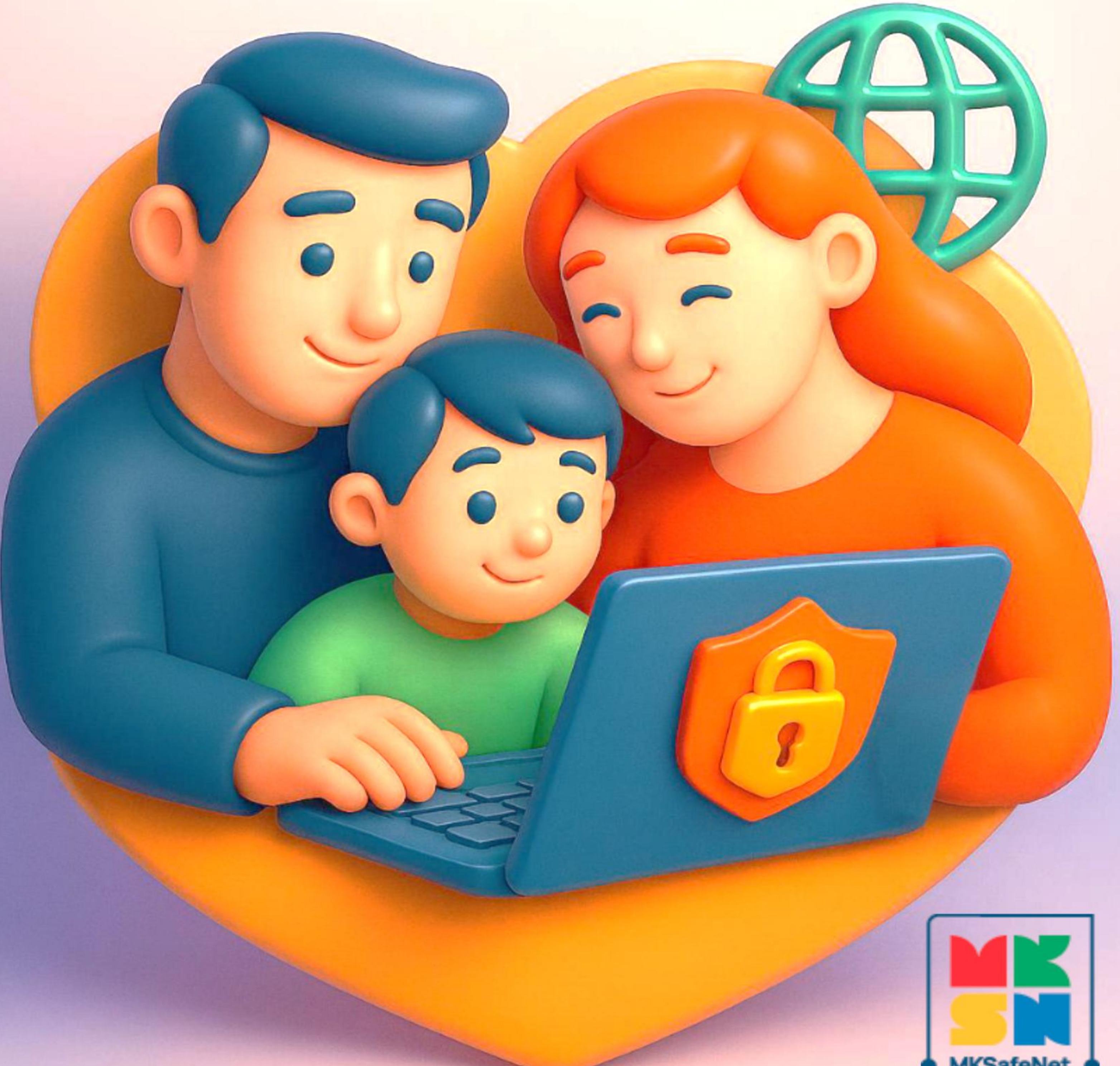
# СОВЕТИ ДО РОДИТЕЛИТЕ

## ЗА ОДГОВОРНО КОРИСТЕЊЕ НА ИНТЕРНЕТ ДОМА



MKSafeNet

Сите родители/старатели се замолуваат да посветат внимание на препораките содржани во Водичот за е-безбедност во основните училишта. Секој родител/старател се очекува да ги спроведува овие совети и дома, притоа помагајќи им на своите деца да ги почитуваат како надвор, така и во семејниот амбиент. Најважно е родителите активно да ги надгледуваат малолетниците додека користат интернет, и да применат технички мерки за безбедност кои ќе го намалат ризикот од наидување на несоодветни содржини.

Прв чекор во запознавање на родителите со Водичот за е-безбедност е да се консултираат со неговата целосна верзија на веб-страницата на училиштето или официјалната страна на MKSafeNet. https://mksafenet.mk/resources/

Така, секој родител или старател ќе може во било кое време да ги прочита детално препораките, како и правилното користење на дигитални уреди во училиште и како да се реагира во случај на инцидент.

Советите се практични и јасни, фокусирани на заштита на децата од онлајн ризици, надгледување на нивните активности и поттикнување позитивно дигитално однесување.

