



ÉRTSEN A GYEREK NYELVÉN!

GYEREKEK A DIGITÁLIS TÉRBEN –
ÚTMUTATÁS FELNŐTTEKNEK

MIRŐL OLVASHAT A FÜZETBEN?

Kedves szülők, nagyszülők, pedagógusok, gyerekek közelében élő tudatos felnőttek!

Nem egyszerű a dolgunk, ha jó példát szeretnénk mutatni, jó tanácsokat szeretnénk adni a gyerekeknek a média használatáról. Néhány alapszabályt betartva azonban rengeteget segíthetünk a gyerekeknek abban, hogy a lehető legokosabban tudják kihasználni a modern technológiák előnyeit. Ehhez ad támpontokat ez a füzet, amely, ha rászánjuk az időt, hasznos útmutatóként szolgálhat a mindennapokban.



MÉDIAHATÁS

Tegyen egy lépést a gyerek felé!	4. oldal
Mit tudhatunk jobban felnőttként, mint a gyerek?	5. oldal
Hogyan hat a gyerekre a média?	6. oldal
Merje azt mondani a gyerekeknek, hogy szép vagy!	10. oldal



TV-RÁDIÓ-MOZI

Mi a valóság és mi nem az?	13. oldal
A korhatárkarika nem a képernyő díszítőeleme!	14. oldal
Használjuk a gyermekzárat!	16. oldal



INTERNET

Új technológia, új műfajok, új gondolkodásmód	18. oldal
Online közösség vs. valós közösség	19. oldal
Amit biztosan használ a mi gyerekünk is!	20. oldal
Instagram, Snapchat	21. oldal
Új műfajok	23. oldal
13 alatt a Facebookon?!	24. oldal
Ingyenes szűrőszoftvert minden gépre!	26. oldal

Internetet a tanuláshoz? Naná!	26. oldal
Behálózva – avagy mi az a grooming?	28. oldal
Online zaklatás (cyberbullying)	30. oldal
Szexting, az online zaklatás speciális formája	32. oldal
Mindent a gyerek biztonságáért	33. oldal
Hagyd meg a gyermeknek a gyerekkorát!	34. oldal



VIDEÓ

Játszani öröm, de nem mindegy, hogy mit és mennyit	35. oldal
Keresd a pegi-jelöléseket!	36. oldal
Online szerepjátékok, ismerkedés	38. oldal
Pénztárcájának barátja lehet egy-egy beállítás	40. oldal
Gyerekeink jövőbeli kívánságlistájának része lesz a vr	40. oldal



INTERNET HOTLINE

Jelentse be nálunk a káros tartalmakat!	42. oldal
---	-----------

TEGYEN EGY LÉPÉST GYERMEKE FELÉ!

A gyerekek rengeteg időt töltenek médiaeszközeik használatával. Tévéznek, videojátékoznak és neteznek, néha akár mindhármat egyszerre. Teljesen természetes számukra, hogy bárhol, bármikor elérhetőek, és ők is elérnek bárkit és bármilyen információt. Fejtörés ez a felnőtteknek, hiszen gyakran azt sem értik, miről beszél a gyerek, nem-hogy segíteni tudnának neki az eligazodásban. Ás-suk bele magunkat, térképezzük fel, mit tehetünk meg felnőttként ebben a kicsit idegen világban, tegyünk egy-két lépést a média és így a gyerekek megértése felé!

- » Egyáltalán mi az a vlog?
- » Hogyan működik a Snapchat?
- » És mi ennek az egésznek a háttere és hatása?

MIT TUDHATUNK FELNŐTTKÉNT JOBBAN, MINT A GYEREK?

A LEGFONTOSABBAT

„De hát sokkal ügyesebben bánik az eszközökkel, mint én, mit taníthatnék neki?” – ezt a mondatot indokolatlanul gyakran halljuk, amikor a médiáról van szó, bár van némi igazságtartalma. Nem azt kell megtanítani a gyerekeknek, hogy hogyan használják technikailag az eszközeiket. Azt kell tudatosítani bennük, hogy hogyan tudják megfelelően felhasználni a tartalmakat, amikkel találkoznak. És nem árt, ha azt is megtaníttuk nekik, hogyan tudják megvédeni magukat a veszélyektől. **Az újonnan megjelenő alkalmazásoktól nem félni kell, mindössze jól kell érteni őket.** A helyzetek helyes felismerésének képességében mi, felnőttek, mindenképpen előttük járunk, ezért az elővigyázatosság, a tudatosság, a kritikus szemlélet és felelősségtudat azok az értékek, amiket kötelességünk átadni a fiata-

loknak. Mi már tudatosítottuk magunkban, hogy a tetteinknek következményei vannak, vezessük erre rá a gyerekeket is. Ne tiltsuk őket, hanem tanítsuk meg nekik, hogyan lehetnek kellőképpen óvatosak és kritikusak a saját biztonságuk érdekében, hiszen digitális lábnyomainkat sosem mossák el az internet hullámai.

A médiatudatosságra nevelés olyan, mint amikor úszni tanítjuk a gyereket. Csak akkor engedjük be a mély vízbe, ha megbizonyosodtunk arról, hogy már elég magabiztosan úszik.



HOGYAN HAT A GYERMEKEKRE A MÉDIA?

ADJUNK NEKIK TANÁCSOT ÚGY, AHOGYAN A VALÓ ÉLETBEN TENNÉNK!

Először is azt kell megértenünk, hogy a gyerekek egészen másként viszonyulnak az újmédiás eszközökhöz, az okos-telefonokhoz, tabletekhez, a tévéhez, a rádióhoz, a videó-játékokhoz meg úgy egyáltalán az internethez, mint az idősebbek. Nekik teljesen természetes az, amit a körülöttük élő felnőttek kamaszként vagy még később tanultak meg. Ezzel nincs is semmi baj, mi is mennyire örültünk volna, ha annak idején egy sulidolgozat elkészítéséhez használhattuk volna a Google-t! A generációk közötti különbség nemcsak köztünk és a szüleink között van meg,

hanem köztünk és a gyerekeink között is. A lényeg: ne riadjunk meg attól, hogy nem pontosan értjük, mi történik velük az online térben! Hanem ahogy a valós térben, itt is próbáljuk átadni nekik azokat az értékeket, amiket jónak látunk. Kutatások bizonyítják például, hogy a gyerekek hajlamosak előbb kattintani és inkább utána korrigálni a hibát, ha esetleg úgy adódik, míg az idősebbek elővigyázatosak, és kérdeznek, mielőtt kattintának bárhova is. Nem kérdés, hogy melyik viselkedésforma kifzetődőbb a neten – vezessük rá a gyerekeket!

ÉN VAGYOK ÉN – A NETEN IS

A gyerekek a közösségi oldalakon és a számítógépes játékokban gyakran nem valós, hanem online személyiséggükkel vesznek részt. Ez azt eredményezheti, hogy ezen a fórumokon más lehet a viselkedésük, mint a való életben: gyakran éretlenebbek, meggondolatlanabbak, könnyebben elveszítik a kontrollt, mert akár saját nevük és arcuk eltitkolásával is részt vehetnek a kapcsolatokban.

Beszélgessünk a gyerekekkel és tudatosítsuk bennük, hogy az interneten egy bizonyos mértékig mindenki más, mint a valóságban. Ugyanakkor azt is tanítsuk meg nekik, hogy a netes tetteikért is vállalniuk kell a felelősséget, hiszen szükség esetén bármikor könnyedén lenyomozható a személyazonosságuk.

DE ÉN IS CELEB AKAROK LENNI!

A sztárkultusz jelentősen megváltozott az idők során. Míg régen a teljesítményük miatt szerettük a filmszillagokat, zenészeket vagy sportolókat, ma már a média magának generálja a sztárokat. A celebek azért híresek, mert híresek: a hírnév oka csupán annyi, hogy sokszor jelennek meg a médiában. A fiataloknak vonzó lehet ez a kultúra, hiszen nem kell sokat tenni érte, mégis látványos a siker. Az árnyoldalait azonban már kevésbé látják: a celebek gyakran csak nagyon rövid ideig vannak az érdeklődés középpontjában, és aztán nehezen dolgozzák fel, hogy nem érdekesek. Amíg viszont az előtérben vannak, torz képet kapnak vissza magukról és a környező világról.

