

> Grades 6–12 Family Tips

Help Kids Make Friends and Interact Safely Online



RELATIONSHIPS & COMMUNICATION

*We know the power
of words & actions.*

So much of kids' social lives happens online. Whether they're texting with their study group, flirting on social media, or voice-chatting on game platforms, middle and high schoolers can learn to communicate in safe and healthy ways. These skills will help kids -- and the people they're communicating with -- have positive experiences online.

Check out these 4 tips ➤

1

Give them the right words.

Kids learn about appropriate verbal and physical communication from watching you. But online conversations can be invisible. Occasionally, narrate as you're writing texts or social media comments when your kids are in earshot.

2

Learn about their worlds.

Tweens and teens have unique communication styles -- especially online. As much as possible, keep an eye on what they're saying and doing online to understand the norm in their worlds. Don't police everything they say, but keep an ear out for aggressive trash-talking, hate speech, rude images, or anything hurtful. If you see stuff that crosses the line, speak up. Kids need to understand that their words have consequences.

3

Empathize with the pressure to overshare.

Tweens and teens might feel pushed into sharing a sexy photo for different reasons: a dare, fear of damaging a relationship, or just because "everyone else is doing it." But this one is nonnegotiable. Tell them that you understand how bad it can feel to disappoint a friend. Then help them imagine how much worse it would feel if a private picture were shared with their whole school.

4

Develop their instincts.

Help kids learn to trust their guts so they can suss out creepy, risky, or otherwise unsafe online situations. Playact a few scenarios: What if someone asks to take a conversation private? What if someone asks for your phone number? What if someone invites you to a private chat room? Be aware that some kids (even "good" kids) will explore iffy stuff online out of curiosity. But the minute they feel uncomfortable, they need to shut things down.

<https://www.commonsense.org/education/family-tips/6-12-relationships-and-communication>



© Common Sense Media 2018. Lessons are shareable with attribution for noncommercial use only. No remixing permitted. View detailed license information at creativecommons.org.

➤ *Tips para familias con niños de 6° a 12° grado*

Ayudemos a los niños a hacer amigos e interactuar de manera segura en línea



RELACIONES Y COMUNICACIÓN

Conocemos el poder de las palabras y las acciones.

Gran parte de la vida social de los niños sucede en línea. Mientras envían mensajes de texto a sus compañeros de estudio, flirtean en las redes sociales y chatean por voz durante un juego, los adolescentes pueden aprender a comunicarse de manera segura y sana. Estas destrezas ayudarán a los niños (y a las personas con las que se comunican) a tener experiencias positivas en línea.

Lean estos 4 consejos ➤

1

Denles las palabras correctas.

Los niños aprenden sobre la comunicación verbal y física adecuada al observarlos a ustedes. Pero las conversaciones en línea pueden ser invisibles. De vez en cuando, lea en voz alta los mensajes de texto o comentarios que escriben en las redes sociales cuando sus hijos estén cerca, para que los escuchen.

2

Aprendan sobre sus mundos.

Los preadolescentes y adolescentes tienen estilos de comunicación únicos, especialmente en línea. En la medida de lo posible, vigilen lo que dicen y hacen en línea para aprender las normas de ese mundo. No necesitan vigilar todo lo que dicen los niños, pero presten atención a las conversaciones agresivas, el discurso de odio, las imágenes irrespetuosas o cualquier otra cosa que pueda ser ofensivo. Si ven algo que se pasa de la raya, coméntenlo. Los niños necesitan entender que sus palabras tienen consecuencias.

3

Empaticen con la presión de compartir en exceso.

Los preadolescentes y adolescentes pueden sentirse presionados a compartir una foto sexual por diferentes razones: un reto, por miedo a echar a perder una relación o simplemente porque "todos lo están haciendo". Pero este tema no es negociable. Díganles que entienden lo mal que puede sentirse decepcionar a un amigo. Luego, ayúdenles a entender que sería peor aún si esa foto privada fuese compartida con toda la escuela.

