



Уповноважений Президента
України з прав дитини

САТА
GROUP

STOP
sexTING

Шкідливий контент: як батькам протидіяти його впливу на дитину?



Що впливає на поведінку дітей в Інтернеті?



• Лідери думок

Їхній спосіб життя, манери поведінки, які вони висвітлюють на своїх сторінках чи на каналах, приваблюють дітей і виникає думка, що зображуване можна й у своєму житті повторити;

• Нав'язлива реклама

• Фейкова інформація

Діти вірять у несправжню інформацію і можуть вчиняти, виходячи з цих даних;

• «Ілюзія спальні»

Коли дитина знаходиться у безпечному місці, використовуючи Інтернет, їй може здаватись, що тоді і в мережі вона у безпеці, а значить, може більш довірливо відноситись до того, що бачить чи читає;

• Можливість бути тим, ким дитина хоче бути в Інтернет-просторі

Це дарує відчуття “легалізації” кібербулінгу, агресії у спілкування під час онлайн-ігор, розповсюдження інтимної інформації, тощо;

• Пандемія

Через всесвітню пандемію діти все більше часу проводять онлайн через неможливість вдалась задовольнити потребу у спілкуванні в реальному житті.



Що таке шкідливий контент?



Шкідливий контент – матеріали, що заохочують до небезпечної або незаконної діяльності, яка загрожує серйозною фізичною шкодою або смертю.

Приклади шкідливого контенту:



- удушення – ігри з задухою, утопленням або підвішуванням, поїдання неїстівних предметів;
 - використання зброї;
 - вживання небезпечних предметів і речовин, які не є продуктами харчування і можуть викликати отруєння або іншим способом завдати шкоди здоров'ю;
 - дії, які в результаті можуть призвести до обморожень, опіків чи ударів струмом;
 - нанесення собі травм або каліцтв;
 - нанесення травм або каліцтв іншим, наприклад, раптовий удар;
 - небезпеку без заподіяння фактичної фізичної шкоди – погрози зброєю або вибухівкою, інсценування дзвінка в поліцію або пограбування, інсценування викрадення;
 - розіграші, що викликають серйозні емоційні потрясіння, - інсценування смерті або самогубства, насильства, наміри батьків (опікуна) кинути дитину, психологічне насильство (образи, приниження) стосовно дитини;
 - інструкцію, як створити вибуховий пристрій;
 - насильство – зображення справжніх бійок або інших епізодів насильства;
 - рекламу, вживання, виготовлення наркотичних речовин;
 - позитивне ставлення до харчових розладів;
 - порнографічні матеріали.
- [Google Support]



Як шкідливий контент впливає на дітей?



- Психологічна травматизація від побаченого;
- Нав'язливе переживання страху;
- Нормалізація насильства, ранніх статевих відносин, ризикованої поведінки;



Як дитина сигналізує про те, що з нею щось трапилось в Інтернеті, в тому числі й відбувся вплив на дитину шкідливого контенту?

- **Поведінкою** - спостерігається відчуженість, усамітнення, неспокій, апатія, відсутність інтересу до того, що раніше було важливим, самоушкодження;
- **Настроєм** - спостерігається смуток, роздратування стосовно всього навколишнього;
- **Зовнішнім виглядом** - діти у кризовій ситуації можуть виглядати неохайно через байдужість, яке враження вони справляють на інших;
- **Змінами у харчуванні** - зниженням чи відсутністю апетиту;
- **Соматичними симптомами** - головним болем, болем у животі без змін з боку фізичного здоров'я;
- **Порушенням режиму сну** - спостерігається безсоння, часто з раннім пробудженням або, навпаки, підйом пізніше звичайного, нічні кошмари;
- **Прогулюванням уроків чи навчальною неуспішністю;**
- **Словами про почуття провини чи сорому, про суїцидальні думки чи наміри.**



Дитина поводить ризиковано через вплив на неї контенту в мережі: як батькам реагувати на це

- Зрозумійте власні переживання та емоції в цей момент;
- Поговоріть з дитиною (рекомендації надані нижче) для розуміння причин, чому так відбувається і як ви можете допомогти;
- За необхідності зверніться до:
 - **психолога** - для отримання психологічної підтримки,
 - **правоохоронних органів** - якщо дитина потерпає від кібербулінгу, погроз чи шантажу,
 - **навчального закладу** - якщо в цьому залучені інші учні чи однокласники дитини.



Дитина поводить ризиковано через вплив на неї контенту в мережі: як батькам поговорити з дитиною

- **Заспокойте дитину тим, що ви поруч, готові вислухати і допомогти.** Наголосіть дитині на тому, що вона зараз знаходиться в безпеці.
- **Слідкуйте за своїм тоном під час розмови.**
Якщо ви почнете розмову повчальним тоном, ви можете налякати дитину, і вона, швидше за все, дасть вам відповіді, які ви хочете почути, а не правду, яка з нею трапилась. Постарайтеся зробити розмову невимушеною - це дозволить дитині розслабитись.
- **Ставте відкриті питання.**
Наприклад, "Поділись, будь ласка, що викликало такі переживання у тебе? Що повпливало на твою поведінку останнім часом?".

- **Слухайте та чуйте.**

Дозвольте дитині розповідати у тому ритмі, як зараз їй хочеться. Не приймайте всі слова у свій бік - дитина може висловлюватись доволі агресивно. Спробуйте почути, про що саме воно говорить і що потребує зараз.

- **Уникайте суджень та звинувачень.**

- **Використовуйте "Я" повідомлення.**

Замість "Як таке могло трапитись?" - "Я співчуваю, що тобі довелося таке пережити...".

- **Подякуйте дитині за те, що вона поділилась своїми переживаннями.**



Дитина поводиться ризиковано через вплив на неї контенту в мережі: до кого звернутись по допомогу



- Отримати додаткову інформацію про онлайн-ризиків контент через Урядову консультаційну лінію з питань безпеки дітей в Інтернеті - **1545** далі вибрати **3** - анонімно, цілодобово, безкоштовно.

- Анонімно повідомити дитині про те, що сталося з ним або з нею в Інтернеті - зателефонувати на гарячу лінію **Ла Страда - 116 111**.

- Звернутися дитині до психолога або ж поставити питання з приводу психічного, сексуального або репродуктивного здоров'я через організацію **Teenergizer**, яка дає консультації "рівний-рівному" і з психологом безкоштовно і конфіденційно:

teenergizer.org/consultations/

- Якщо дитина страждає від кібербулінгу і є потреба отримати допомогу анонімно, то можна скористатися **чат-ботом Кіберпес** в Telegram та Viber, або зателефонувати на лінію: **0800 505 170**

- Отримати додаткову інформацію про онлайн-ризиків і як діяти в таких ситуаціях через **чат-бот проєкту #stop_sexтинг** у Телеграмі - [@StopSextingBot](https://t.me/StopSextingBot)



Способи профілактики ризикованої поведінки дітей, у тому числі й суїцидальних намірів

- Довірливі стосунки між батьками та дітьми;
- Розмови про власні переживання після важкого робочого дня чи побаченого в мережі;
- Спільні інтереси та інформаційний простір, наприклад, спільний перегляд фільмів та їх обговорення чи прогулянки без гаджетів;
- Сімейна угода, як можливість врегулювати поведінку дитини в Інтернеті;
- Розвиток навичок цифрової стійкості через: **розуміння дитиною, що вона натрапила на шкідливий контент; знання того, що робити, щоб звернутися за допомогою; навчання на власному досвіді; отримання підтримки для відновлення.**