze dziecko, była dostępna w sieci. Śledzenie kolejnych lokalizacji dodanych w portalu społecznościowym łatwo pozwala ustalić miejsca, w których ono systematycznie bywa.

Dodatkowym aspektem jest geotagowanie zdjęć (również wykonanych tabletem lub smartfonem). Jeśli korzystamy z tej opcji, w pliku zdjęcia zostaje zaszyta informacja określająca miejsce jego wykonania. W funkcję geotagowania zdjęć mogą być wyposażone również niektóre aparaty fotograficzne. O ile bardzo ułatwia to katalogowanie np. fotografii z podróży, o tyle w przypadku zdjęć rodzinnych może już być zagrożeniem – upubliczniając zdjęcia robione np. we własnym ogrodzie wraz ze współrzędnymi zapisanymi przez GPS, jasno określamy miejsce, w którym mieszkamy.

Wi-Fi w domu

Domowa sieć Wi-Fi pozwala na wygodne korzystanie z internetu przy użyciu urządzeń przenośnych, takich jak laptop, tablet lub smartfon. Konieczne jest jednak jej zabezpieczenie przed dostępem niepowołanych osób. Pozostawienie sieci bez ochrony to przyzwolenie na korzystanie z naszego routera przez nieznaną nam osobę, co więcej – niezabezpieczony router może również oznaczać ryzyko kradzieży danych przesyłanych przez sieć (np. loginy i hasła) bądź instalowania bez naszej wiedzy złośliwego oprogramowania na komputerach korzystających z Wi-Fi.

- Zmień nazwę sieci ze standardowej (zazwyczaj określonej typem urządzenia lub usługi) na unikalną, własną. Pozostawienie nazwy fabrycznej to informacja dla włamywacza, jakim urządzeniem się posługujemy i na jakie formy ataku jest ono podatne.
- Zablokuj możliwości dostępu do ustawień routera/modemu od strony internetu (szczegóły znajdziesz w instrukcji).

- Zadbaj o silne hasło dostępu do sieci. Powinno się ono różnić od hasła do routera oraz innych usług sieciowych. Więcej na temat haseł – str. 16.
- Używaj szyfrowania w standardzie WPA2, które jest obecnie najlepszym sposobem na zabezpieczenie przesyłu danych w domowej sieci komputerowej.

WAŻNE!

Twoje dziecko może mieć wpływ na bezpieczeństwo i jakość działania domowej sieci bezprzewodowej. Zastanów się, czy przekazać mu dane pozwalające na dostęp do sieci Wi-Fi, czy też jedynie zapisać je w urządzeniach, z których dziecko korzysta. Jeżeli zdecydujesz się na pierwsze rozwiązanie, powiedz mu, by nie zmieniał ustawień sieci bez twojej zgody oraz nie udostępniało nazwy i hasła do Wi-Fi osobom trzecim, np. kolegom.

Publiczne sieci Wi-Fi

Bezprzewodowy internet udostępniany jest na terenie szkół, bibliotek, galerii handlowych i kawiarni, a coraz częściej nawet w parku lub na ulicy. Zazwyczaj sieci te są ogólnodostępne, a korzystanie z nich nie wymaga podawania hasła. Nie powinniśmy traktować ich jednak jako bezpiecznych – dużo łatwiej w nich o możliwość przechwylenia danych, przekierowania na strony ze szkodliwymi treściami bądź zainfekowania urządzenia wirusem.

1. Zwróć uwagę dziecka, by używając ogólnodostępnego Wi-Fi, nie korzystało z serwisów wymagających logowania (poczta, serwisy społecznościowe) lub podawania danych osobowych. Jeśli się na to decyduje, to tylko w sytuacji, kiedy dane przekazywane są w postaci zaszyfrowanej (protokół HTTPS – informacja w oknie adresu przeglądarki, widoczna miniatura kłódka).
2. Wyposaż urządzenie dziecka w filtry kontroli rodzicielskiej, dzięki którym będzie chronione przed szkodliwymi treściami, takimi jak np. pornografia. Pamiętaj jednak, że filtry nie dają stuprocentowego zabezpieczenia przed materiałami tego typu.
3. Upewnij się, że w urządzeniu korzystającym z publicznej sieci, nawet tylko w celu przeglądania stron, jest włączona zapora sieciowa (*firewall*) oraz zaktualizowany program antywirusowy.
4. Przekonaj dziecko, by wyłączało Wi-Fi w swoim telefonie, jeśli z niego nie korzysta i usuwało zapamiętane przez urządzenie sieci publiczne. Jeśli sieć taka została zapamiętana w danym urządzeniu, może się ono z nią połączyć, nawet bez wiedzy użytkownika. Dodatkową zaletą wyłączonego Wi-Fi jest dłuższy czas pracy bez ładowania baterii.

Kopie zapasowe

Utrata danych zapisanych na urządzeniu mobilnym należącym do dziecka (zdjęć, plików muzycznych, ale i zawartości książki telefonicznej) może być bolesna, nawet jeśli mają one jedynie wartość sentymentalną. Upadek lub zalanie urządzenia wodą, uszkodzenie karty pamięci może oznaczać, że dostęp do danych zapisanych w urządzeniu będzie niemożliwy (lub – ze względu na koszty odzyskiwania danych – nieoptymalny).