4

Desarrollen sus instintos.

Ayuden a los niños a confiar en sus instintos a la hora de detectar situaciones en línea desagradables, riesgosas o inseguras. Hagan un ejercicio de representación: ¿Qué pasa si alguien les pide conversar por privado? ¿Qué pasa si alguien les pide el número de teléfono? ¿Qué pasa si alguien los invita a un chat privado? Tengan en cuenta que algunos niños (incluso los "niños buenos") explorarán cosas turbias en línea por curiosidad. Pero deben entender que apenas se sientan incómodos, deben salirse o dejar de explorar.

<https://www.commonsense.org/education/spanish/family-tips/6-12-relationships-and-communication>

remixing permitted. View detailed license information at creativecommons.org.

نصائح لأسر الطلاب في الصف السادس إلى الصف الثاني عشر (6-12): مساعدة أولادكم على تكوين الصداقات والتفاعل مع الأصدقاء بأمان على الإنترنت

يحدث الكثير من حياة الأولاد الاجتماعية عبر الإنترنت. يمكن لطلاب مدارس الإعدادية والثانوية أن يتعلموا التواصل بطرق آمنة وصحية سواء أكانوا يستخدمون الرسائل النصية مع مجموعة الطلاب التي يدرسون معها، أو يتغازلون على وسائل التواصل الاجتماعي، أو يدرشون على منصات الألعاب الإلكترونية. ستساعد هذه المهارات كل من الأولاد والذين يتواصلون معهم على اكتساب تجارب إيجابية عبر الإنترنت.

تفضلوا بقراءة هذه النصائح الأربع التالية: كما

تلقين أولادكم الكلمات الصحيحة.

1

يتعلم الأولاد التواصل اللفظي والجسدي المناسب من وراء مشاهدتكم وتقليد تصرفاتكم في التواصل. ولكن الحوار مع الآخرين عبر الإنترنت يمكن أن يكون محجوباً عن النظر. ومن المستحسن أحياناً، بينما يكون ولدكم على مرمى السمع منكم أن تقرأوا بصوت مسموع لهم ما تكتبونه من رسائل نصية أو تعليقات على وسائل التواصل الاجتماعي.

تعرفوا على أجواء عالمهم المنخرطين فيه.

2

يتمتع الأولاد اليافعين والمراهقين بأساليب تواصل فريدة، خصوصاً عند التواصل عبر الإنترنت. ولذلك، حاولوا بأكبر قدر ممكن أن تلتفتوا نظرهم على ما يقولونه ويفعلونه عبر الإنترنت لتفهموا معايير التواصل في أجواء عالمهم. وهذا لا يعني مراقبة كل شيء يقولونه، بل تنبّهوا لأي كلام بذيء عدائي أو كلام بغيض أو صور وقحة أو كل ما يثير الأذى بالآخرين. وعندما تلاحظون أي شيء يتجاوز الحدود التي تضعونها لأولادكم، فعليكم أن تلتفتوا نظرهم إليها ليصلحوا أمرهم. يتحتم على الأولاد أن يفهموا بأن للكلمات التي يستخدمونها في كلامهم وتواصلهم مع الغير لها عواقب.

التعاطف مع الضغط على الإفراط في المشاركة.

3

قد يشعر الأولاد اليافعين والمراهقين بالضغط عليهم لنشر صورة مثيرة لهم لأسباب مختلفة: التحدي والتجرو، أو الخوف من الحاق ضرر بعلاقة، أو لمجرد "قيام كل شخص آخر بذلك". إلا أن هذا التصرف غير مقبول أبداً وغير قابل للتفاوض. أخبروهم بأنكم تتفهمون الشعور الجسيم جراء تخييب أمل صديق. ثم ساعدوهم على إدراك بأن حالتهم قد تكون أسوأ بكثير لو تم تبادل صورة خصوصية جداً مع جميع طلاب المدرسة.

