

10 tipů pro rodiče

1. Zajistěte, aby dítě vědělo, že všechna pravidla chování při kontaktu s ostatními lidmi jsou stejná jak v reálném životě, tak i při kontaktu s lidmi prostřednictvím Internetu nebo mobilního telefonu. Učte a posilujte pozitivní zásady a pravidla, jak by se s ostatními mělo jednat s respektem a důstojností. Řekněte dítěti, že kyberšikana způsobuje ostatním zranění na duši a bolest v reálném světě stejně jako ve světě online.
2. Ujistěte se, že vaše škola má vhodný vzdělávací program o bezpečnosti na Internetu. Ten by neměl pokrývat pouze hrozby sexuálních predátorů, ale také to, jak se preventivně chránit a odpovídat na online obtěžování vrstevníků, jak se prozíravě chovat v interakci s ostatními na sociálních sítích, a jak vypadá zodpovědná a etická online komunikace.
3. Učte své děti vhodnému chování na Internetu. Seznamte je s pravidly používání Internetu či mobilního telefonu. Vysvětlete jim, k jakým problémům může dojít, pokud je moderní technologie zneužita (např. zničení jejich pověsti, dostání se do problémů ve škole nebo s policií). Uvědomte si, že vaše dítě může být jak oběť, tak pachatel. Ved'te děti k takovému chování, které bude chránit nejen je, ale také ostatní uživatele.
4. Buďte vzorem vhodného užívání moderních technologií. Neobtěžujte a nevtipkujte o ostatních v online světě, obzvláště pokud jsou nablízku děti. Nepište SMS, zatímco řídíte. Vaše děti se dívají a učí se.
5. Sledujte aktivity svých dětí, když jsou online. Zajímejte se o to, k čemu vaše dítě mobilní telefon či Internet používá. Můžete to dělat neformálně (skrze aktivní spoluúčast a kontrolu online zkušeností vašich dětí) a formálně (skrze software). Jaké stránky si prohlíží, zda používá tzv. sociální sítě (Líbímseti, Rajče, Alík, Facebook, MySpace aj.), veřejné chaty, ICQ, Skype atd., jestli někomu posílá své fotky apod. Mluvte s dětmi o tom, co na Internetu dělají, kde si zakládají svůj profil a jaké informace o sobě sdělují. Nerozumíte všem komunikačním technologiím? Děti vám s tím pomohou! Při tajném sledování svých dětí buďte diskrétní. V opačném případě může vaše činnost způsobit více škody než užítku, protože děti cítí, že jejich soukromí je ohroženo. Mohou pak jít se svým online chováním do naprosté „ilegality“ a budou úmyslně pracovat tak, aby před vámi veškeré své akce skryly.
6. Používejte filtrační a blokační software jako součást „komplexního“ přístupu k online bezpečnosti. Pamatujte však, že softwarové programy samy o sobě neuchovají děti v bezpečí a nejsou prevencí před kyberšikanou nebo před zpřístupněním nevhodného obsahu. Většina technicky zdatné mládeže umí velmi rychle najít cesty, jak filtry obejít.

7. Všimněte si varovných znaků toho, že se děje něco neobvyklého, jak se dítě při elektronické komunikaci chová, včetně reakcí dítěte na vaši přítomnost. Pokud se vaše dítě stane odtažitě nebo naopak posedlé Internetem, mohlo se stát obětí nebo pachatelem kyberšikany. Podle toho, jak dítě zareaguje, když přijdete do místnosti, lze také leccos vyčíst. Zvlášť pokud se snaží „zametat stopy“ – rychle zavírá nějakou stránku či program atd. Tady je však potřeba zohlednit věk dítěte, např. u dítěte v pubertě mohou být tyto reakce naprosto normální, vzhledem k tomu, že vzrůstá jeho potřeba soukromí obecně. Sledujte, jak se dítě projevuje např. po přečtení zprávy. Pátrejte po tom, proč vypadá po použití mobilního telefonu či Internetu sklíčeně, proč s vámi odmítá komunikovat apod. Vaše pozorovací schopnosti jsou v tomto případě velmi důležité, neboť újma, kterou dítě může utrpět, je především psychického rázu. Psychické týrání je velmi těžké rozpoznat, protože není doprovázeno tak zjevnými znaky, jako jsou např. šrámy či modřiny, navíc toto týrání obvykle bývá pro oběť mnohem horší, než kdyby ho někdo mlátil. Změny v chování psychicky týraného dítěte přitom mohou být nepatrné. Všimát si je proto velmi důležité, protože ne každé dítě je ochotné o svých problémech hovořit. Vy své dítě ale dobře znáte a dokážete poznat, že s ním něco není v pořádku.

8. Použijte „Smlouvu o používání Internetu“, kterou můžete přepracovat i na užívání mobilního telefonu. Dítěti tak bude naprosto jasné, co je vhodné a co ne vzhledem k používání komunikačních technologií. Aby se tento přijatý závazek stále dítěti připomínal, doporučujeme vyvěsit zmíněný dokument na opravdu viditelném místě (např. vedle počítače).

9. Kultivujte a udržujte se svými dětmi otevřenou a upřímnou linii komunikace. Tím zajistíte, že za vámi dítě samo přijde pokaždé, když se mu v kyberprostoru stane něco nepříjemného nebo stresujícího. Oběti kyberšikany (a ostatní, kteří ji sledují) musí s jistotou vědět, že dospělí, kterým se svěří, budou konat racionálně a s rozvahou, nikoliv, že situaci ještě zhorší.

10. Dejte dítěti najevo, že za vámi může přijít s problémem. Ukažte dítěti, že jste tady pro něj a že se mu s problémem budete snažit pomoci. Při řešení problému postupujte konstruktivně, nevyčítejte dítěti, že se svou vinou dostalo do problému. Snažte se problém rychle vyřešit a využijte ho k takovému výchovnému působení na dítě, které zabrání nebo sníží riziko toho, že se dítě do podobného problému dostane znovu.