VLOGGEREK, SPORTOLÓK, ÉNEKESEK

A gyerekek rengeteg olyan hírességgel vannak körülvéve az online térben, akik hatással vannak rájuk. Legyünk képekben azzal, ki a focista C. Ronaldo, a vlogger Dancsó Péter és Maris, vagy az énekes Justin Bieber vagy Radics Gigi! Ha ismerjük a gyerekek érdeklődését, könnyebben adunk nekik tanácsokat is.



Mit tehetek a gyerekért?

Hívjuk fel a gyerekek figyelmét, hogy celebnek lenni öncélú, kérészetű dolog. Tegyük fel nekik kérdéseket:

- > Mi tetszik neked ebben a celebben? Miért szeretnél hasonlítani rá?
- > Sorolj fel három dolgot, ami miatt felnézel erre az emberre. Milyen jó tulajdonságai vannak – a hírnevén túl – ami követendő példa lehet számodra?
- > Mondd el, szerinted ő a való életben milyen munkahelyen állná meg kitűnően a helyét!

HA ÖN NEM DÖL BE, A GYEREKE SEM FOG!

A reklámok nem maguktól értetődőek a gyerekek számára. Vagy túlságosan is azok? Az életterünk tele van reklámokkal: a buszmegállók, az épületek falai, az utcai hirdetőtáblák, a közösségi oldalak, a tévé, a rádió, az újságok, az internet vagy akár a gyerekeknek szóló videojátékok is a hirdetőik kedvelt felületei. A 6–9 évesekre jellemző lehet, hogy nem tudják megkülönböztetni a valóságot a fikciótól, ezért különösen könnyen befolyásolhatóak és könnyű célpontot jelentenek a kereskedőknek.

Ugyanez igaz a mesékre és a filmekre is, a kisgyerekek ezeknél sem tudják elválasztani a valóságot a kitalált világtól. Tehát itt is fontos lehet, hogy a látottakat, hallottakat közösen dolgozzuk fel, illetve jól elkülönítsük a két műfajt egymástól.

Ezt a kiszolgáltatottságot a gyerekek nem érzékelik, ezért mindig a körülöttük lévő felnőtteknek kell tudatosítani bennük a reklámok hatásait és azt, hogy a mesék kitalált világban játszódnak.

A reklámok emellett olyan igényeket generálnak, olyan termékek, szolgáltatások megvásárlására ösztönöznek, amelyekre a gyermeknek sokszor nincs is szüksége. Ezért a gyerekek képességeit folyamatosan fejleszteni kell,



hogy észrevegyék a reklámok manipulatív eszközeit. 9-10 éves kortól már képesek az önálló véleményformálásra, így beszélgethetünk velük a reklám céljáról, formájáról, üzenetéről és a gyártás folyamatáról is. A burkolt reklámokat és termékelhelyezéseket észrevenni nehezebb feladat, mert a reklámüzenetet összekötik a szórakoztatással (filmek) vagy beágyazzák a virtuális kommunikáció terébe (email, weboldalak, online játékok). Ezek felismerésére viszont általában csak 12 éves kortól képesek a gyerekek, előtte különösen veszélyeztetettek, segítségre szorulnak azok helyes értelmezésében.



Mit tehetek a gyerekért?



Kicsik

Tegyük fel kérdéseket a kicsiknek:

- Mennyire tartod hihetőnek a reklám történetét?
- Szerinted valóban szüksége van egy gyereknek a reklámozott termékre?
- Mi a vonzó számodra a termékben és miért? Akkor is vonzó lenne, ha nem lenne ilyen menő a reklám?

Beszélgessünk a gyerekekkel a reklámokról, arról, hogy mi a céljuk, miért készülnek, és miért éppen a kedvenc rajzfilmjük előtt láthatóak a tévében.

Játsszunk a kicsikkel „reklámosdit”, ahol nekik kell egy tetszőleges játékukat eladni nekünk: ezzel felhívjuk a figyelmüket azokra a tipikus reklámfogásokra, amelyekkel őket is a termék megvásárlására ösztönzik.



Nagyok

Beszélgessünk a fiatalokkal arról, hogy mik a valódi igényeik, miért szeretnék ezt vagy azt a terméket megvásárolni.

Tudatosítsuk bennük, hogy a reklámok éppen arra játszanak, hogy a termék megvásárlásával ők menőbbnek érezzék magukat.

Keresse meg azokat az oktatófüzeteket, amelyeket az NMHH által működtetett Bűvösölgy Médiaértés-oktató Központ honlapjáról tölthet le. (www.buvosvolgy.hu) Vagy nézze meg gyermekével az NMHH YouTube csatornáján található oktatófilmeket!

MERJE AZT MONDANI A GYEREKNEK:

SZÉP VAGY!

A gyerekek önértékelésének és egészséges testképének kialakulásában fontos szerepet játszik a szülőktől kapott minta, tehát már azzal sokat tehetünk, ha sokszor emlékeztetjük gyermekünket arra, hogy semmi baj nincs a külsejével. Természetesen nemcsak a szülők, hanem a hasonló korú társakkal való érintkezés és a média is hatással van a fiatalok testképének kialakulására és önértékelésük fejlődésére.

A **4–6 éves gyerekeket** még nem nagyon érdekli a testsúly és az alak problémája, ők inkább a ruhára és a hajra koncentrálnak. **6 éves kor fölött** azonban egyre jobban foglalkoztatja a gyerekeket a súlyuk és az egyes testrészeik alakja, az ekkor kialakult testképük a serdülőkort és a felnőttkort is meghatározza. A rajzfilmek, a magazinok, a tévéműsorok és a játékok általában két sztereotípiát állítanak a gyerekek elé: az a jó, ha a lányok vékonyak és vonzóak, a fiúk pedig erősek és izmosak. Azonban míg a fiúk esetében többször van nagy jelentősége annak, mit és hogyan cselekszenek, addig a lányoknál sokkal nagyobb hangsúly van a külső adottságokon. Magyarul, egy fiúnál érték az ügyesség is, a lányoknál viszont zömében azt emelik ki értéként, ha az illető szép, ezért a lányok jobban ki vannak téve a hamis testkép miatt fellépő problémáknak.

A **kamaszok** élethelyzetének két ellentétes sajátossága van. Egyrészt meg akarják határozni magukat, különlegesek akarnak lenni, olyan hírnévre vágnak, mint amelyeket a tévében, az interneten kedvenc sztárjaik érnek el. Másrészt

viszont arra is vágnak, hogy ne lógjanak ki a sorból, hogy a kortársaik elfogadják őket. A testük megváltozása, átalakulása csak még inkább rásegít arra, hogy bizonytalanok legyenek és esetleg hamis ideálok nyomán ítéljék meg

saját megjelenésüket. 13–16 éves korban már kialakul az a testkép, amellyel felnőttkorban is azonosulunk.

FELTURBÓZOTT VALÓSÁG

A reklámcégek, a magazinok vagy egy-egy sztár kommunikációs csapata arra törekszik, hogy minél szebb, minél vonzóbb „terméket” tudjon létrehozni. Ehhez segítségül hívják a technológiát is, így a sztárok és a modellek fotóit utólag retusálással és fotószerkesztő programokkal nagyon vonzóvá tudják varázsolni. A végleges képek sok esetben köszönőviszonyban sincsenek az eredetivel, amelyen még olyan emberek jelennek meg, akiknek nagyon is átlagos a kinézete. Egyes cégek között már kezd elterjedni, hogy nem a tökéletesre retusált modellek azok, akik egy vevő számára vonzóak lehetnek, ezért egyre többen alkalmazznak a valóságot ábrázoló, akár molett modelleket is, ami jó hír.





Mit tehetek a gyerekért?



Kicsik

Minél többször mondjuk el a gyerekeknek, hogy **értékesek**, szépek anélkül is, hogy az ideálokhoz hasonlíttanának.

Dicsérjük a gyerekek **belső tulajdonságait**!

Tudatosítsuk, hogy a **különbözőség nem probléma**, hanem éppen érték.



Nagyok

Dicsérjük a nagyokat is, még akkor is emeljük ki a pozitív tulajdonságaikat, amikor ők a legkevésbé sem elégedettek önmagukkal, ekkor van rá a legnagyobb szükségük.

