

**ТИЖДЕНЬ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ**



Пам'ятку розробила  
практичний психолог Жур Тетяна Володимирівна  
з використанням фото з інтернет-ресурсів

# Безпека дітей в Інтернеті

**ЯК ВБЕРЕГТИ ДИТИНУ ВІД ІНТЕРНЕТ-ПАСТОК**



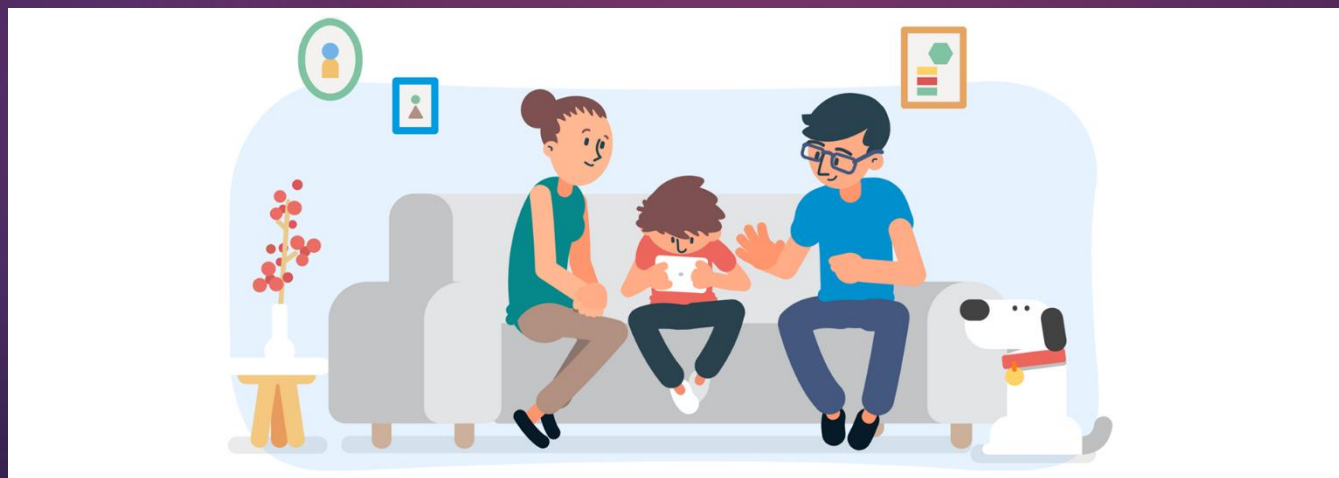
Сьогодні однією з небезпечних для життя та здоров'я проблем є спілкування в Інтернеті

Для того, щоб вберегти наших дітей від негативного впливу, що може з'явитися у житті будь-якої дитини, прислухайтеся до наступних порад.

# Порада 1

## ► Встановіть довірливі сосунки зі своєю дитиною

Якщо ваша дитина вам повністю довірятиме, ви зможете без жодних зусиль дізнаватися, що вона дивилася в Інтернеті, на які сайти заходила, з ким спілкувалася



## Порада 2

- ▶ **Дайте своїй дитині підтримку та впевненість у безпеці з вашого боку**

Якщо дитина знатиме, що ви – її захисник, що ви адекватно реагуєте на її помилки та витівки, то перша людина, до якої вона звернеться у разі погроз чи негативу з Інтернету, будете ви.



# Порада 3

- ▶ **Цікавтеся, чим дитина займалася в Інтернеті, які дивилася відео, з ким спілкувалася.**

Якщо у вас встановлені дружні, довірливі стосунки, дитина із задоволенням розповідатиме.

## Порада 4

- ▶ Якщо дитина не розповідає, які сайти вона відвідує, перегляньте історію в браузері.

Якщо сайти не викликають підозр, можна заспокоїтися.

Якщо ж є підозрілі сайти, зайдіть на них, дослідіть, і якщо вони дійсно шкідливі, заблокуйте до них доступ.



# Ознаки того, що дитина, можливо, потрапила в Інтернет-пастку

## ► Нічні кошмари, поганий сон

Якщо дитину залякують, вона починає боятися, порушується сон, з'являються страшні сни, дитина може просити не виключати світло (хоча раніше нормально спала), вимагати, щоб ви засинали біля неї або засинати з вами.



# Ознаки того, що дитина, можливо, потрапила в Інтернет- пастку

- ▶ Різке погіршення шкільної успішності,  
відсутність інтересу до навчання





# Ознаки того, що дитина, можливо, потрапила в Інтернет- пастку

- ▶ Підвищена тривожність протягом дня, збудливість, істерики і крики на рівному місці (якщо раніше такого не спостерігалось)

Якщо дитина потрапила в Інтернет-пастку, не знає, як з неї вийти та не може розповісти дорослим, її нервова система збуджується, вона не може стримувати свої емоції, часто реагує неадекватно на звичайні речі.

# Ознаки того, що дитина, можливо, потрапила в Інтернет- пастку

- ▶ Замкненість, підозрілість, переважну кількість дня дитина знаходиться в негативному емоційному стані



# Що робити при підозрі, що дитина потрапила до пастки

- ▶ Поговоріть з дитиною. Поясніть, що ви хочете їй допомогти.
- ▶ Будьте спокійними, але наполегливими.
- ▶ Поясніть дитині, що ви – її батьки, і ви завжди зможете її захистити.
- ▶ Поспілкуйтеся з друзями вашої дитини чи її однокласниками, вони можуть щось вам розказати про проблеми вашої дитини.
- ▶ Зверніться по допомогу до класного керівника чи шкільного психолога.

# Корисні посилання

- ▶ Поради батькам від Міністерства освіти і науки України щодо БЕЗПЕКИ ДІТЕЙ В ІНТЕРНЕТІ

<https://mon.gov.ua/ua/osvita/pozashkilna-osvita/vihovna-robotata-zahist-prav-ditini/bezpeka-ditej-v-interneti?fbclid=IwAR13tfgojP485YS0cnKNpi8hprqVGyML7U0z1IUW8fwzEywSNAn5Zmnq6yfM>

- ▶ Поради батькам від патрульної поліції, як зробити інтернет для дітей більш безпечним

<http://patrol.police.gov.ua/2020/02/11/porady-batkam-yak-zrobyty-internet-dlya-ditej-bilsh-bezpechnym/>



**Будьте пильними.**

**Бережіть  
себе і своїх дітей**