Większość producentów urządzeń mobilnych udostępnia swoim użytkownikom bezpłatne wirtualne dyski, służące m.in. do tworzenia kopii zapasowych zawartości telefonu i wszystkich indywidualnych ustawień. Kopia zapasowa może być również przydatna w przypadku zmiany telefonu na nowy – pozwoli przenieść zawartość starego urządzenia i większość jego ustawień.

Przestrzeń dyskową pozwalającą na przechowywanie danych oferują również operatorzy telefoniczni (Orange Cloud z bezpłatnym transferem danych, http://www.orange.pl/orange_cloud_home.html). Konto w tzw. chmurze (przestrzeni dyskowej dostępnej w internecie) umożliwi umieszczenie tam naszych zdjęć, nagrań audio i wideo, synchronizację kontaktów i kalendarza pomiędzy różnymi urządzeniami (również stacjonarnymi), jak i (po zalogowaniu się) dostęp do jego zawartości z każdego urządzenia podłączonego do internetu. Do chmury dostęp jest możliwy za pośrednictwem przeglądarki internetowej, wygodniejsze jest jednak zainstalowanie specjalnej aplikacji do zarządzania naszą przestrzenią dyskową i synchronizowania danych. Zawartość chmury można udostępniać znajomym poprzez portale społecznościowe lub e-mail.

WAŻNE!

Zwróć uwagę dziecka na fakt, że zawartość jego konta w chmurze jest bezpieczna do momentu, dopóki nie udostępni innym osobom hasła.

NFC

Near Field Communication (komunikacja bliskiego zasięgu) pozwala na przekazywanie plików lub wiadomości dzięki zetknięciu ze sobą dwóch urządzeń (wyposażonych w moduł NFC). Technologia ta pozwala np. na zakodowanie w telefonie biletów, kart wstępu, udostępnianie informacji o miejscu, w którym się znaleźliśmy – wystarczy przyłożyć smartfon do umieszczonego w widocznym miejscu taga NFC (naklejka lub pole opatrzone tym skrótem), by nasz smartfon odczytał zawartą w nim informację i wykonał zapisane w tagu działanie. Najpopularniejszą usługą wykorzystującą NFC są płatności dotykowe (zamiast karty do terminalu przykładamy smartfon). Jeśli zdecydujemy się udostępnić dziecku tę funkcję (jako kartę przedpłaconą – dokonywanie płatności wymaga zasilenia wcześniej konta powiązanego z kartą SIM), wyjaśnijmy mu, że ma do czynienia z *de facto* kartą płatniczą. Pomimo zapewnień o bezpieczeństwie tej technologii (dokonując płatności, cały czas mamy telefon w ręku), warto wykorzystywać ją z rozważą – nie udostępniać telefonu kolegom, nie pozostawiać aparatu w miejscach

publicznych. Środki dostępne na koncie oraz historię ostatnich transakcji można sprawdzić w specjalnej aplikacji powiązanej z kartą, uruchamianej wraz z aktywacją karty. Potwierdzenie transakcji PIN-em jest niezbędne powyżej kwoty 50 zł.

WAŻNE!

Zagubienie lub kradzież karty SIM NFC należy jak najszybciej zgłosić – w przypadku Orange pod numerem *100 (połączenie z telefonu Orange) bądź 510 100 100. Oprócz tego, tak jak w przypadku kart płatniczych, należy również poinformować bank obsługujący Orange Cash. Centrum Obsługi Kart Przedpłaconych mBank (+48 42) 664 73 44.

Bluetooth

Bluetooth pozwala na bezprzewodową wymianę informacji z innymi urządzeniami na niewielkie odległości. Technologia ta może być wykorzystywana np. do podłączenia zestawu głośnomówiącego do telefonu, komunikację z zewnętrznym urządzeniem GPS. Jednocześnie systematycznie pojawiają się informacje na temat odkrywania nowych metod włamań za pośrednictwem Bluetootha, polegających np. na wydobywaniu zawartości urządzenia, a nawet generowaniu kosztownych połączeń. Część z tych ataków wykorzystuje luki w oprogramowaniu, część wymaga współpracy ze strony użytkownika urządzenia, np. zaakceptowania próby sparowania urządzeń pod pozorem akceptowania cyfrowej wizytówki. Ze względu na niewielki zasięg Bluetootha do prób włamań się do urządzenia może dojść szczególnie w miejscach publicznych. Najskuteczniejszą metodą zapobiegania tego typu przypadkom jest po prostu wyłączenie łączności Bluetooth, jeśli z niej nie korzystamy.

WAŻNE!

Przekaż dziecku, by nie akceptowało prób sparowania urządzenia z innym urządzeniem, jeśli go nie zna, a w przypadku natrętnego ich powtarzania – zamknęło łączność Bluetooth.