تطوير غرائزهم.

4

ساعدوا أولادكم على الوثوق بحسهم وإحساسهم الداخلي حتى يتمكنوا من التغلب على المواقف المخيفة أو الخطرة أو غير الآمنة على الإنترنت. قوموا بتمثيل بعض السيناريوهات التالية: ماذا لو طلب أحد منكم التحويل من التواصل الجماعي إلى تواصل فردي؟ ماذا لو طلب أحد رقم هاتفكم الشخصي؟ ماذا لو دعاكم أحد إلى غرفة دردشة خاصة؟ تنبّهوا بأن بعض الأولاد، وحتى الأولاد الطيبين، قد يستكشفوا الأشياء الغريبة على الإنترنت بدافع الفضول. إلا أنه يتوجب عليهم إغلاقها فوراً لحظة شعورهم بعدم الارتياح.



幫助孩子交朋友以及安全地在網上 與人交流

孩子的社交生活很多都是在網上發生。無論他們是給自己的學習小組發消息，在社交媒體上調情，還是在遊戲平台上語音聊天，初中生和高中生都可以學習怎樣以安全和健康的方式與別人交流。這些技能可以幫助孩子以及與他們溝通的人獲得良好的上網體驗。

請閱讀下面的4個建議：

1

透過言傳身教讓孩子知道什麼是得體的言語。

您的言談舉止為孩子樹立榜樣，可以讓他們懂得怎樣與別人進行得體的口頭和肢體交流。但是，孩子可能看不到您網上談話的內容。有時，在孩子可以聽到的時候，不妨唸出您正在撰寫的簡訊或社交媒體評論。

2

瞭解他們的世界。

青少年有自己獨特的交流風格，尤其是在網上。盡可能留意他們在網上說些什麼和做些什麼，以瞭解他們那個世界的規則。沒必要管著他們說的每一句話，但要留意攻擊性的壞話、仇恨言論、粗俗的圖片或任何有傷害性的東西。如果您看到有不妥的行為，應當指出來。孩子需要懂得，他們的言論會造成後果。

3

理解孩子急於分享的心理。

青少年可能會出於不同的原因急於分享性感照片：例如表現自己的勇敢、害怕破壞戀愛關係，或者僅僅是因為「別人都這樣做」。但這種事情不容商量。告訴他們，您理解讓朋友失望確實令人難過。然後幫助他們想一想，如果私密照片被全校的人看到了，那會讓人更加難過。

4

培養他們的直覺。

幫助孩子學會相信自己的直覺，這樣當他們遇到令人害怕、有危險或者其他不安全的網上行為時，他們可以立即躲開。與孩子一起模擬幾種場景：如果遇到別人要求私下交談怎麼辦？如果遇到別人索要你的電話號碼怎麼辦？如果遇到別人邀請你進入私密聊天室怎麼辦？需要注意的是，有些孩子（即使是「乖孩子」）會出於好奇心在網上探索可疑的內容。但如果他們覺得不舒服，他們需要離開。



کمک به کودک در زمینه دوستیابی و تعامل آنلاین ایمن

بخش اعظم زندگی اجتماعی کودکان در محیط آنلاین رخ می‌دهد. دانش‌آموزان مقطع راهنمایی و دبیرستان می‌توانند تبادل پیام متنی با گروه درسی، گپ زدن در رسانه‌های اجتماعی یا مکالمه صوتی در پلتفرم‌های بازی را به روشی امن و سالم انجام دهند. این مهارت به کودک و مخاطبان کودک کمک می‌کند تا تجربه آنلاین سازنده‌ای داشته باشند.

نکته توجه کنید ۴ به این کما

۱. واژه‌های درست را به آنها آموزش دهید.