Tudatosítsuk a kamaszokban, hogy amit a tévében vagy az interneten látnak, az mind egy kreált valóság része, és a legkevésbé sem kell erre a valóságra hasonlítaniuk.

A lányokkal nézzünk olyan dokumentumfilmeket, amelyekben táplálkozási zavaros fiatalok szerepelnek, hogy láthassák, hová vezet, ha túlzásba viszik a testükkel való foglalkozást.

A fiúkkal beszéljünk a testépítő szerek veszélyeiről!

Nézzünk a gyerekekkel olyan videókat az interneten, amelyekben fotószerkesztő programmal manipulálják a sztárok, modellek fényképeit, és beszéljünk velük arról, mit gondolnak erről a „csalásról”.

TÉVÉ – RÁDIÓ – MOZI

MI A VALÓSÁG ÉS MI NEM AZ?

Filmet nézni, szórakozni egy tévéműsoron vagy zenét hallgatni a rádióban jó dolog. Egyre nagyobb a kínálat, és gyakorlatilag bármilyen típusú és műfajú tartalmat elérhetünk, ha akarunk. Éppen ezért például a tévécsatornák között nagy a verseny a nézők figyelméért. Egyre alacsonyabb az ingerküszöb, lassan mindent láttunk már. Ezért lehetséges, hogy az utóbbi időben a hagyományos valóságshow-k mellett megjelentek a műfaji keveredések is. Azokra a reality-sorozatokra gondolunk, amelyek dokumentumfilmes elemeket ötvöznék teljesen kitalált

jelenetekkel, megírt történetmintákkal. Ilyen lehet egy fiatalok életét bemutató sorozat (pl. Éjjel-nappal Budapest), egy házátalakító vagy egy stílustanácsadó műsor, de a népszerű túlélőshow-k vagy a celebek mindennapjait feldolgozó műsorok is. Ezek a fikciós alkotások könnyen megtéveszthetik a gyerekeket, és főleg a fiatalabbak azt gondolhatják, hogy amit látnak, a valóság dokumentálása, hogy az élet folyamatos bulizás, és a boldoguláshoz nem munka, hanem a napi sorozat hőseinek utánzása szükséges.



Mit tehetek a gyerekért?

Beszéljünk velük arról, hogy amit látnak, ugyanolyan **megrendezett valóság**, mint a kedvenc rajzfilmjük vagy filmsorozatuk.



A KORHATÁRKARIKA NEM A KÉPERNYŐ DÍSZÍTŐELEME!

Szülőként, nagyszülőként, de akár a szomszéd gyermekeire vigyázó felnőttként is jó, ha tudjuk, mi megy a tévében, amikor a gyerekek előtte ülnek. A tévéképernyő sarkában és a mozik programjaiban is láthatóak azok a kis színes karikák, amelyek mindannyiunk hasznos segítői, a rádióban pedig minden adás előtt elhangzik, ha kiskorúakra káros tartalmat tesznek közzé. A korhatárjelzések eligazítanak abban, hogy az éppen vetített műsor elsősorban mely

korosztály számára ajánlott. A szigorúbb besorolású műsorszámokat például csak az esti időszakban sugározhatják, amikor a gyerekek már nem láthatják azokat. A hatos karikával jelzett programok alatt viszont nyugodt szívvel kimehetünk a konyhába egy szendvicsért, mert biztosak lehetünk abban, hogy kisiskolás vagy óvodás gyermekünk nem fog számára káros tartalmakkal találkozni.

A KORHATÁRJELZÉSEK ELIGAZÍTANAK ABBAN, HOGY AZ ÉPPEN VETÍTETT MŰSOR ELSŐSORBAN MELY KOROSZTÁLY SZÁMÁRA AJÁNLOTT.



A korhatárra tekintet nélkül megtekinthető műsorokat a csatornáknak nem kell jelöléssel ellátniuk, és bármikor bemutathatók.

A 6 éven aluliak számára nem ajánlott műsor a megfelelő jelzéssel bármikor vetíthető, de 6 éven aluliaknak szánt műsorszámok között nem tehető közzé.

A 12 éven aluliak számára nem ajánlott műsorok a jelzéssel bármikor adásba kerülhetnek, de nem szerepelhetnek a 12 éven aluliaknak szánt műsorszámok között.

A 16 éven aluliak számára nem ajánlott műsorok csak 21 óra és hajnali 5 óra között vetíthetők.

A 18 éven aluliak számára nem ajánlott műsorok csak 22 óra és hajnali 5 óra között vetíthetők.



HASZNÁLJUK A GYERMEKZÁRAT!

A modern tévékészülékek, illetve a tv-hez kapcsolt set-top-boxok ma már több lehetőséget biztosítanak arra, hogy a gyerekek csak azokhoz a csatornákhöz, műsorokhoz jussanak hozzá, amelyeket mi is szeretnénk. Arról, hogy a távirányítóval hogyan lehet beállítani a gyermekvédő zárat, a legegyszerűbben a használati útmutatókból tájékozódhatunk, de informálódhatunk új készülék vásárlásakor az eladónál vagy a kábeltévé-szolgáltatónál is. A gyermekvédelmi zár lényege, hogy ha a

gyerek a letiltott csatornára szeretne kapcsolni, a műsor csak akkor jelenik meg, ha beütünk egy korábban megadott kódot. Arra is van lehetőség, hogy csak bizonyos műsorszámokat tiltsunk le, így például beállíthatjuk, hogy a 16 éven felülieknek szánt adások ne legyenek láthatóak a készüléken. Ehhez a funkcióhoz a gyermekzár a tévék korhatár-besorolását használja, így még figyelniük sem kell az adott műsor karikáját, a tévének elvégzi helyettünk a feladatot.



Mit tehetek a gyerekért?

Beszélgessünk a gyerekekkel kedvenc tévéműsoraikról, filmjeikről!

Magyarázzuk el nekik a **valóság és a fikció** közötti különbségeket!

Figyeljük meg együtt a tévészereplőket és a reklámokat, és emeljük ki azokat a karaktereket a gyerekeknek, akik követendő példaként állhatnak előttük!

Tervezzük meg együtt a heti tévés programot – ebben legyen közös tévézés is, így jobban megismerjük gyermekünk tévévezési szokásait!

Menjünk együtt moziba, és a vetítés után beszélgetünk a gyerekekkel a filmről!

Minőségi műsorokat válasszunk! A tévézés és a mozizás jól hasznosítható ismereteket is nyújthat, a tudományos és kulturális témájú műsorokból, filmekből **számos hasznos dolgot tanulhatnak a kicsik**.

Ne engedjük a gyereket tévét nézni csak azért, mert „addig is nyugton van”, mert felügyelet nélkül sokkal nagyobb az esélye, hogy olyan tartalommal találkozik, ami nem neki való. **A tévé hanyag bétiszter**.

Néhány gyermek azért nézi sokat a tévét, mert lelki gondjai vannak a valóságban, amelyek elől a virtuális világba menekül. Figyeljünk a gyermekre, **beszélgessünk vele bánatáról és az örömeiről**, így a tévézési szokásait is könnyebben kordában tudjuk majd tartani.

Az erőszakot bemutató filmes jelenetek agresszív magatartást válthatnak ki a gyerekekből, vagy éppen félelemkeltő hatásuk miatt felesleges szorongásokkal terhelhetik meg őket. Ezért nagyon fontos, hogy gyermekeink ilyen tartalmakkal csak fokozatosan, az **életkori sajátosságaikat figyelembe véve** és ellenőrzött körülmények között találkozzanak.

Használjuk a gyermekzárát, és csak olyan filmre vigyük el a gyereket a moziba, amely az ő korosztályának való!

