



Asmeninės informacijos skelbimas ir su tuo susiję pavojai

P A T A R I M A I T Ė V A M S

Svarbu žinoti

- Kitų žmonių nuotraukas, vaizdo įrašus galima viešai **skelbti** tik turint jų **sutikimą**. Nepilnamečių nuotraukas skelbti galima tik sutinkant jų tėvams ar globėjams.
- Kai kuriuose socialiniuose tinkluose paskelbtų nuotraukų **negalima** visiškai **pašalinti**, žinantys jų adresą galės jas matyti visą laiką.
- Internete paskelbta **informacija** bematant **paplinta** ir jos praktiškai nebegalima visiškai pašalinti.

Veikite

- **Mokykite** vaikus **atpažinti** draudžiamą ir nepilnamečiams netinkamą **turinį**, o tokį suradus, pasikalbėti su suaugusiais, kaip jo išvengti.
- **Domėkitės** vaikų **draugais** internete ir lydėkite savo vaikus į susitikimus su jais.
- **Stabdykite** elektronines **patyčias** – neleiskite vaikams tyčiotis, skatinti patyčias, padėkite užblokuoti skriaudiką.
- Ne viskas internete yra tiesa. **Mokykite** vaikus **kritinio mąstymo**, nesidalinti asmenine informacija ir laiku pažinti apgaulę.

Jokie draudimai ir kontrolė negali visiškai apsaugoti vaiko nuo interneto grėsmių. Todėl svarbu išlaikyti artimą ryšį su vaiku ir abipusį pasitikėjimą, kad galėtumėte laiku jam padėti!

Kur kreiptis pagalbos?

<https://svarusinternetas.lt>



Susidūrę su žalinga informacija internete, praneškite apie ją atsakingoms institucijoms.

Vaikai, internete susidūrę su patyčiomis ar netinkama informacija, turėtų kreiptis į suaugusiuosius, kuriais pasitiki (mokytojus, tėvus) arba į „Vaikų liniją“ telefonu **116111**, **vaikulinja.lt**.

jaunimo linija
8 800 28888 | www.jaunimolinija.lt

Jaunuoliai emocinės pagalbos gali kreiptis į „Jaunimo liniją“ nemokamu telefonu 8 800 28888, elektroniniais laiškais arba pasikalbėti internetu svetainėje **jaunimolinija.lt**



„Tėvų linijos“ psichologai padės tėvams geriau suprasti savo vaikus ir suvaldyti jų sukeltas emocijas.

Jei vaikas susiduria su elektroninėmis patyčiomis, kreipkitės į tos svetainės ar socialinio tinklo administratorius, kad įžeidžiančią informaciją pašalintų; bet jei negalite su jais susisiekti, praneškite <https://svarusinternetas.lt>. Jei kyla grėsmė vaiko saugumui, kreipkitės į policiją!

Svarbūs patarimai mokyklinio amžiaus vaikų tėvams

Socialiniai tinklai tik nuo 13 metų amžiaus!

1–4 klasės

1 - 4 klasių mokiniai skaitmenines priemones naudoja daugiausia žaidimams, ir palaipsniui pradeda domėtis bendravimu žaidžiant, ima keistis informacija su draugais.

Šio amžiaus vaikams rekomenduojama:

- nesinaudoti socialiniais tinklais, anonimiškomis ir vaikams neskirtomis bendravimo priemonėmis;
- žaidimai turi atitikti vaiko amžių;
- išmaniuosiuose įrenginiuose verta įdiegti turinio filtravimo ir saugaus naršymo priemones;
- vaikai savarankiškai naudotis turi tik ribotų bendravimo galimybių įrenginiais, pavyzdžiui, išmaniaisiais laikrodžiais.

Ekranais ir internetu leiskite naudotis tik prižiūrint suaugusiems!

5–8 klasės

5 – 8 klasių mokiniai siekia būti nepriklausomi nuo tėvų ir savarankiškai naudotis skaitmenine erdve. Vaikai internete jau susiduria su jiems netinkamu turiniu, todėl suaugusieji turi juos atitinkamai parengti. Šio amžiaus vaikų tėvams rekomenduojama:

- mokyti vaikus atpažinti netinkamą turinį ir kaip jo išvengti;
- mokyti vaikus atpažinti interneto grėsmes ir kaip nuo jų apsisaugoti;
- domėtis, ką vaikai veikia ir su kuo bendrauja internete;
- tėvų kontrolės priemonės naudojamos tik abipusiu susitarimu.

Kartu su vaikais susitarkite dėl saugaus išmaniųjų įrenginių naudojimo taisyklių ir jų laikykitės.

9–12 klasės

9 – 12 klasių mokiniai laužo taisykles, drąsiai naudojami visomis skaitmeninės erdvės galimybėmis, tačiau dar neturi gyvenimiškos patirties. Tėvai turi būti pasirengę jiems padėti sudėtingose situacijose. Šio amžiaus paaugliams rekomenduojama:

- patiems sukurti šeimos saugaus išmaniųjų įrenginių naudojimo taisykles;
- supažindinti tėvus su skaitmeninių technologijų galimybėmis ir panaudoti tėvų gyvenimišką patirtį saugiai bendraujant internete.

Leiskite paaugliams būti atsakingais ir mokykitės vieni iš kitų!

Daugiau informacijos rasite www.epilietis.eu/tevams



LIETUVOS RESPUBLIKOS
SVEIKATOS APSAUGOS MINISTERIJA

pagalba
sau
EMOCINĖS SVEIKATOS LINK

Informacija apie emocinę sveikatą ir
psichologinę pagalbą
pagalbasau.lt