کودک روش ایجاد ارتباط کلامی و فیزیکی را با نگاه کردن به رفتار شما می‌آموزد. ولی مکالمات آنلاین ممکن است پنهان باشد. گاهی اوقات، وقتی در حال نوشتن متن یا درج دیدگاه در رسانه‌های اجتماعی هستید و کودک در اطرافتان حضور دارد، متن یا دیدگاه خود را بلند بخوانید.

۲. با دنیای آنها آشنا شوید.

سبک ایجاد ارتباط -به‌ویژه ارتباط آنلاین- در نوجوانان منحصر به فرد است. برای آشنایی با هنجارهای دنیای آنها، تا حد ممکن ارتباطات و رفتارهای آنلاین آنها را زیر نظر بگیرید. در ارتباطات آنها دخالت نکنید، بلکه مراقب طرز صحبت پرخاشگرانه و ناپسند، گفتار نفرت پراکنی، تصاویر زننده یا تبادل هر نوع محتوای زیان‌آور باشید. در صورت مشاهده محتوای ناخوشایند، با فرزندتان صحبت کنید. کودکان باید بدانند که گفته‌های آنها پیامد دارد.

۳. فشار موجود برای افشای بیش از حد را درک کنید.

نوجوانان ممکن است به دلایل مختلف احساس کنند که برای انتشار تصاویر جنسی تحت فشار هستند، دلایلی مانند چالش‌طلبی، ترس از آسیب دیدن رابطه، یا صرفاً به دلیل «رایج بودن آن». ولی این عمل قابل مذاکره نیست. به آنها بگویید که می‌دانید ناامید کردن دوستان چقدر ممکن است ناخوشایند باشد. سپس به آنها کمک کنید تا تصور کنند انتشار تصویر خصوصی در کل مدرسه حس بدتری ایجاد خواهد کرد.

۴. گزینه آنها را تقویت کنید.

به کودکان کمک کنید تا به گزینه خود اعتماد کنند و بتوانند موقعیت‌های ناخوشایند، خطرناک یا ناایمن در فضای مجازی را تشخیص دهند. چندین سناریو را بازسازی کنید: اگر کسی بخواهد وارد مکالمه خصوصی شود، چه می‌شود؟ اگر کسی از شما شماره تلفن بخواهد، چه می‌شود؟ اگر کسی شما را به اتاق گفتگوی خصوصی دعوت کند، چه می‌شود؟ توجه داشته باشید که برخی کودکان (حتی بچه‌های «خوب») از روی کنجکاوی در اینترنت به دنبال امور مبهم هستند. ولی این جستجو باید به محض نامطلوب شدن شرایط پایان یابد.



RELATIONSHIPS & COMMUNICATION

**We know the power
of words & actions.**

➤ 6~12학년 자녀들이 있는 가족을 위한 유용한 조언:

자녀가 온라인에서 안전하게 친구를 사귀고 교류할 수 있도록 돕습니다

자녀의 사회생활 중 많은 부분이 온라인에서 일어나고 있습니다. 중고등학생은 스터디 그룹과 문자 메시지를 주고받거나, 소셜 미디어에서 "썸"을 타거나, 게임 내에서 보이스 채팅을 할 때에도, 안전하고 건전한 방식으로 소통하는 방법을 배울 수 있습니다. 이런 기량이 있으면 아이들, 그리고 아이들과 커뮤니케이션을 하는 사람들이 온라인에서 긍정적인 경험을 할 수 있습니다.

여기에 넷 가지 유용한 조언을 소개합니다. 

1

그들에게 올바른 언어를 사용합니다.

아이들은 부모를 보면서 적절한 구두 및 신체적 소통을 배웁니다. 하지만 온라인 대화는 눈에 보이지 않을 수 있습니다. 이따금, 문자를 보내거나 소셜 미디어에 댓글을 달 때 아이들이 가까이 있을 경우 내용을 소리내어 읽는 것도 방법이 될 수 있습니다.

2

자녀의 세계에 대해 배웁니다.