INTERNET – ÚJ TECHNOLÓGIA, ÚJ MŰFAJOK, ÚJ GONDOLKODÁSMÓD

A '90-es évek előtt születettek nagy része a legjobb esetben is kicsit nagyobb gyerekkorában találkozott először az internettel. A korábban alkalmazott kommunikációs eszközök (mint például a levelezés) egészen más tempót, egészen más rendszerű gondolkodást kívántak, kívánnak meg tőlünk, mint például a Facebook Messenger, ahol két másodperc alatt kapcsolatba léphetünk az ismerőseinkkel, a YouTube, a Spotify és társai, ahol unásig hallgathatjuk a kedvenc zenéinket, a Google, ahol egy keresőszóra akár

több millió információval teli oldalt is találhatunk, vagy az okostelefonok kamerái, amikkel akár egy percnél is kevesebb idő alatt elkészíthetjük és közzétehetjük a fényképünket. Amíg mi egy szűkebb térben nőttünk fel, a gyerekeinknek mindez már egészen természetes, nem gondolnak arra, milyen lehetett az élet akkor, amikor még nem léteztek ezek a technológiák. Ahogyan mi sem képzeljük el, milyen lehetett például az elektromos áram kényelme nélkül.



ONLINE KÖZÖSSÉG VS. VALÓS KÖZÖSSÉG

Az okostelefonok megjelenésével a gyerekek bárhol és bármikor csatlakozhatnak az internetre, a közösségi oldalakra, beszélgethetnek a barátaikkal, megoszthatnak fényképeket és véleményeket. A Z generáció tagjai az online közösségek aktív résztvevői. Az online kommunikáció sokban különbözik a valós kommunikációtól. Egyrészt praktikusabb, mert gyorsabb és nincs helyhez és időhöz kötve, ezért is olyan népszerű a fiatalok körében. Ugyanakkor az online kommunikáció nem olyan mély, gyakran csak néhány szavas párbeszéd zajlik le a chatfelületeken, nem látjuk a másik gesztusait, mimikáját, nem halljuk egymás hangsúlyait, hangszínét. Ez pedig azért is nagyon fontos lenne, mert kutatások támasztják alá, hogy a személyközi kommunikáció hatékonyságában a vokális (hangsúly,

hangszín) és a non-verbális (gesztus, mimika) jelek nagyobb jelentőséggel bírnak, mint a verbális megnyilvánulás, vagyis maga a szöveg, amit kimondunk. A fiatalok számára úgy tűnhet, hogy kitágult számukra a világ, sok barátjuk van a virtuális térben, sok emberrel tartanak fenn kapcsolatot és bármikor bármihez vagy bárkihez hozzászólhatnak. Ugyanakkor az online tér hajlamossá teheti őket arra, hogy valós kapcsolataik háttérbe szoruljanak, és elszigeteljék magukat a valódi közösségektől. Fontos, hogy tudatosítsuk bennük a offline, vagyis valós térben és időben történő kommunikáció jelentőségét, hogy elmagyarázzuk nekik, hogy az online világban mindenki hajlamosabb az előnyös oldalát feltüntetni, és hogy reális képet csak akkor kapunk a másiktól, ha valós kapcsolatot tartunk fenn vele.

AMIT BIZTOSAN HASZNÁL A MI GYEREKÜNK IS!

Facebook Messenger, Viber, WhatsApp

Az online üzenetküldő szolgáltatások a fiatalok nagyjából minden percének részei. Ezek az elsődleges eszközei annak, hogy folyamatosan elérhetőek legyenek, és folyamatosan tudják tartani a kapcsolatot az osztálytársaikkal és barátaikkal. A gyerekek nem hívják fel egymást, hanem ezeket az üzenetküldőket használják. Ezeknek megvannak az előnyei: ingyenesek, ha van internet, képet, matricát és érzelmeket kifejező ikonokat is küldhetnek egymásnak, illetve jobban átgondolhatják, mit írnak, mintha csak szóban beszélnének. Ugyanakkor megvannak a hátrányok is: lassabb a kommunikáció, nem hallják a másik hangsúlyait, így könnyebben félreérthetnek egy-egy mondatot, valamint egy gépen keresztül kommunikálnak és nem személyesen kapcsolódnak a másikhoz.

Ezek az alkalmazások azonban nagyon fontosak a gyerekeknek, hiszen ezeken keresztül több vágyukat is kiélhetik a kamaszok: egyrészt, vágnak arra, hogy megmutassák magukat, ugyanakkor itt félénkebbek, szégyenlősebbek is a megszokottnál, így egy kicsit rejtőzködve tudnak mégis nyitottak lenni.

Instagram

Az Insta – ahogyan a fiatalok becézik – egy olyan közösségi oldal, ahol képekkel kommunikálnak a regisztrált tagok. Ezen a felületen a fotók beszélnek helyettünk, a szöveg vagy bármilyen más szöveges tartalom megosztása csak elvétve jellemző. Lájkolhatjuk egymás képeit, követhetjük egymás oldalát, így mindig láthatjuk, milyen újdonságok történtek az ismerőseinkkel. Az Instagram a kezdetektől fogva alkalmaz szűrőket a fotókon. Ezek olyan eszközök, amelyekkel egy-egy rosszabbul sikerült fotó minőségén is javítani lehet. Az Instagramon vállaltan olyan fényképek jelennek meg rólunk, amelyek mesterkéletesebbek a valóságnál. Ez azért vet fel kérdéseket, mert a közösségi oldalak egyébként is előhozhatják az emberekből a nárcisztikus hajlamot, vagyis hogy túl sokat törődnek azzal, hogy hogyan is néznek ki, hogyan jelennek meg az ismerőseik előtt.



Snapchat

A kamaszok Facebookjának is nevezhetjük a Snapchatet, bár a két alkalmazás egészen más funkciókkal bír. Míg a Facebookon terjedelmesebb tartalmakat is megoszthatunk egymással, addig a Snapchat lényege, hogy rövid és könnyed üzeneteket küldjünk egymásnak. A leglényegesebb a Snapchattal kapcsolatban, hogy az ott megosztott tartalmak egy idő után eltűnnek, és törlődnek a szerverekről, így sokkal szabadabban oszthatnak meg egymással akár faragatlanabb humorú képeket vagy maximum 10 másodperces videókat is a felhasználók. A mai kamaszoknak már a szülei is használják az olyan népszerűbb közösségi oldalakat, mint a Facebook. A Snapchat azonban még csak a fiatalabb generáció körében terjedt el, ezért úgy is funkcionál, mint az a terület, ahol a felnőttek nélkül, szabadon beszélgethetnek egymással. Az üzenetek eltűnése miatt nagyon gyors és valós idejű az alkalmazás, és sokkal kevésbé alkot maradandót, aki ezen a felületen oszt meg magáról valamit.



Mit tehetek a gyerekért?



Kicsik

Állítsunk fel szabályokat az okostelefon-használattal kapcsolatban:

- > Határozzuk meg, naponta mennyi időt játszhat a gyerek a telefonnal.
- > Határozzuk meg, hogy például **este 8 után már nem használhatja a telefont**. Ezzel segítünk neki ráhangolódni a pihenésre is, ugyanis az okostelefon-használat lefekvés előtt az alvásunk minőségét is befolyásolhatja.
- > Legyen szabályunk arra, hogy **hány éves kortól** használhatja a gyerek a telefonunkat, és mikor lehet saját készüléke.



Nagyok

Legyünk képbén! Érdeklődjünk a gyerekeknél, mire használják az okostelefont.

Tanuljuk meg a **népszerű alkalmazások** használatát, hogy tudjuk, mi fán teremnek.

Állapodjunk meg a család minden tagjára vonatkozóan abban, mik a **telefonhasználat szabályai**, és ezt a felnőttek és a gyerekek is tartsák be. Ez minden családban más és más lehet az igények szerint, például:

- > A vacsoraasztalhoz ne lehessen odavinni a telefont.
- > Naponta legalább néhány órát olyan dologgal kell foglalkozni, ami nem online történik.
- > Változtassuk gyakran a WIFI-jelszót, amit csak akkor kaphatnak meg a gyerekek, ha elvégezték azokat a feladatokat, amelyekben megállapodtak a szülőkkel.