Utrata telefonu lub tabletu

Ze względu na łatwość utraty urządzeń mobilnych (zagubienie, kradzież), większość producentów wyposaża je w aplikacje ułatwiające odszukanie urządzenia lub utrudniające sprzedaż skradzionego przedmiotu, a przede wszystkim – pozwalające na zdalne usunięcie prywatnych danych (zdjęcia, kontakty, SMS-y). Aplikacje służące do odzyskiwania urządzenia są w stanie zdalnie włączyć sygnał dźwiękowy z maksymalną głośnością (przydatne, jeśli np. gdzieś zawierasz się nam wyciszony telefon), umożliwiają śledzenie urządzenia w terenie, pokazując na mapie miejsce, w którym się znajduje, są w stanie wyświetlić na jego ekranie tekst lub numer telefonu, z którym powinien

się skontaktować znalazca, ostatecznie – blokują urządzenie, ograniczając możliwość korzystania z niego i jego sprzedaży. Obok narzędzi oferowanych przez producentów urządzeń mobilnych dostępne są również inne, niezależne aplikacje o podobnej lub szerszej funkcjonalności.

WAŻNE!

Aby mieć szansę wykorzystania tego typu aplikacji, konieczne jest powiązanie naszego urządzenia z kontem internetowym (producenta urządzenia lub aplikacji), aktywacja aplikacji i jej skonfigurowanie. Trzeba to jednak zrobić, zanim dojdzie do utraty urządzenia, warto więc być przewidującym.

W przypadku utraty urządzenia należy się zalogować z dowolnego dostępnego komputera, tabletu lub telefonu na konto, z którym zostało powiązane zagubione urządzenie, a następnie wskazać je na liście (jeśli na koncie zostało zarejestrowane więcej niż jedno urządzenie). Otworzy nam to dostęp do funkcji, które pomogą w odszukaniu urządzenia, w tym włączenie sygnału dźwiękowego, lokalizacji urządzenia na mapie, usuwanie danych, blokowanie urządzenia. Warto pamiętać, że uruchomienie sygnału dźwiękowego w sytuacji, kiedy wiemy, że telefon został skradziony, będzie dla złodzieja komunikatem, że urządzenie jest śledzone i może spowodować całkowite jego wyłączenie. Trzeba pamiętać również, że usunięcie prywatnych danych i wyzerowanie telefonu do ustawień fabrycznych (w zależności od konfiguracji) może również usunąć aplikację służącą do śledzenia naszego urządzenia lub odciąć je od konta, z którym było powiązane, należy więc tę możliwość traktować jako ostateczność. W zależności od systemu operacyjnego może się również okazać, że zablokowanie urządzenia nie pozwala na jego śledzenie. Aplikacje antykradzieżowe nie zadziałają, jeśli urządzenie zostanie wyłączone, nie będzie miało dostępu do sieci lub już przywrócono w nim ustawienia fabryczne. Warto więc pamiętać, że aplikacje tego typu są najskuteczniejsze bezpośrednio po utracie (kradzieży) urządzenia, a wraz z upływem czasu szanse na jego odzyskanie spadają.

WAŻNE!

W przypadku telefonu (lub tabletu, w którym znajduje się karta SIM), pamiętaj, by kradzież karty SIM lub jej zagubienie zgłosić operatorowi telefonicznemu. Dzięki temu zostanie ona zablokowana, co uniemożliwi np. prowadzenie rozmów telefonicznych na twój rachunek.

Jeśli operatorem utraconego telefonu jest Orange, kartę można zablokować:

- na stronie: www.orange.pl/portal/ecare/zablokuj_telefon,
- pod numerem *100 (z telefonu Orange) lub 510 100 100,
- bezpośrednio w salonie Orange.

Kradzież telefonu powinna zostać zgłoszona policji. Zgłaszając kradzież na posterunku, trzeba zabrać ze sobą dokument tożsamości oraz np. umowę, w której został wpisany numer IMEI skradzionego urządzenia (więcej informacji na str. 46). Ze sporządzonym przez policję protokołem kradzieży i dokumentami potwierdzającymi, do kogo należał telefon, należy się udać do salonu naszego operatora, gdzie dzięki numerowi IMEI może on zostać zablokowany również u innych operatorów.

Konsole do gier

Wielu graczy wybiera konsole do gier – wyspecjalizowane urządzenia skonstruowane z myślą o grach wideo. Obsługa takiego sprzętu jest prostsza, gra bywa też bardziej atrakcyjna niż w przypadku komputera – wcielając się w postać bohatera, piosenkarza lub sportowca, korzystamy nie z myszki i klawiatury, ale pada, maty i kontrolerów ruchu. Odrębną kategorią są konsole przenośne umożliwiające granie poza domem (np. na wakacjach, w drodze do szkoły).

Konsole stacjonarne są podłączane do monitora lub telewizora. Większość posiada napęd Blu-ray (lub DVD, CD), złącze HDMI, Wi-Fi do łączenia się z internetem. Konsole nie tylko dają możliwości przeglądania stron internetowych, ale mogą też służyć do oglądania zdjęć, filmów i słuchania muzyki. Gros urządzeń umożliwia też podłączenie czujnika ruchu, dzięki któremu grę kontrolujemy ruchami ciała.