십대 초반과 중반의 자녀는 자신만의 소통 스타일이 있고, 온라인상에서는 더더욱 그렇습니다. 그러니 자녀가 온라인에서 무엇을 말하고 하는지를, 되도록 많이, 살펴보고 자녀의 세계에서 통하는 규범을 파악해 보십시오. 물론 자녀의 모든 말을 감시하라는 뜻은 아닙니다. 하지만 공격적인 막말, 혐오 발언, 무례한 이미지, 또는 그 외 남에게 상처를 줄 수 있는 언행이 있는지 살펴보아야 합니다. 선을 넘는 언행이 있다면, 자녀에게 이야기해야 합니다. 아이들은 자신의 말이 특정한 결과를 가져온다는 사실을 이해해야 합니다.

3

사생활을 지나치게 드러내야 한다는 압박감에 공감합니다.

십대 초반과 중반의 자녀는 여러 가지 이유에서 섹시한 사진을 공유해야 한다는 압박을 받을 수 있습니다. 도전 삼아서, 친구의 말을 거스르기 싫어서, 또는 그저 "다들 하니까" 그럴 수 있습니다. 하지만 이 문제는 타협의 여지가 없습니다. 자녀에게, 친구를 실망시키는 게 얼마나 속상한지 충분히 이해한다고 말하십시오. 그런 다음, 사적인 사진이 학교 전체에 좌악 퍼지는 것은 그보다 얼마나 더 속상할 기분이 될지 상상해 보도록 도와 주십시오.



➤ 6~12학년 자녀들이 있는 가족을 위한 유용한 조언:

자녀가 온라인에서 안전하게 친구를 사귀고 교류할 수 있도록 돕습니다



본능적인 느낌을 발전시키도록 돕습니다.

자녀가 소름끼치거나, 위험하거나, 다른 의미에서 안전하지 못한 온라인 상황을 "감"으로 느끼고 피할 수 있도록 도와줍니다. 몇 가지 상황을 설정해 봅니다.

누군가가 은밀하고 사적인 대화를 나누자고 요청해 온다면? 누군가가 전화번호를 물어본다면? 누군가가 사적인 채팅방에 초대한다면? 아이들 중에는 (섀령 "착한" 아이라도) 호기심을 못 이기고 온라인에서 나쁜 짓을 시도해 보는 경우가 있습니다. 하지만 뭔가 불편하다는 생각이 드는 순간 바로 그만두는 결단력이 필요합니다.



Помогите детям заводить друзей и безопасно общаться онлайн

Большая часть социальной жизни детей происходит онлайн. Обмениваются ли они сообщениями с одноклассниками, флиртуют в социальных сетях или обмениваются голосовыми сообщениями на игровых платформах, учащиеся средней и старшей школы могут научиться общаться безопасным и здоровым способом. Эти навыки помогут детям — и людям, с которыми они общаются — получить положительный опыт общения в режиме онлайн.

Следуйте этим 4 подсказкам:



Научите их правильным словам.

Дети обучаются соответствующей речевой и физической коммуникации, наблюдая за вами. Однако разговоры онлайн могут быть невидимыми. Время от времени пересказывайте то, что вы пишете в сообщениях или комментариях в социальных сетях, когда ваши дети находятся в пределах слышимости.



Узнавайте об их мире.

У детей младшего возраста и подростков уникальный стиль общения — особенно онлайн. По возможности следите за тем, что они говорят и делают в сети, чтобы понять, какие слова считаются нормой в их среде. Не контролируйте все, что они говорят, но внимательно следите за агрессивными разговорами, риторикой ненависти, грубыми изображениями или оскорблениями. Если вы заметите материал, пересекающий черту, выскажитесь. Дети должны понимать, что их слова имеют последствия.



Обращайте внимание на принуждения поделиться информацией.

Дети и подростки могут чувствовать, что их принуждают поделиться сексуальной фотографией по разным причинам: вызов, страх разрушить отношения или просто потому, что «все так делают». Но это не подлежит обсуждению. Скажите ему, что вы понимаете, каково это разочаровывать друга. Затем помогите ему представить, насколько хуже он будет себя чувствовать, если личная фотография станет доступной всей школе.