ÚJ MŰFAJOK

Tudta, hogy a közösségi oldalaknak már messze nem csak az online kapcsolattartás a funkciója? Sok felhasználó elsődleges hírforrásként is használja őket, vagyis azokat az újdonságokat olvassa el, amiket az ismerősei megosztanak. De online marketingkampány sem képzelhető el a közösségi oldalakon való hirdetés nélkül. Új szemlélet alakult ki, amelyben a felhasználó, vagyis a médiafogyasztó egyben tartalom-előállító is, hiszen egy-egy közösségi oldalon vagy blogon (online napló) több százan is olvashatják, amit leírnak, de egy videómegosztón, vagy egy vlogon (online videonapló) is sokan megnézhetik a feltöltött mozgóképeket. Nagyobb a szabadság az online térben, mint a valóságban. Bárki bármikor bármihez hozzászólhat, értékelheti a látottakat-hallottakat és ön maga is előállíthat bármilyen tartalmat. Nagyobb azonban a felelősség is, hiszen már nemcsak önmagunknak, hanem akár egyszerre több száz ismerősünknek, akár ezer vagy millió felhasználónak tesszük közzé az információkat. Ami pedig egyszer felkerül, azt az internet örökre megjegyzi – a törlés gomb sem mindenható. Ezek között a műfajok között a gyerekek játszi könnyedséggel közlekednek, ugyanakkor a gyorsaság oltárán hajlamosak feláldozni a hitelességet, és esetenként nem kezelik megfelelő kritikával az eléjük táruló információhalmazt.

A közösségi oldalaknak már messze nem csak az online kapcsolattartás a funkciója



TÖRTÉNET

Julcsi blogot, vagyis online naplót kezdett írni, ahol a bejegyzésekben leírta a vele történt eseményeket és az érzéseit. Nagyon megdöbben, amikor egy 10 éve nem látott osztálytársával találkozott, aki elmondta neki, hogy olvassa a blogját és nagyon tetszik neki. Elgondolkodott azon, hogy ezeket a legbelsőbb érzéseit valóban meg akarta-e osztani mindenkivel, és hogy a kitárulkozásnak tényleg ezt a formáját szeretné-e választani.

13 ALATT A FACEBOOKON?!

Maguk a közösségi oldalak is védik a kiskorú felhasználókat; a Facebookra például nem lehet 13 éves kor alatt regisztrálni. Ennek az az oka, hogy a gyerekek nemcsak a közösségi média előnyeivel találkozhatnak, ha regisztrálnak, hanem szembejöhhetnek velük olyan tartalmak is, amelyekre még nincsenek felkészülve. Sőt, a közösségi oldalakon akár sokkal könnyebben léphetnek velük kapcsolatba olyan emberek, akiknek nem tisztességesek a szándékaik. Számos olyan esetről hallani, amikor a gyerekek a szabályokat kijátszva idősebbnek tüntetik fel magukat a valós életkoruknál, így ők is jelen lehetnek az oldalon. A kiskamaszoknak nagyon vonzóak az online közösségek, ezért várható, hogy 13 feletti gyermekünk biztosan regisztrál rajtuk. Csevegés-

re, fényképek, fontos események, információk megosztására, születésnap kiadványokhoz használják a felületet, sőt, gyakran itt szerveződnek közös események is, mint egy barátokkal való mozizás, egy buli vagy egy kirándulás. A közösségi oldalakon való túlzott jelenlét érzelmi igényt is kielégíthet: a serdülő érezheti úgy, hogy itt végre szeretik, feltétel nélkül elfogadják. Éppen ezért fontos odafigyelni a gyerek érzelmi igényeire, arra, hogy sokat legyen együtt a család, legyenek közös programok, jóízű, nyugodt, nem kapkodó beszélgetések. Mások gyerekeinek védelme érdekében a Facebookon pedig jelenteni lehet, ha kiskorú felhasználóba botlunk („Kiskorú felhasználó jelentése”).



Mit tehetek a gyerekért?

Haladjunk a korról, és engedjük, hogy a gyermekünk **kihasználja a közösségi média előnyeit**.

Számoljunk azzal, hogy gyerekeink már egy másik technológiai közegbe születtek bele, mint mi, ezért egészen máshogy viszonyulnak az infokommunikációhoz. **Meséljünk nekik arról, milyen volt ez a mi gyerekkorunkban**, így ők is közelebb kerülhetnek ahhoz, hogy mi miért látjuk esetenként máshogy a digitális világot.

Beszélgessünk a gyerekekkel arról, hogy miért jelent nagyobb felelősséget **megosztani valamit az interneten**, mintha csak a barátainkkal beszélgetnénk róla!

Ne féljünk kérdezni a gyerektől! Ismerkedjünk meg együtt az új műfajokkal és technológiákkal, amiket a fiatalok használnak, így nagyobb rálátásunk lesz arra, miben tudunk segíteni a gyerekeknek. Kérdezzünk, üljünk le a gyerek mellé és hagyjuk, hogy ő tanítson meg minket az online fogásokra, mi pedig őt arra, hogy minden online lépésének visszavonhatatlan következményei lesznek!

Forráskritika! Vessük ezt a szót a gyerek eszébe! Hívjuk fel a figyelmét, hogy nem biztos, hogy minden igaz csak azért, mert az ismerősei megosztották. Javasoljuk neki a hiteles hírportálokat, vagy azt, hogy minimum két egymástól független forrásból győződjön meg egy hír igazságtartalmáról.

Kerüljünk képbe a közösségi médiáról! Ha nekünk is van például Facebook-profilunk, legyünk ismerősök a gyerekekkel, de fektessük le a szabályokat, hogy se neki ne legyen kellemetlen, se mi ne érezzük, hogy nyomást helyezünk rá ezzel. Tárjuk fel, miért fontos a gyerekeknek a közösségi oldal, tegyünk fel kérdéseket:

- > Miért fontos neked ez az oldal, mit ad neked, el tudod mondani?
- > Kik az ismerőseid, kivel beszélsz a legtöbbet?
- > Szerinted el tudnád mondani nekem, ha valaki bántana vagy bajba kerülnél a neten?

Olvassuk el a Facebook, az Instagram, a Snapchat, a Twitter, és minden alkalmazás biztonsági tippjeit, rengeteg hasznos tanácsot tartalmaznak!

INGYENES SZŰRŐSZOFTVERT MINDEN GÉPRE, TELEFONRA, TABLETRE!

Nem mindig tudunk gyermekünk mellett lenni, amikor a médiaeszközöket használja, ezért érdemes szűrőszoftvereket beszerezni a számítógépekre, okostelefonokra és tabletekre, amelyek megakadályozzák, hogy kiskorú gyermekeink olyan tartalomhoz férjenek hozzá, amelyek károsak lehetnek számukra. Minden internetszolgáltató köteles a honlapján elérhetővé tenni ingyenes szűrőszoftvereket, de Ön akár a Nemzeti Média- és Hírközlési Hatóság **gyermekbarat.nmhh.hu** oldaláról is letölthet egy listát az elérhető szűrőszoftvekről. Ezek között megtalálja például az ingyenes Windows Family-t, a KIDDOZ-t vagy a Sulixot. A gyermeke érdekében szánja rá az időt, hogy letöltse és testre szabja ezeket a szoftvereket! Nézzon utána szolgáltatójánál annak is, hogy az emelt díjas SMS-eket hogyan tudja letiltani, illetve hogy milyen szűrések érhetőek el akár a hálózaton is.



Netszűrő az NMHH-től!

Az NMHH kifejlesztett egy netszűrő szoftvert, amelyet kényelmesen használhat szülőként otthon vagy pedagógusként az iskolában, hogy biztonságban tudja a gyerekeket az online térben is. A Netszűrő letölthető a www.nmhh.hu/netszuro oldalról.

INTERNETET A TANULÁSHOZ?

„Ez a gyerek sose tanul, folyton a neten lóg!” – halljuk vagy akár mondjuk is gyakran. De miért ne lehetne, hogy a kettő együtt menjen? A média nemcsak a szabadidő eltöltésére vagy a kapcsolattartásra szolgálhat, hanem az oktatásban is hatékonyan alkalmazható. Sőt, azok a gyerekek, akik az oktatás során is használják a médiát, gyorsabbak a tanulásban és jobban teljesítenek. És hogy hogyan hozhatjuk össze a kellemest a haszonnal?



Mit tehetek a gyerekért?