Platformy do rozgrywek elektronicznych mogą łączyć się z wieloma serwisami internetowymi, umożliwiając pobieranie aplikacji i korzystanie z portali społecznościowych, czatów i wideokonferencji. Pozwalają również na wspólną grę i umożliwiają komunikowanie się z innymi graczami. Najnowsze modele oferują również możliwość transmitowania w czasie rzeczywistym (*streaming*) swoich rozgrywek na popularnych serwisach online.

Opłaty za gry

- Nierzadko gry przeznaczone na konsole są droższe niż ich wersje na komputery osobiste.
- Granie na konsoli online może być dodatkowo płatne. W takich sytuacjach konieczne jest wykupienie abonamentu i założenie konta na wybranej platformie.
- Dodatki do gier, dodatkowe poziomy również nierzadko mogą być płatne. W przypadku korzystania z zabezpieczeń kontroli rodzicielskiej możliwe jest ustawienie limitu wydatków dla naszego konta.
- Kontrolowanie wydatków dziecka jest również możliwe poprzez użycie kodów przedpłaty (nie wymagają one płatności kartą kredytową). Kody przedpłaty zakupione w zwykłym sklepie można wykorzystać zarówno w przypadku konsoli, jak i komputera.

Gry a bezpieczeństwo dziecka

Konsole są zintegrowane z usługami internetowymi, dzięki czemu nawet dzieci mogą pobierać dodatkowe treści, kontaktować się z innymi użytkownikami i udostępniać swoje dane. Producenci urządzeń do grania oferują różne formy kontroli rodzicielskiej – warto z nich skorzystać. Często punktem odniesienia jest wiek graczy, dający rodzicom możliwość decydowania o doborze metody zabezpieczeń.

- Zapoznaj się z instrukcją dotyczącą zabezpieczeń dołączonej do urządzenia. Zajrzyj na stronę producenta poświęconą kontroli rodzicielskiej.
- Poznaj zasady korzystania z wybranej przez dziecko gry i sprawdź, w jaki sposób można zgłaszać nadużycia innych graczy.
- Zdecyduj, w co może grać twoje dziecko i wprowadź te ograniczenia do urządzenia.
- Ustal czas korzystania z konsoli w ciągu dnia, zabezpiecz dostęp do profilu na platformie hasłem.
- Kontroluj dostęp do internetu i skonfiguruj ustawienia prywatności konta.
- Sprawdź dopuszczalny wiek użytkownika. Wiele gier popularnych wśród najmłodszych jest przeznaczonych dla młodzieży lub tylko dla osób dorosłych.

Telefon stacjonarny

Mimo triumfu telefonii komórkowej telefon stacjonarny wciąż jest dobrym wyjściem dla osób, które szukają prostych rozwiązań.

■ Identyfikowanie numeru

Dzięki usłudze identyfikacji numeru rozmówcy na wyświetlaczu aparatu widoczny jest numer osoby dzwoniącej. Zawsze też można sprawdzić, kto dzwonił podczas naszej nieobecności. Numer osoby dzwoniącej będzie się wyświetlał zawsze, poza połączeniami z telefonów o zastrzeżonych numerach.

WAŻNE!

Warto przestrzec dzieci przed odbieraniem połączeń nieznanymi lub anonimowymi. Można też rozważyć zastosowanie funkcji blokowania numeru w przypadku połączeń niewyświetlających się w aparacie telefonicznym.

■ Blokowanie połączeń na numery *premium rate*

Warto rozważyć blokadę wszystkich numerów o podwyższonej płatności. Usługi tzw. *premium rate* są z reguły wykorzystywane przez organizatorów loterii, konkursów i plebiscytów. Często ich reklama może sugerować,

że wystarczy zadzwonić, by wziąć udział w konkursie i go wygrać. Informacja o podwyższonej płatności może być mało widoczna, tak jak i regulamin usługi.

Warto rozważyć wybranie blokady na różnego rodzaju połączenia, eliminując rozmowy na telefony komórkowe, połączenia *premium rate* lub międzynarodowe. W ramach tej usługi nie są blokowane rozmowy z numerami alarmowymi oraz połączenia bezpłatne do wybranych usług informacyjnych.

■ Ustalenie limitu rachunku

Po wyborze tej usługi dzwoniący nie ma możliwości przekroczenia rachunku – po przekroczeniu wskazanej kwoty płatne połączenia wychodzące są blokowane.

Poinformuj dziecko, że zawsze ma możliwość skorzystania z **połączenia na koszt odbiorcy**. Dzwoniąc pod numerem 19222, dziecko połączy się z operatorem i będzie mogło podać numer np. swoich rodziców. Jeśli nie pamięta numeru i nie jest on zastrzeżony, operator wyszuka go w bazie danych.

Dobrym pomysłem pozwalającym zadbać o bezpieczeństwo dziecka jest również **usługa automatycznego połączenia**. Po kilku sekundach od podniesienia słuchawki, jeśli nie zostanie wybrany inny numer, nastąpi połączenie z wcześniej wybranym numerem. Skorzystanie z takiej możliwości może być bardzo przydatne w sytuacji, gdy dziecko zostaje samo w domu.