Развивайте инстинкты ребенка.

Помогите детям научиться доверять своей интуиции, чтобы они могли избегать неприятных, рискованных или небезопасных ситуаций в сети. Разыграйте несколько сценариев: Что если кто-нибудь попросит сохранить разговор в тайне? Что если кто-нибудь попросит ваш номер телефона? Что если кто-то пригласит вас в частную чат-комнату? Необходимо осознавать, что некоторые дети (даже «хорошие») исследуют материалы сомнительного содержания онлайн из любопытства. Но как только они почувствуют себя некомфортно, им необходимо прекратить просмотр таких материалов.



Tulungan ang Mga Bata na Makipagkaibigan at Ligtas na Makipagugnayan Online

Karamihan ng buhay panlipunan ng mga bata ay nangyayari online. Kahit na nakikipag-text ang mga ito sa kanilang grupo sa pag-aaral, nakikipagligawan sa social media, o nakikipag-chat sa mga platform ng laro, ang mga nasa gitna at mataas na paaralan ay maaaring matuto na makipag-usap sa ligtas at malusog na paraan. Ang mga kasanayang ito ay makakatulong sa mga bata - at sa mga taong nakakausap nila - na magkaroon ng positibong mga karanasan online.

Tingnan ang 4 tip na ito



Bigyan sila ng mga tamang salita.

Natututunan ng mga bata ang tungkol sa naaangkop na berbal at pisikal na komunikasyon mula sa pagmamasid sa iyo. Ngunit ang mga online na pag-uusap ay maaaring hindi nakikita. Paminsan-minsan, magsaysay habang sumusulat ka ng mga teksto o mga komento sa social media kapag naririnig ng iyong mga anak.



Alamin ang tungkol sa kanilang mga mundo.

Ang mga tween at mga teenager ay may natatanging mga estilo ng komunikasyon - lalo na online. Hangga't maaari, panoorin kung ano ang kanilang sinasabi at ginagawa online upang maunawaan ang mga pamantayan sa kanilang mga mundo. Huwag kontrolin ang lahat ng sinasabi nila, ngunit panatilihin ang makinig sa agresibong basurang-pakikipag-usap, mapoot na pananalita, bastos na mga larawan, o anumang nakasasakit. Kung nakikita mo ang mga bagay na lumalabis, magsalita ka. Kailangang maunawaan ng mga bata na ang kanilang mga salita ay may mga kahihinatnan.



Unawain ang pamimilit na pagbahagi ng sobra.

Ang mga tween at teenager ay maaaring mapilitan na magbahagi ng isang larawan na sexy para sa iba't ibang mga kadahilanan: isang pustahan, takot na mapinsala ang isang relasyon, o dahil lamang sa "ginagawa ng iba." Ngunit ang isang ito ay hindi pahihintulutan. Sabihin sa kanila na naiintindihan mo kung gaano kasama ang pakiramdam na biguin ang isang kaibigan. Pagkatapos ay tulungan silang isipin kung gaanong mas masama ang pakiramdam kung ang isang pribadong larawan ay ibinahagi sa kanilang buong paaralan.



Paunlarin ang kanilang mga likas na ugali.

Tulungan ang mga bata na matutong magtiwala sa kanilang mga lakas ng loob upang sila ay makaalis sa nakakatakot, mapanganib, o kung hindi man ligtas na mga sitwasyon online. Maglaro ng ilang mga sitwasyon: Paano kung ang isang tao ay humihingi ng pribadong pag-uusap? Paano kung may humihingi ng numero ng iyong telepono? Paano kung may isang taong nag-anyaya sa iyo sa isang pribadong chat room? Magkaroon ng kamalayan na ang ilang mga bata (kahit ang mga "mabubuting" bata) ay gagalugad sa mga kahina-hinalang bagay online dahil sa kuryusidad. Ngunit sa oras na makaramdam sila ng hindi pagiging komportable, kailangan nilang tapusin ang mga bagay-bagay.



