

CyberCity – krótki poradnik dla rodziców dzieci z klas 1–3

Twoje dziecko korzysta z Internetu, gier i aplikacji. To dziś normalne. Twoją rolą nie jest bycie policjantem, ale **bezpiecznym przewodnikiem**.

1. Internet to też prawdziwe emocje

To, co dzieje się w sieci:

- może sprawiać radość,
- może ranić,
- może wywoływać strach lub smutek.

Dla dziecka hejt, wykluczenie z grupy czy niemiły komentarz są tak samo bolesne jak w realnym świecie.

2. Pięć prostych zasad bezpieczeństwa

1. Hasło to sekret

Hasło chroni prywatność dziecka. Nie podajemy go nikomu poza rodzicem.

2. Równowaga online – offline

Czas przed ekranem powinien przeplatać się z ruchem, zabawą i odpoczynkiem.

3. Ostrożność wobec nieznanym

Jeśli ktoś w sieci pyta o adres, szkołę lub dane – dziecko powinno powiedzieć o tym dorosłemu.

4. Miłe słowa mają znaczenie

Hejt i wykluczenie w sieci to też przemoc. Uczymy dzieci empatii i reagowania.

5. Internet nie zapomina

Zdjęcia i filmy wrzucone do sieci mogą zostać tam na zawsze. Zawsze pytamy o zgodę.

3. Gdy coś pójdzie nie tak

Jeśli dziecko:

- dostanie obraźliwą wiadomość,

- zostanie wykluczone z grupy,
- zobaczy coś, co je przestraszy,

zrób trzy rzeczy:

1. Zachowaj spokój i wysłuchaj.
2. Zapewnij dziecko, że dobrze zrobiło, mówiąc o tym.
3. Zrób zrzut ekranu (to ważny dowód).

! Nie karz dziecka odcięciem od Internetu, jeśli było ofiarą. Kara sprawia, że następnym razem nie poprosi o pomoc.

4. Pomocne zdania w rozmowie

- „Cieszę się, że mi o tym mówisz.”
- „To, co ktoś napisał, nie definiuje Ciebie.”
- „Zastanówmy się razem, co możemy zrobić.”
- „Jestem po Twojej stronie.”

Pamiętaj

Nie musisz być ekspertem od technologii.

Wystarczy, że jesteś **ważnym, wspierającym rodzicem**.

CyberLisek przypomina:

„Zanim klikniesz – pomyśl. A gdy coś Cię zaniepokoi – powiedz dorosłemu.”