Pamiętaj o numerach alarmowych. Warto zadbać o to, by dziecko знаło numery telefonów do straży pożarnej, pogotowia i na policję, a nawet wpisać je na stałe do telefonu stacjonarnego. Jednocześnie zwróć uwagę dziecka na fakt, że numery alarmowe można wykorzystywać tylko i wyłącznie w sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia. Ich niewłaściwe wykorzystanie może narazić dzwoniącego na konsekwencje – finansowe i prawne.

Połączenia alarmowe są zawsze bezpłatne i dostępne także wtedy, kiedy inne połączenia, z jakichkolwiek powodów, są zablokowane.

WAŻNE TELEFONY RATUNKOWE

112 – numer alarmowy obowiązujący na terenie całej Unii Europejskiej, służy do powiadamiania w sytuacjach zagrożenia zdrowia, życia lub mienia,

997 – policja,

998 – straż pożarna,

999 – pogotowie ratunkowe,

984 – pogotowie rzeczne,

985 – ratownictwo morskie i górskie.

Numery rozpoczynające się od 116 – zgodnie z regulacjami Unii Europejskiej należą do grupy numerów o tzw. walorach społecznych, czyli z założenia służących dobru społeczeństwa.

■ **116 000** – to europejski numer przeznaczony dla rodziców i opiekunów, którym zaginęło dziecko, dla zaginionych dzieci oraz dla wszystkich osób, które mogą pomóc w ich odnalezieniu;

■ **116 111** – to telefon zaufania dla dzieci i młodzieży;

■ **116 123** – to telefon wsparcia emocjonalnego dla dorosłych.

Numer alarmowy **112** oraz numery **116** dla usług społecznych są całodobowe, bezpłatne i obowiązują na terenie całej Unii Europejskiej.

Wiele potrzebnych informacji można uzyskać pod numerem 118 000 (usługa Dobry Numer, opłata 2,08 zł z VAT (1,69 zł netto) za minutę połączenia, niezależnie od taryfy). Przykładowo: informacje o numerach telefonów, adresach służb alarmowych i pogotowia oraz dyżurach aptek i szpitali, informacje dotyczące funkcjonowania wszystkich urzędów w Polsce, numery telefonów i adresy całodobowych placówek handlowo-usługowych, rozkład jazdy PKP.

Smart TV

Smart TV to odbiorniki telewizyjne umożliwiające dostęp zarówno do treści dostarczanych przez nadawcę telewizyjnego, jak i udostępnianych za pośrednictwem internetu. By w pełni korzystać z usług Smart TV, konieczne jest połączenie telewizora ze źródłem sygnału telewizyjnego (np. kablówką, anteną satelitarną) oraz z internetem (za pośrednictwem kabla lub sieci Wi-Fi, niezbędne jest dostatecznie szybkie łącze internetowe). Otwiera to dostęp do wielu interaktywnych usług, w tym m.in.: VOD (*Video on Demand* – wideo na żądanie), możliwości korzystania z serwisów społecznościowych i informacyjnych, sklepów internetowych. Dodatkowo telewizory Smart TV umożliwiają korzystanie z zainstalowanych na nich aplikacji, w tym wielu przygotowanych z myślą o dzieciach (materiałów edukacyjnych, gier).

Odbiorniki telewizyjne pozwalające na korzystanie z funkcji Smart TV oferują obecnie wszyscy liczący się producenci telewizorów. Modele poszczególnych producentów różnią się między sobą dostępem do różnych platform VOD oraz liczbą dostępnych aplikacji.

Z usług tego typu można również korzystać na standardowych telewizorach, niezbędne jest wówczas podłączenie do telewizora przystawki (stojącej obok telewizora – *smart tv box* lub wpiętej bezpośrednio w złącze odbiornika – *dongle*) z odpowiednim oprogramowaniem. Dostęp do usług Smart TV umożliwiają też niektóre odtwarzacze Blu-ray.

Wideo na żądanie – kontrola rodzicielska

Nie wszystkie materiały dostarczane w ramach usługi VOD są przeznaczone dla dzieci. By ograniczyć do nich dostęp, można użyć opcji kontroli rodzicielskiej. Pozwala ona na blokadę konkretnych kanałów. Ustawienia te wprowadza się w menu telewizora za pomocą pilota. Ograniczenia mogą dotyczyć wybranego programu, kanału, dekodera lub programów o określonej kategorii wiekowej. Dostęp jest zabezpieczony hasłem (PIN-em).

Po włączeniu kontroli rodzicielskiej zostają uruchomione dodatkowe opcje blokady, np.:

- poziom blokady: blokada dotyczy programów z określonej kategorii wiekowej: 7+, 12+, 16+, 18+, blokada wyłączona;
- blokada kanałów: blokowane są grupy kanałów: sport, film, dzieci, edukacja, muzyka, styl życia, informacja, dla dorosłych;
- blokowanie dekodera: na stałe lub czasowo;
- blokowanie VOD: zablokowany dostęp do wypożyczalni filmów;
- zmiana kodu PIN: warto to zrobić tuż po zakupie telewizora, ponieważ standardowy PIN to 0000, 1111, 1234 itp.
- blokada opcji kontroli rodzicielskiej: uniemożliwia zmianę ustawień kontroli rodzicielskiej.