بچوں کی آن لائن محفوظ انداز میں دوست بنانے اور معاملات کرنے میں مدد کریں

بچوں کی سماجی زندگی کا بڑا حصہ آن لائن ہوتا ہے۔ خواہ وہ اپنے اسٹڈی گروپ کے ساتھ نصی پیغامات کا تبادلہ کر رہے ہوں، سوشل میڈیا پر فلرٹ کر رہے ہوں، یا گیم پلیٹ فارمز پر وائس چیٹ کر رہے ہوں، مڈل اور ہائی اسکول کے طلبہ محفوظ اور صحت مند طریقوں میں ترسیل کرنا سیکھ سکتے ہیں۔ یہ مہارتیں بچوں کی مدد کریں گی - اور وہ لوگ جن کے ساتھ یہ مواصلت کر رہے ہیں - ان کے پاس آن لائن مثبت تجربات ہوں گے۔

ان 4 تجاویز کی جانچ کریں:

انہیں درست الفاظ دیں۔



بچے درست زبانی اور جسمانی مواصلت کے بارے میں آپ کو دیکھ کر سیکھتے ہیں۔ لیکن آن لائن بات چیت نگاہوں سے اوجھل ہو سکتی ہے۔ کبھی کبھار، جب آپ کے بچے سن سکتے ہوں تب ٹیکسٹ یا سوشل میڈیا پر تبصرے لکھتے وقت بول کر سنائیں۔

ان کی دنیا کے بارے میں جانکاری حاصل کریں۔



ٹوئز اور ٹینز کے منفرد ترسیلی اسلوب ہوتے ہیں - خاص طور پر آن لائن۔ ان کی دنیا میں مثالی کرداروں کو سمجھنے کے لیے وہ لوگ آن لائن کیا کہہ رہے ہیں یا کر رہے ہیں اس پر زیادہ سے زیادہ نگاہ رکھیں۔ ہر وہ چیز جو وہ کہہ رہے ہوں ان پر پہرہ نہ لگائیں لیکن جارحانہ گالی گلوچ، ہیٹ اسپیچ، غیر مہذب تصاویر، یا کسی تکلیف دہ چیز کے لیے کان کھلے رکھیں۔ اگر آپ کو ایسی چیزیں نظر آتی ہیں جو حد کو پار کرتی ہوں تو بات کریں۔ بچوں کو یہ بات سمجھنے کی ضرورت ہوتی ہے کہ ان کے الفاظ پر نتائج مرتب ہوتے ہیں۔

زائد شیئر کرنے کے پریشر سے متعلق ہمدردی کا اظہار کریں۔



ٹوئز اور ٹینز مختلف اسباب کی بنا پر کوئی جنسی تصویر شیئر کرنے کے لیے اتنا محسوس کر سکتے ہیں: ایک جرات، کسی رشتے کو خراب کرنے کا خوف، یا صرف اس لیے کہ "سبھی یہی کر رہے ہیں۔" لیکن یہ ناقابل گفت و شنید ہے۔ انہیں بتائیں کہ آپ سمجھتے ہیں کہ کسی دوست کو مایوس کرنا کتنا برا محسوس ہو سکتا ہے۔ پھر یہ تصور کرنے میں ان کی مدد کریں کہ یہ کتنا برا محسوس ہوگا اگر کوئی نجی تصویر ان کے پورے اسکول کے ساتھ شیئر کر دی جائے۔