- > Ösztönözzük a gyerekeket, hogy a **tananyaggal kapcsolatos érdekességeket is keressenek a neten** vagy nézzenek a tévében!
- > **Keressünk játékokat** az interneten, amelyek kapcsolódnak az éppen aktuális tanulnivalóhoz!
- > Hívjuk fel a gyerekek figyelmét, hogy mindig kritikusan szemléljenek egy-egy interneten megjelenő információt, és tanítsuk meg nekik, hogyan lehetnek képesek **megkülönböztetni a hiteles forrásokat a többitől**.
- > Mondjuk el a gyerekeknek, hogy az interneten fellelhető információk is valakinek a szellemi termékei. Csak úgy használhatjuk fel őket például egy beadandó dolgozat vagy egy szakdolgozat írásakor, ha hivatkozunk arra, hogy kitől és honnan olvastuk az adott sorokat.
- > **Modern felnőtt, menő felnőtt.** Ha ismerjük azokat a tévécsatornákat, internetes oldalakat, blogokat, videoblogokat vagy sorozatokat, filmeket, amelyeket a gyerekek előszeretettel néznek vagy olvasnak, akkor nemcsak az az előnyünk lesz meg, hogy segíteni tudunk nekik a felmerülő problémák megoldásában, hanem akár sokkal népszerűbbek is lehetünk a gyerekek körében, hiszen közös tudásunk lesz a médiaeszközökről és -tartalmakról.

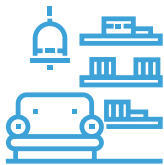
BEHÁLÓZVA – AVAGY MI AZ A GROOMING?

Egyre több angol kifejezéssel bővül a szókincsünk, ha egy kicsit beleássuk magunkat a médiaértésbe. Ezek közé tartozik a grooming szó is, amelyet az online behálózásra használunk. Az internetes csevegőszobák, közösségi oldalak kifejezetten alkalmasak arra, hogy rossz szándékú emberek a valóságot eltorzítva vagy meghamisítva vegyenek rá másokat olyan cselekedetekre, amelyeket egyébként nem szívesen tennének meg. Mindannyian hallottunk már történeteket lányokról, akiknek modellkarriert ígértek megnyerő idegenek, de a helyszínen kiderült, hogy egyáltalán

nem fotózásról van szó, vagy ha mégis, akkor kevesebb ruhában, mint amire a behálózott számított. A legtöbbször ilyenkor már nem tud szabadulni, akit rászedtek, mert a behálózó a bizalmába férkőzött és a kezében tartja az eseményeket. Figyeljünk oda a tipikus jelekre, ezeket tanítsuk meg a gyerekeinknek is.

MIT MOND VAGY TESZ, AKI BE AKAR HÁLÓZNI MINKET?

1. „Ne szólj erről senkinek!” – Magánbeszélgetésre biztat.



2. „Van szobatársad?” – Feltérképezi az áldozat közvetlen környezetét.

3. „Tudok koncertjegyeket szerezni. Bárhova. Mi a kedvenced?” – Feltűnően kíváncsi az áldozat kedvenceire (ételek, együttesek, helyek, sportok stb.).



4. „Gyönyörű vagy, csak téged szeretlek!” – Hízeleg, nagy szavakat mond.



5. „Tudok egy tuti pultos melót Svájcban, jól tudnál vele keresni.” – Könnyű pénzkeresetet ajánl.



6. „Add meg a számod, telefonon egyszerűbb beszélni!” – Túl sok személyes információt akar.



7. „Ha posztolom a képeidet, amiket nekem küldtél, nagyon beégsz!” – Fenyeget a személyes információk kiadásával.

HOGYAN VEHETEM ÉSZRE, HOGY A GYEREKEMET BEHÁLÓZZÁK?

- Számítógép használata közben **rendszeresen zavartan elkattint** az adott oldalról, ha a szülő megjelenik.
- A korábban közlékeny, nyílt gyerek **titkolózóvá válik**.
- Olyan tárgyak kerülnek a gyerek birtokába, amelyeket biztosan nem ő vett magának és **nem tud egyértelmű magyarázatot adni** arra, hogyan kerültek hozzá. (A behálózó sokszor ajándékokkal nyeri el a bizalmat).
- Titokzatos azzal kapcsolatban, hogy mikor hová megy, kivel találkozik. (Az online behálózás következménye személyes találkozás is lehet.)
- Az egyébként jó kedélyű gyermek **gondterheltté válik**, láthatóan nyomasztja valami.
- A megszokott **baráti társaság elhanyagolása**, elmagányosodás.
- A fentiekkel ellentétben a megszokottnál **akár boldogabbnak is tűnhet** a gyerek, hiszen elhiszi, hogy a behálózó mély érzelmekkel viseltet iránta.



Mit tehetek a gyerekért?

- > **Tudatosítsuk a gyerekekben a grooming jeleit és veszélyeit és adjunk neki tippeket:**
 - > Ne rakjon ki olyan képet, amin túl sok látható a lakókörnyezetéből!
 - > Ismeretlenek online üzeneteire ne válaszoljon!
 - > Legyen gyanakvó!
 - > Alakítsunk ki stabil érzelmi viszonyokat a gyerek körül, növeljük önbizalmát és önértékelését!
 - > Erősítsük a gyerekkel való személyes kapcsolatunkat és biztassuk a kortársakkal való kapcsolatra is!
 - > Ha megtörténik a behálózás, ne hibáztassuk a gyereket, hanem nyújtunk neki segítséget!

ONLINE ZAKLATÁS (CYBERBULLYING)

Akkor beszélhetünk online zaklatásról, amikor valakit interneten vagy mobiltelefonon szándékosan zaklatnak vagy bántanak. Az online zaklatás eszközei az sms-ek, a mobillal készült fotók és videók, a mobiltelefonos hívások, az e-mailek, a weboldalak és a chatszobák. Az online zaklatás sokban különbözik a valódi, fizikai bántalmazástól: elsősorban érzelmi hatása van és nem fizikai, ugyanakkor távolság van a zaklató és az áldozat között, és sok esetben nem derül ki, hogy ki az elkövető. Az online bántalmazás veszélye a fizikaival szemben, hogy bárhol és bármikor megtörténhet, olyan helyeken is, amelyeket azelőtt biz-

tonságosnak gondoltunk: például otthon vagy az iskolában, és idegőrlő módon a nap 24 órájában, folyamatosan tarthat tőle az áldozat. A zaklatásra utaló jeleket sokszor nem könnyű észrevenni, de ha azt látjuk, hogy a gyermek befelé fordulóbb, ingerlékenyebb, indulatosabb vagy többet sír, mint általában, akkor erre a lehetőségre is gyanakodhatunk. Ne csak a saját gyerekünkre figyeljünk; ha – akár a gyerekünktől értesülve – másik gyerekről derül ki, hogy zaklatás áldozata, jelezzük azt szakembereknek: a tanároknak, súlyos esetben a rendőrségnek. Ne maradjunk közömbösek, passzívak!



TÖRTÉNET

Enikő egy nap talált a kabátja zsebében egy névtelen üzenetet: „Lúzer vagy, kicsinálunk!”. Nagyon rosszul esett neki, de kidobta a szemétkébe és megpróbált nem törődni vele. Néhány napon belül egy ismeretlen ugyanezt írta neki a Facebookon, és linkelt neki egy weboldalt, ami tele volt Enikő fotóival, amiket úgy alakítottak át, mintha Enikő ciki dolgokat csinálna, ciki emberek társaságában lenne, vagy egészen eltorzított testtel jelenne meg. Enikő szólt a szüleinek, akik gyorsan kiderítették, hogy az egyik osztálytársa áll a dolog mögött. Jelezték a problémát az osztályfőnöknek is, aki segített elrendezni a lányok közötti konfliktust.

SZEXTING, AZ ONLINE ZAKLATÁS SPECIÁLIS FORMÁJA

A szexting kifejezést olyan helyzetekre használjuk, amikor valaki nyíltan szexuális tartalmú üzeneteket vagy saját magáról készített meztelen vagy félmeztelen fotókat küld el egy ismerősének, barátjának, barátnőjének, aki erre kéri. Ennek több veszélye is lehet: amint elküldi a szöveget vagy a képet, nem tud hatással lenni arra, hogy az kihez juthat el az interneten keresztül, így akár olyanok is láthatják ezeket a képeket vagy szövegeket, akiknek a feladó soha nem mutatta volna meg őket. Ez kínos helyzetbe hozhatja az üzenet küldőjét és címzettjét is, ráadásul a feladó könnyen online zaklatás áldozata lehet.



Mit tehetek a gyerekért?