Klasyfikacja wiekowa

Większość programów telewizyjnych (z wyjątkiem programów informacyjnych, sportowych, reklam, telesprzedaży i przekazów tekstowych) podlega klasyfikacji pod względem przeznaczenia wiekowego, a ich nadawcy są zobowiązani do wyświetlania oznaczeń przez cały czas trwania audycji.

	Od lat	ograniczenia czasowe
	Brak ograniczeń	—
	7	—
	12	—
	16	20:00-6:00
	18	23:00-6:00

Więcej informacji:

<http://www.krrit.gov.pl/dla-abonentow-i-konsumentow/ochrona-maloletnich/>



Jak dochodzić swoich praw?

Podczas korzystania z internetu, zarówno nam, jak i naszemu dziecku mogą się przytrafić niebezpieczne sytuacje. W przypadku gdy naruszają one prawo, dostępne są **dwie drogi ochrony prawnej: karna i cywilna**. Niektóre niebezpieczne sytuacje, jako przestępstwa, podlegają ściganiu na mocy prawa (droga karna), ale w wielu przypadkach konieczne będzie posłużenie się drogą cywilną, czyli drogą roszczeń odszkodowawczych. Zdarza się również, że przykre dla nas zdarzenia nie stoją w sprzeczności z prawem, ale np. naruszają regulamin serwisu, w którym mają miejsce.

- Przede wszystkim warto zapisać dowody tego, co się wydarzyło. Dobrze jest zachować wszystkie materiały – zapisać SMS-y, e-maile, rozmowy na czatach lub w komunikatorach, komentarze na profilach społecznościowych.

WAŻNE!

Najprostszym sposobem na zarejestrowanie zawartości ekranu jest wykonanie jego zrzutu. Aby zachować to, co jest widoczne na ekranie, należy wcisnąć wciśnij klawisz „Print Screen” (Prt Sc), a następnie wkleić (Ctrl + V) zrzut ekranu do Painta lub Worda i zapisać plik.

- W przypadku jeśli w internecie dojdzie do nadużyć wobec naszego dziecka, należy przede wszystkim zwrócić się do prowadzących serwis, w którym miało miejsce przykre zdarzenie. Za pomocą poczty mailowej lub formularza kontaktowego warto szybko się skontaktować z administratorem strony, opisując dokładnie sytuację. Możemy również zażądać usunięcia określonych treści ze strony. Część serwisów udostępnia przycisk „Zgłoś nadużycie”.
- Jeśli mamy problemy z kontaktem z administratorem strony, warto się zwrócić do konsultantów **Helpline.org.pl** – komórki Fundacji Dzieci Niczyje poświęconej bezpieczeństwu dzieci i młodzieży w internecie: www.helpline.org.pl, helpline@helpline.org.pl, tel. **800 100 100**.
- W sytuacjach naruszających prawo należy sprawę zgłosić policji.
- Informacje i porady dotyczące praw konsumenta online można uzyskać na stronie serwisu Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów: <http://ezakupy.uokik.gov.pl/> i pod numerem bezpłatnego telefonu infolinii konsumenckiej **800 007 707**.
- Jeżeli ty lub twoje dziecko natrafiliście w sieci na treści nielegalne (np. z pornografią dziecięcą, materiałami rasistowskimi i ksenofobicznymi), należy zgłosić niepokojącą zawartość do zespołu Dyżurnetu (komórki Naukowej i Akademickiej Sieci Komputerowej zajmującej się nielegalnymi treściami w internecie). **Dyżurnet.pl**: <http://www.dyzurnet.pl/>.
- **www.cert.pl** – przyjmuje zgłoszenia dotyczące włamań lub prób włamania do komputera, nękania spamem przesyłanym za pośrednictwem polskich serwerów lub ataków hackerów.

Ciekawe miejsca w sieci i oferta edukacyjna Fundacji Dzieci Niczyje

Firma Orange i Fundacja Dzieci Niczyje już od 10 lat przygotowują materiały edukacyjne i kampanie społeczne poświęcone bezpieczeństwu dzieci i młodzieży w internecie. Ich autorzy dbają, by przeznaczone dla dzieci materiały, oprócz walorów edukacyjnych, miały atrakcyjną formę – to warunek edukacji przez zabawę. Chociaż materiały te powstają przede wszystkim z myślą o zajęciach szkolnych (zachęcamy do zainteresowania nimi nauczycieli), doskonale sprawdzają się również w domu, jako pretekst do rozmowy z dzieckiem o bezpieczeństwie w internecie.