ان کی فطری صلاحیتوں کو فروغ دیں۔



بچوں کی اپنی صلاحیتوں پر بھروسہ کرنا سیکھنے میں مدد کریں تاکہ وہ نا شائستہ، خطرناک، یا بصورت دیگر غیر محفوظ آن لائن حالتوں کو سمجھ سکیں۔ کچھ سیناریو کو دلائل سے سمجھا دیں: اگر کوئی شخص کسی گفتگو کو نجی لینا چاہتا ہے تو کیا کریں؟ اگر کوئی شخص آپ کا فون نمبر طلب کرتا ہے تو کیا کریں؟ اگر کوئی شخص آپ کو کسی نجی چیٹ روم میں مدعو کرتا ہے تو کیا کریں؟ جان لیں کہ کچھ بچے (حتیٰ کہ "اچھے" بچے) تجسس کی وجہ سے مشکوک چیزوں کو دریافت کریں گے۔ لیکن جیسے ہی وہ پریشان محسوس کریں انہیں چیزوں کو بند کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔



Giúp Trẻ em Kết Bạn và Tương tác An toàn Trên mạng

Một phần rất lớn trong cuộc sống xã hội của trẻ em diễn ra trên mạng. Bất kể là nhắn tin với nhóm học tập, tán tỉnh trên phương tiện truyền thông xã hội, hoặc trò chuyện bằng giọng nói trên nền tảng trò chơi, học sinh cấp hai và trung học đều có thể học cách giao tiếp an toàn và lành mạnh. Các kỹ năng này sẽ giúp trẻ em và những người các em giao tiếp có trải nghiệm trên mạng tích cực.

Hãy xem 4 lời khuyên này: 🐼



Dạy cho các em các từ ngữ đúng đắn.

Trẻ em học cách giao tiếp bằng lời nói và thân thể thích hợp nhờ quan sát quý vị. Nhưng các cuộc trò chuyện trên mạng có thể vô hình. Thỉnh thoảng, thuật lại khi quý vị đang viết tin nhắn hoặc bình luận trên phương tiện truyền thông xã hội khi con quý vị có thể nghe thấy.



Tìm hiểu về thế giới của các em.

Thanh thiếu niên có phong cách giao tiếp độc đáo, đặc biệt là trên mạng. Trong phạm vi có thể, hãy để ý xem các em đang nói và làm gì trên mạng để hiểu được quy tắc trong thế giới của các em. Đừng kiểm soát tất cả những gì các em nói, nhưng hãy chú ý đến những lời xúc phạm hung hăng, phát ngôn thù địch, hình ảnh thô lỗ, hoặc bất cứ điều gì gây tổn thương. Hãy lên tiếng nếu quý vị thấy những thứ vượt qua giới hạn. Trẻ em cần hiểu rằng lời nói của các em có hậu quả.



Hãy thông cảm với áp lực phải chia sẻ quá mức.

Thanh thiếu niên có thể cảm thấy bị thúc ép phải chia sẻ một bức ảnh gợi cảm vì những lý do khác nhau: một lời thách đố, sợ phá hỏng một mối quan hệ, hoặc chỉ vì "ai cũng làm vậy cả." Nhưng việc này là không thương lượng được. Nói với các em rằng quý vị hiểu cái cảm giác tồi tệ khi làm một người bạn thất vọng. Sau đó giúp các em hình dung việc một bức ảnh riêng tư bị chia sẻ với cả trường sẽ khiến các em cảm thấy tồi tệ hơn đến chừng nào.



Phát triển bản năng của các em.

Giúp trẻ em học cách tin tưởng linh cảm để có thể thoát khỏi các tình huống đáng sợ, nguy hiểm, hoặc không an toàn khác trên mạng. Diễn một vài kịch bản: Nếu có người yêu cầu trò chuyện riêng tư thì sao? Nếu có người hỏi số điện thoại thì sao? Nếu có người mời bạn vào một phòng chat riêng thì sao? Xin lưu ý rằng một số trẻ em (ngay cả các trẻ "ngoan") sẽ tìm hiểu những nội dung không thật phù hợp trên mạng để thỏa trí tò mò. Nhưng các em phải tắt ngay khi cảm thấy không ổn.