- > Beszéljük át a kamaszokkal a **szexting** következményeit a küldő és a fogadó szempontjából is!
- > Figyelmeztessük a gyerekeket arra, hogy az a kép, **ami egyszer felkerül a netre, az ott is marad**. A fénykép az online térben végtelen számú emberhez eljuthat nagyon rövid idő alatt, és évek múltán is problémát okozhat az áldozatnak.
- > Beszélgessünk a gyerekekkel az online szokásaikról: **tudjuk meg, milyen oldalakat látogatnak**, kikkel beszélgetnek!
- > Legyünk megértőek, figyelmesek és segítőkészek, hogy **bizalommal tudjanak hozzánk fordulni**, amikor szükséges!
- > Értsük meg a gyerekek viselkedésének okait! **Erősítsük az önértékelésüket**, érvük el, hogy értékesebbnek tartsák magukat annál, mint hogy ilyen módon vigyék vásárra a bőrüket!

MINDENT A GYEREK BIZTONSÁGÁÉRT

A valóságban megvédenénk gyermekünket az erőszakoskodóktól, a háború látványától vagy szélsőséges esetben például a pedofiloktól. Ugyanezt a neten is megtehetjük, csak néhány dologra kell odafigyelnünk:



Mit tehetek a gyerekért?

- > **Legyenek szabályaink!** Fontos, hogy ne megtiltsuk gyermekünknek az internetezést, hanem közösen alakítsunk ki egy szabályrendszert, amelyen belül netezhet. Ez lehet időkorlát is (mondjuk maximum egy óra naponta) vagy kiköthetjük, hogy csak a jelenlétünkben használhatja az internetet.
- > **Írjuk ki egy papírlapra a számítógép mellé az internetezés során betartandó szabályokat!** Fontos, hogy a legalapvetőbb viselkedési normákat a gyerekek ösztönösen tudják, ezért érdemes mindig jól látható helyre kiírni az alapszabályokat, mint például, hogy:
 - > az interneten is tisztelettudónak kell lenni,
 - > nem szabad kiadni a személyes adatokat (teljes név, telefonszám, lakcím, iskola, életkor, e-mailcím),
 - > nem szabad idegenektől kapott üzeneteket megnyitni,
 - > nem szabad idegeneknek képet küldeni magunkról, de ismerősnek sem szabad elküldeni olyan képet, amelyet idegennek nem mutatnánk meg.
 - > a jelszót csak a szülők tudhatják, másnak nem szabad kiadni,
 - > rögtön szólni kell a szülőknek vagy bármely más megbízható felnőttnek, ha félelemkeltő képet, videót vagy szöveget látunk, sértő vagy zaklató üzenet jut el hozzánk.

HAGYD MEG A GYERMEKNEK GYEREKKORÁT!

Az üzenőfalunkról egyik nap sem hiányozhat egy-egy kép az ismerősök cuki gyerekeiről, sőt, akár barátaink egynapos babáiban is gyönyörködhetünk, ami korábban csak a közvetlen családtagok kiváltsága volt. Ez azt is jelenti, hogy gyermekünk éppen hogy a világra jött, és már a digitális világnak is a részévé vált, vagyis, ahogy mondani szoktuk, már hagyott maga után digitális lábnyomot. Ez azért fon-

tos, mert azok az adatok, fotók, videók, amik felkerülnek rólunk az internetre, bármikor könnyedén újra előhívhatók. Felvetődhet bennünk, hogy dönthetünk-e a gyerekünk helyett, mikor kezdjen el az interneten is megjelenni, hogy jogunk van-e ahhoz, hogy szülőként a kicsi minden mozzanatát megosszuk a nagyvilággal?



TÖRTÉNET

Andi szülei lelkes internethasználók. Amikor Andi megszületett, minden mozdulatát lefotózták és megosztották a közösségi oldalakon. Kedves képek és olyanok, amelyek a hisztis vagy a meztelenül pancsoló kicsi Andit ábrázolták, egyaránt megtalálhatóak voltak a repertoáron. Amikor Andi elég idős lett ahhoz, hogy saját profilja legyen, és az osztálytársaival ismerősök lettek, néhány rosszindulatú osztálytársa megtalálta ezeket a régi fotókat Andi szüleinek oldalán, és csúfolni kezdték vele. Andi nagyon kibukott, és megkérte a szüleit, hogy töröljék a fotókat. A szülei ezt megtették, belátták, hogy felelőtlenek voltak és bocsánatot kértek lányuktól.

VIDEOJÁTÉKOK

JÁTSZANI ÖRÖM, DE NEM MINDEGY, HOGY MIT ÉS MENNYIT

A játék fejleszti a kreativitást és a logikai készséget, és a gyerekek nagyon szeretik. A videojátékok népszerűek, ezért a játékok kiválasztásánál ugyanolyan körültekintőnek kell lennünk, mint a tévéműsorok esetében. Ne tiltsuk el a gyereket a videojátékoktól, de segítsünk neki az érdeklődésének és a korának megfelelő játék kiválasztásában. A videojátékoknak általánosan ismertek a negatív hatásai:

erőszakos magatartást, függőséget, elszigetelődést okoz, összemosza a valóságot a képzelettel, helytelen értékeket ad át, de emellett fontos kiemelni a pozitív tapasztalatokat is: a jó videojátékok fejlesztik a memóriát, a logikát és a problémamegoldó képességet.



TÖRTÉNET

Peti anyukája aggódott, hogy a fiú sokat játszik stratégiai videojátékokat, azonban Peti részt vett egy logikai matekversenyen, ahol kiderült, hogy nagyon jól tudja hasznosítani a játék során megszerzett tudását, így harmadik lett.

KERESD A PEGI-JELÖLÉSEKET!

Az elektronikus játékokhoz használt korhatár- és tartalombesorolási rendszer Európában az úgynevezett Egységes Európai Játékinformációs Rendszer, azaz a PEGI (Pan European Game Information).

A PEGI-jelölésrendszer két részből áll: egy korhatár- és egy tartalomjelölőből. A PEGI-korhatárcímkéket a csomagolás előlő és hátoldalán vagy a doboz gerincén keressük.



A korhatárcímke arra utal (csakúgy, mint a tévénél vagy a moziban), hogy a játék milyen életkor felett ajánlott.



Ha egy weboldalon egy kisebb online játék az ok címkével rendelkezik, az azt jelenti, hogy a játékot bármely korosztály képviselői játszhatják.

A tartalomjelzések a csomagolás hátoldalán találhatók. Ezek az ikonok képpel és rövid magyarázattal utalnak arra, hogy mely tartalmi elemek miatt kapta a videojáték az adott korhatár-besorolást:



Durva beszéd



Kábítószeres használatára utaló tartalom



Szerencsejátékokra ösztönző vagy arra tanító tartalom



Erőszakos tartalom



Hátrányos megkülönböztetést ábrázoló vagy arra ösztönző tartalom



Félelmetes vagy ijesztő tartalom



Szexuális tartalom



Online is játszható tartalom

ONLINE SZEREPJÁTÉKOK, ISMERKEDÉS

Az online szerepjátékok egy külön világba vezetnek el a játékosokat. Karaktereket választhatnak, amelyekkel azonosulhatnak, az interneten keresztül pedig másokkal együtt játszhatnak, a játék világán belül kapcsolatokat terem-

hetnek, történeteket szöhetnek. Ez rendkívül izgalmas, hiszen olyan karaktereket választhatnak maguknak, amelyek nagyon eltérnek a saját személyiségüktől, ebben a világban olyanok lehetnek, amilyenek a való életben soha.

A KICSIT INSTABILABB GYEREKEKNÉL, FIATALOKNÁL, DE AKÁR FELNŐTTEKNÉL IS KÖNNYEN FÜGGÉS ALAKULHAT KI EZEKTŐL A JÁTÉKOKTÓL.