Jeśli dziecko ma 4-6 lat:

Serwis www.necio.pl. Jego głównym bohaterem jest robocik Necio, w towarzystwie którego najmłodszy dowiedzą się, czym jest sieć, jak się po niej poruszać, poznają również zasady korzystania z komputera i internetu. W serwisie dostępne są gry edukacyjne, filmiki i piosenki o bezpieczeństwie w internecie. Elementem tego projektu jest bajka pt. „Mój przyjaciel Necio”. Można ją przeczytać dziecku samodzielnie albo pozostawić to aktorowi Tomaszowi Kotowi (audiobook w pliku MP3). www.necio.pl

Jeśli dziecko ma 6-10 lat:

„Owce w sieci”. To seria zabawnych filmów animowanych będących doskonałym pretekstem do rozmowy z dzieckiem o bezpieczeństwie w internecie. Filmy odwołują się jednocześnie do motywów bajkowych, ale i współczesnej kultury. Poruszane w filmach tematy to m.in. publikacja nagich zdjęć i nagrań, prześladowania w internecie, wyłudzenia danych osobistych i informacji majątkowych, uwodzenie przez internet. Kreskówki z dubbingiem Andrzeja Grabowskiego dostępne są na <http://pl.sheeplive.eu/>

„Zużka i Tunio poznają internet”. Filmy i łamigłówki, dzięki którym dzieci wraz z głównymi bohaterami – Zużką, Tuniem i ich psem – poznają podstawowe mechanizmy funkcjonowania sieci oraz zasady bezpiecznego i efektywnego korzystania z internetu. www.fdn.pl

Jeśli dziecko ma 6-12 lat:

Serwis www.sieciaki.pl. To serwis edukacyjny stylizowany na portal społecznościowy. W całości jest poświęcony edukacji dzieci w zakresie bezpiecznego surfowania w internecie. Dzięki ciekawej fabule, opartej na walce dobrych Sieciaków ze złymi Sieciuchami, dzieci angażują się w problematykę zagrożeń online. Serwis podzielony jest na trzy części:

- część informacyjna – kompendium wiedzy na temat internetowych zagrożeń;
- serwis społecznościowy – to miejsce, gdzie najmłodszy internauci uczą się, jak tworzyć bezpieczne profile w serwisach społecznościowych, a wraz z nimi wymyślać odpowiednie hasło i nick do poruszania się po serwisie;
- SiecioPlaneta – wirtualny świat gier, zapoznających użytkowników m.in. z tematyką wirusów komputerowych, nadmiernego korzystania z sieci, kontaktów z osobami poznanymi w internecie.

Katalog Bezpiecznych Stron BeSt – integralna część serwisu [Sieciaki.pl](http://www.sieciaki.pl). Zawiera ponad 200 stron WWW, przejrzanych i ocenionych przez specjalistów, posegregowa-

nych w katalogach wiekowych: 3+, 6+, 10+ lat oraz w katalogach tematycznych: gry i rozrywka, książka i prasa, film i muzyka, edukacja, kultura, razem z rodzicami, czas wolny, zwierzęta. Umieszczenie strony w katalogu oznacza zgodę na wykorzystywanie na niej specjalnego znaku BeSt (bezpieczna strona). Jest on widoczny w głównej części witryny, dzięki czemu rodzic ma pewność, że przeglądana przez jego dziecko strona pochodzi z katalogu BeSt.

Przeglądarka BeSt. Program komputerowy pozwalający na przeglądanie stron wyłącznie z katalogu Bezpiecznych Stron. Dzięki niej rodzic może mieć gwarancję, że dziecko nie natrafi na strony zawierające niewłaściwe treści lub wejdzie w kontakt z nieznanymi osobami. Przeglądarka umożliwi wyszukiwanie stron przy użyciu słów kluczowych, nazwy i opisu, a także pozwala na wybór stron z ośmiu katalogów tematycznych oraz ograniczenie zawartości w zależności od wieku użytkownika ((3+, 6+, 9+ lat). Opiekun dziecka ma możliwość zablokowania zamykania programu hasłem, monitorowania stron odwiedzanych przez dzieci.

Program jest bezpłatny, został przygotowany z myślą zarówno o urządzeniach stacjonarnych wyposażonych w system operacyjny Windows, jak i urządzeniach mobilnych z systemem Android. Można go pobrać ze strony www.best.fdn.pl.

Jeśli dziecko ma 11-13 lat:

„3... 2... 1... Internet!”. Seria kreskówek poświęconych szerokiemu spektrum zagrożeń internetowych, m.in. przemocy rówieśniczej, kontaktom z obcymi i uzależnieniu od komputera. Każdy z filmów ma dwa alternatywne zakończenia – bezpieczne i ryzykowne, ich wybór należy do dziecka. Narratorem kreskówek jest kierowca rajdowy Krzysztof Hołowczyc. Kreskówki również w wersji dla dzieci niesłyszących dostępne są pod adresem www.321internet.pl.