- **Чувајте ги уредите во заедничка просторија.** Компјутерот, лаптопот или таблетот што ги користи детето се препорачува да бидат сместени во просторија каде што има присуство на членови на семејството (дневна соба, трпезарија), наместо во детската соба зад затворени врати, каде понекогаш остануваат пред компјутер доцна во ноќта. Така полесно ќе надгледувате што прави онлајн.
- **Заштитете ги личните датотеки со податоци.** Ако истиот уред го користат и родителот и детето, внимавајте личните документи, фотографии или е-пошта на родителот да не бидат лесно достапни. Направете посебен кориснички профил за детето без пристап до вашите фајлови, или барем заклучете ги чувствителните папки.
- **Договорете домашни правила за користење.** Заедно со детето дефинирајте **кога** (во кој дел од денот) и **колку долго** смее да

користи интернет или да игра на компјутер. На пр.: „првин заврши ги обврските (учење, домашни), потоа 1 час компјутер“, или „не повеќе од 2 часа на ден, со паузи на секои 30 минути“. Бидете доследни во спроведувањето на договорот.

- **Инсталирајте филтри за заштита.** На домашниот компјутер поставете **филтри за веб-содржини** или вклучете „родителска контрола“. Овие алатки автоматски ќе блокираат непристојни или опасни веб-страници (на пр. коцкање, насилни игри, сајтови со вируси). Постојат бесплатни програми или опции во самиот Windows/Mac за оваа цел. Исто така, може да инсталирате додатоци на прелистувачите кои блокираат скокачки прозорци (pop-ups) и спам пораки.
- **Активирајте заштитен ѕид и антивирус**. Осигурете се дека на компјутерот има активирано заштитен ѕид (firewall) и дека е инсталирана ажурирана антивирусна програма.
- **Бидете вклучени и љубопитни.** Покажете интерес за онлајн активностите на вашето дете. Побарајте од него/неа да ви покаже **како функционира интернетот** според неговото искуство - кои сајтови ги посетува за учење, како ги симнува домашните задачи, како комуницира со наставниците преку интернет.
- **Поттикнувајте квалитетни онлајн активности.** Охрабрете го детето да користи интернет за **корисни и образовни цели**, на пример за истражување научни информации, дополнување на знаењето по некој предмет или креативни проекти.
- **Сурфајте заедно.** Повремено, сурфајте **заедно со вашето дете** на интернет. Дискутирајте за евентуалните проблеми на кои ќе наидете, покажете интерес и поддршка. За помалите деца, ова е одличен начин да им укажете на добра практика додека сте покрај нив.
- **Комуницирајте електронски со вашето дете.** Честопати испратете му **е-пошта** на вашето дете. Ова може да го научи правилно да комуницира преку електронска пошта и истовремено ви дава увид во неговата онлајн писменост.

- **Заштитете ги лозинките.** Објаснете му на детето дека лозинките за пристап до одредени платформи (како е-дневник или училишни системи) се **строго лични** и не смеат да се споделуваат со врсници или непознати лица.
- **Дефинирајте недозволени содржини.** Јасно раскажете му на вашето дете што сметате за **неприфатливи содржини** (на пр. расизам, насилство, вулгарен говор, порнографија). Нека знае дека таквите веб-страници и материјали не смеат намерно да се посетуваат.
- **Разговарајте за ризиците од симнување фајлови.** Предупредете го детето за можноста од **компјутерски вируси** и други ризици при преземање датотеки од непознати веб-страници. Советувајте го да не презема програми или документи од извори што не ги познава.
- **Охрабрете доверба.** Кажете му на детето дека може **слободно да ви се довери** ако наиде на вознемирувачки слики или ако добие несакани пораки/е-пошта. Ветете дека нема да има последици по него ако ви пријави (важно е детето да не се плаши да сподели како би можеле заедно да реагирате).
- **Не казнувајте грешки во истражувањето.** Ако детето случајно отвори несоодветна страница или направи друга грешка, не го карајте за ненамерна грешка, искористете го моментот како можност за учење. Објаснете му каде згрешило и како да ги избегне таквите содржини понатаму.
- **Објаснете за доверливост на податоци.** Научете го детето дека **лозинките, ПИН-кодовите, броевите на кредитни картички, телефонските броеви и домашната адреса** се приватни информации и **не смеат да се даваат никому онлајн**.
- **Предупредете за онлајн личности.** Објаснете му дека **не секој на интернет е онаков како што се претставува**. Заради тоа, децата никогаш не треба да се согласуваат на средби со онлајн „пријатели“ без ваше знаење и присуство.
- **Следење на активности на социјалните мрежи.** Бидете запознати со профилите на вашето дете (Facebook, Instagram, TikTok, YouTube,

Snapchat и сл.). Разговарајте за приватност на профилите и ограничете го споделувањето јавни објави.

- **Проверка на поставки за приватност.** Редовно прегледувајте ги заедно поставките за приватност и безбедност на апликациите и платформите што ги користи вашето дете.
- **Редовни семејни разговори.** Наместо само правила, воспоставете навика за отворен дијалог за интернет искуствата. Тоа гради доверба и превентивно ја намалува потребата од строга контрола.

Дополнително, училиштето ќе обезбеди поддршка на семејствата преку својот веб администратор и/или педагог/психолог, за пронаоѓање соодветни алатки за безбедно интернет пребарување и сурфање од дома. Тоа значи дека родителите ќе можат да добијат совет, на пример, како да постават parental control/ родителска контрола на домашниот компјутер, кои филтри или антивирус да ги користат, како и препораки за разговор со децата за одговорно користење на социјалните мрежи.

MK SafeNet

www.mksafenet.mk

MKSafeNet

IDEI
Institute for Digitalization
Economy and Innovation

Република Северна Македонија
Министерство за
дигитална трансформација

Co-funded by
the European Union

Поддршката на Европската комисија за изработка на оваа публикација не претставува одобрување на содржината која ги одразува само ставовите на авторите, при што Европската комисија не сноси одговорност за каква било можна употреба на информациите содржани во самата публикација.