A játékszenvedély valódi betegség, a gyógyulás nem egyszerű. A folyamatosság, a többi játékos társasága és a való élettől való elvonulás könnyen beszippantják az embert, aki egyszer csak azon kapja magát, hogy már naponta több órát is azzal tölt, hogy az online karakterét fejlessze, magyarul, hogy szerepjátékot játsszon. Ezek a virtuális kapcsolatok rossz hatással lehetnek a fiatalok valós kapcsolataira, eltávolíthatják őket a barátoktól, az osztálytársaktól vagy a szülőktől. Ezért fokozottan érdemes odafigyelnünk arra, hogy a gyerekek megtalálják az egészséges egyensúlyt a virtuális és a valós világ között. Engedjük játszani, de mértékkel. Könnyen lehet az is, hogy éppen a valós világban megjelent problémáik (pl. a kiközösítés) vezetik őket a biztonságosabbnak, barátságosabbnak tűnő online térbe. Tárjuk fel ezeket a rossz érzéseket, így hatással lehetünk az online játékokra is!

A FIATALOK GYAKRAN AZ ONLINE JÁTÉKOKON KERESZTÜL ISMERKEDNEK EGYMÁSSAL.

HÍVJUK FEL A FIGYELMÜKET ARRA, HOGY A SZEREPJÁTÉKOK KARAKTEREI ÁLTALÁBAN NEM OLYAN EMBERT FEDNEK, MINT MAGA A KARAKTER!

Fokozott óvatosságra intjük őket, hogy olyasvalakivel találkozzanak, akit egy online játékon ismertek meg, mert soha nem tudhatják, valójában ki van a másik számítógép előtt.



PÉNZTÁRCÁJÁNAK BARÁTJA LEHET EGY-EGY BEÁLLÍTÁS

Sok olyan okostelefonon vagy számítógépen játszható játék van, amely ingyenesen letölthető és használható, viszont ha a prémiumtartalmakat könnyedén el szeretnénk érni, akkor lehetőség van a fizetős verzió megvásárlására, ami sokkal teljesebb élményt nyújt a felhasználónak.

Ezeket általában a játékon belül, pár kattintással el tudjuk végezni, csak egy fizetésre alkalmas profillal kell rendelkezünk. A gyerekek sok esetben szívesen megvásárolnák ezeket a plusz lehetőségeket, függetlenül attól, hogy szüleik mit tartanak helyesnek.

GYEREKEINK JÖVŐBELI KÍVÁNSÁGLISTÁJÁNAK RÉSE LESZ A VR

Biztosan Ön is látott már furcsa szemüvegben mozgó fiatalokat, ha máshol nem, akkor egy a jövő technológiáját bemutató videóban. Az egészen futurisztikus látvány nem más, mint a virtuális valóság-technológia (virtual reality, VR) megnyilvánulása. A videójátékok jövőjét sokan ebben a művi, de valóságnak érzett, háromdimenziós környezetbe helyezik, ne lepődjön meg, ha hamarosan az Ön gyermeke is egy VR-szemüveg után vágycsozódik.

A VR persze nem csak játék – ma már ígéretesen alkalmazkodik az építészetben, a sebészeti beavatkozások tervezésében és gyakorlásában, a médiatartalmakkal végzett egyedi kísérletekben. Szédítőek az oktatási távlatok is, távoli helyeket tehet bejárhatóvá, élményszerű, aktivitásra épülő tanulási lehetőséget kínálhat rengeteg témában. Nem érdemes tehát tiltani és elbújni előle, de arra azért figyeljünk oda, hogy egyelőre nincs átfogó kutatás arról, hogy a virtuális valóság tapasztalata miként befolyásolja a gyerekek agyát és szemét. A különböző szakmai aján-

lásokat figyelembe véve ezért 7 éves korig nem javasolt a VR-eszközök használata, a játék időtartamát pedig eleinte korlátozzuk 15 percre. És persze figyeljünk arra, hogy a gyerekek VR-ban is az életkoruknak megfelelő tartalmakkal találkozzanak.



Mit tehetek a gyerekért?

Játsszunk együtt videójátékokat a gyerekkel! Így egyrészt pontos képet kapunk arról, mivel tölti gyermekünk a szabadidejét, másrészt bevonódunk az ő világába, és ez a szülő-gyermek kapcsolatunkra jó hatással lehet.

Válasszunk együtt játékot vagy időnként ellenőrizzük, mivel játszik gyermekünk!

Előzetesen tájékozódjunk! Mielőtt megveszünk, letöltünk egy játékot, **olvassuk el a leírását**, értékelését, keressünk rá a neten, olvassuk el a véleményeket és azt, hogy miről szól!

Vegyük figyelembe a PEGI-jelöléseket! Minden videójáték dobozán, füzetkéjében megtalálható a PEGI figyelmeztetése. Ezt azért hozták létre, hogy segítsenek az európai szülőknek tájékozott döntést hozni a számítógépes játékok vásárlásával kapcsolatban.

Figyeljük, mennyi időt tölt a gyerek online játékkal, és ha azt látjuk, hogy túl sokat, akkor **tereljük őt a hús-vér kapcsolatok irányába!**

Hívjuk fel a gyerek figyelmét arra, hogy mi a különbség az online karakterek és a mögöttük álló személyek között, és **óvatosságra intsük őket**, ha valakit meg szeretnének ismerni személyesen is!

Előzzük meg a pénzköltést! Figyeljünk oda arra, hogy gyermekünk csak olyan készüléken játszhasson, amelyen nincs olyan profil, amely fizetésre alkalmas. Olvassuk el a telefon és az alkalmazás beállítási lehetőségeit, mielőtt megengedjük a játékot a gyermekünknek, és győződjünk meg arról, hogy nem érhet minket kellemetlen meglepetés a következő számla fizetésekor.

JELENTSE BE NÁLUNK A KÁROS TARTALMAKAT!

MI AZ INTERNET HOTLINE?

Az Internet Hotline egy jogsegélyszolgálat. Bejelentések alapján segítünk a neten talált jogsértő tartalmak gyors eltávolításában. Tesszük ezt azért is, hogy a gyermekek minél kevesebb – számukra – káros tartalommal találkozhasanak gyanútlanul a neten. Mindennek érdekében együttműködünk a rendőrséggel és nemzetközi partnereinkkel.

Az Internet Hotline jogsegélyszolgálatnál bárki bejelentheti az interneten talált jogellenes vagy a kiskorúakra káros tartalmakat.

Kilenc kategóriában fogadunk bejelentéseket a honlapon és e-mailben (internethotline@internethotline.hu), akár névtelenül is. Ha jogsértőnek találjuk a bejelentésben jelzett tartalmat, megkérjük rá az ezt közreadó vagy ehhez tárhelyet nyújtó szolgáltatót, hogy tegye hozzáférhetetlenné. A kiskorúakra káros tartalmak elé figyelmeztető jelzések elhelyezését kérjük a szolgáltatóktól.

AZ ALÁBBI KATEGÓRIÁKBAN FOGADJUK A BEJELENTÉSEKET:

- **hozzájárulás nélkül hozzáférhetővé tett tartalom;**
- **pedofil tartalom;**
- **zaklatás;**
- **rasszista, idegengyűlöletre uszító tartalom;**
- **erőszakos tartalmat megjelenítő tartalom;**
- **drogfogyasztásra csábító tartalom;**
- **terrorcselekményre buzdító, terrorizmust népszerűsítő, elősegítő tartalom;**
- **adathalász honlapok, vírusokkal, kém- és féregprogramokkal fertőzött tartalmak;**
- **egyéb, kiskorúakra káros tartalmak.**

A bejelentéseket a honlapunkon található bejelentőfelületen keresztül vagy e-mailben, az **internethotline@internethotline.hu** címen fogadjuk.

“

A bejelentések során arra kell törekedni, hogy a bejelentő igyekezzen a lehető legtöbb hasznos információt megosztani a hotline-nal a minél gördülékenyebb ügyintézés érdekében.

Anonim formában, azaz név és elérhetőség megadása nélkül is lehet hozzánk fordulni, de a bejelentő megküldheti nevét és e-mail címét, ha szeretne visszajelzést kapni és értesülni bejelentése eredményéről.



www.internethotline.hu





NEMZETI MÉDIA- ÉS HÍRKÖZLÉSI HATÓSÁG FOGYASZTÓI KIADVÁNY

Kommunikációs Igazgatóság
1015 Budapest, Ostrom utca 23–25.
levélcím: 1525. Pf. 75
tel.: (06 1) 457 7100
Fax: (06 1) 356 55 20
e-mail: info@nmhh.hu
www.nmhh.hu