Jeśli masz w domu gimnazjalistę:

„NumaNuma”. Magazyn o fenomenach internetu i bezpieczeństwie online adresowany do młodzieży zainteresowanej rozwojem nowych technologii i internetu, współtworzeniem wirtualnego świata, wykorzystywaniem możliwości, jakie daje sieć. Wersja elektroniczna magazynu dostępna jest pod adresem www.numanuma.pl

Fejsmen. Seria kreskówek, w których dysponujący nadnaturalnymi umiejętnościami superbohater niesie pomoc wszystkim tym, którym grozi utrata twarzy w internecie, ale za każdym razem ponosi spektakularną klęskę. Zawsze jednak daje radę – „Dbaj o fejs”: kiedy publikujesz, kiedy komentujesz, kiedy wrzucasz zdjęcia... Celem kreskówek jest zwrócenie uwagi młodzieży na problem prywatności w sieci. www.dbajofejs.pl

„W Sieci”. Talk-show prowadzony przez Ewę Farną, w którym rozmawia ona z zaproszonymi gośćmi (ofiarami internetowych zagrożeń) na temat uwodzenia w sieci oraz cyberprzemocy. Reportaże i wywiady wykorzystane w programie prezentują również pozytywne, efektywne zastosowania sieci. www.wsieci.tv

Większość materiałów jest dostępna również w postaci kursów e-learning na platformie edukacyjnej: www.edukacja.fdn.pl.

Upewnij się, że komputer twojego dziecka jest bezpieczny.

Sprawdź, czy:

- na komputerze działa i jest systematycznie aktualizowany program antywirusowy,
- komputer ma włączoną zaporę sieciową (element systemu lub niezależny program),
- jest włączone automatyczne pobieranie i instalowanie aktualizacji systemowych,
- została zaktualizowana przeglądarka internetowa,
- w przeglądarce został zainstalowany dodatek blokujący reklamy,
- program antywirusowy skanuje wiadomości e-mail,
- dziecko ma własne konto użytkownika w systemie (z ograniczonymi uprawnieniami),
- uprawnienia administratora są zabezpieczone mocnym hasłem, nieznanym dziecku,
- oprogramowanie pochodzi tylko ze znanych i sprawdzonych źródeł,
- każda zewnętrzna pamięć (przenośny twardy dysk, pamięć USB) jest przeskanowana przez program antywirusowy przed skopiowaniem plików.

Jeśli twoje dziecko ma 7-14 lat, najprawdopodobniej z dnia na dzień staje się coraz bardziej samodzielne. Zaproponuj mu podpisanie umowy dotyczącej jego bezpieczeństwa w internecie. Na pewno doceni powagę tego faktu i poczuje się docenione. Obok znajdziesz szkic umowy, oczywiście można ją rozszerzać o dodatkowe punkty.

NASZA UMOWA O UŻYWANIU INTERNETU

Oto zasady, które ustaliliśmy wspólnie z rodzicami odnośnie korzystania przeze mnie z internetu:

1. Będę z Wami ustalać, ile czasu mogę poświęcać na korzystanie z internetu i z jakich serwisów i gier mogę korzystać.
2. Zachowam szczególną ostrożność w kontaktach z osobami poznanymi w sieci.
3. Bez Waszej zgody nie spotkam się z nikim poznanym przez internet. Powiem Wam, jeśli ktokolwiek zaproponuje mi spotkanie.
4. Nie będę bez Waszej zgody podawać w sieci prywatnych informacji o sobie, takich jak nazwisko, adres zamieszkania lub numer telefonu.
5. Nie będę bez Waszej zgody publikować ani wysyłać swoich prywatnych zdjęć.
6. Nigdy nie będę w sieci posługiwać się wulgarnym językiem ani nikogo obrażać lub wyśmiewać.
7. Będę strzec wszystkich swoich haseł i zawsze będę się wylogowywać z serwisów, z których korzystam.
8. Poinformuję Was zawsze, kiedy ktoś lub coś mnie w sieci przestraszy, zaniepokoi, lub zasmuci.

Mój podpis

1. Zależy nam na tym, abyś korzystał z internetu i interesuje nas, w jaki sposób spędzasz w nim czas.
2. Zależy nam na Twoim bezpieczeństwie, więc będziemy wymagać przestrzegania ustalonych wspólnie zasad.
3. Jeżeli kiedykolwiek przydarzy Ci się w internecie lub podczas korzystania z telefonu komórkowego coś złego, zawsze będziemy Ci pomocni, niezależnie od tego, czy coś stało się z Twojej winy czy nie.

Podpisy rodziców

Fundacja Orange



Orange Polska już od 10 lat dba o bezpieczeństwo najmłodszych internautów. Poradnik „Bezpieczne media” powstał dzięki współpracy Fundacji Orange i Fundacji Dzieci Niczyje. W ramach wspólnych działań na rzecz bezpieczeństwa dzieci w internecie przygotowano również m.in. platformę e-learningową dla uczniów i dorosłych, serwisy internetowe, odwołujące się do zasad edukacji przez zabawę oraz materiały edukacyjne i scenariusze zajęć, dedykowane profesjonalistom pracującym z dziećmi i młodzieżą, poświęcone świadomemu korzystaniu z sieci. W oparciu o nie, wykorzystując jednocześnie własną wiedzę i kompetencje, wolontariusze – pracownicy Orange Polska, którym tematyka nowych technologii jest szczególnie bliska – przeszkolili blisko 25 tysięcy dzieci z całej Polski.

Wersja elektroniczna poradnika:
www.orange.pl

