



# Uşaqların onlayn cinsi istismarı: 4-7 yaşlı uşaqların mü- dafiəsinə dair tövsiyələr

## Uşaqlarınızla keyfiyyətli vaxt keçirin

Azyaşlı uşaqlar oyun oynamaq üçün ekranlardan asılı olmamalıdır. Ekranlardan uzaq durun və uşaqlara bütün duyğularının inkişafına kömək edən oyunlar, oyuncaqlar və fəaliyyətlər təklif edin. Heç vaxt onlara sakit qalmaları üçün ekranlar verməyin! Ekranlardan istifadəyə icazə verməyi qərara almırsınızsa, əsas qaydaları müəyyənləşdirin və heç vaxt uşağınızı internetə qoşulmuş cihazla təklikdə qoymayın. Erkən müdaxilə etməyin ən yaxşı yolu öz dəyər və gözləntilərinizi paylaşa bilmək üçün internetdə uşağınızla birlikdə oynamağınızdır. Öz qaydalarınız barədə dostlarınıza danışın. Uşağınızın dostlarının valideynləri bəzi əsas qaydalar barədə razılığa gələ bilsə, bu, həmişə müsbət haldır.

## Nümunə olun

Uşaqlar yanınızda olarkən öz ekrandan istifadə vaxtınızı da məhdudlaşdırın. Uşaqlarınızın şəxsi həyatına dəyər verin, onların şəklini çəkməzdən və paylaşmazdan əvvəl onlardan icazə alın. Məktəbdən və digər şəxslərdən xahiş edin ki, uşaqlarınızın şəklini çəkməzdən və paylaşmazdan əvvəl onlardan icazə alsınlar.

Şəkillərinizi qorumaq üçün sosial media və tətbiqlərinizdəki məxfilik parametrlərini yoxlayın və uşaqlarınızın çılpacaq şəklinin çəkilməsinin hər zaman riskli olduğunu unutmayın. Bütün cihaz və tətbiqlərinizi yeniləməyi unutmayın və sonra məxfilik parametrlərinizi yenidən yoxlayın. İstifadə edilmədikdə ekranlarınızda veb-kameraları bağlamaq üçün veb-kamera örtüklərindən istifadə edin. Rəqəmsal valideynliklə bağlı daha çox məsləhət əldə etmək üçün internetdən istifadə edin!

## Uşaqlarınızla danışın və onların da sizinlə danışa bilməsini təmin edin

Yaşı 8-dən az olan uşaqlara izah edin ki, onlar ekranlardan sərbəst istifadə etmək üçün hələ çox balacadırlar və bu, təhlükəli ola bilər. Ekrandan istifadə etməzdən əvvəl həmişə icazə almaq qaydası daxil olmaqla, aydın qaydalar müəyyən edin.

Uşaqlarınızla aranızda etimad yaradın ki, onlar köməyə ehtiyac duyanda ilk olaraq sizin yanınıza gəlsinlər. Onlar sizə qaydaları pozduqlarını və ya kiminsə onlara nə isə etdiyini desələr, təmkinli olun və onlara təsəvvül verin. Uşaqlar sizin çox məyus, pərt və ya üzgün olacağını hesab etsələr, onların öz narahatlıqlarını sizinlə paylaşması ehtimalı daha az olar. Uşaqlarınız həmişə sizi köməyə çağırmaq üçün sərbəst şəkildə “fiti çala” bilməlidirlər.

## Şəxsi həyatın toxunulmazlığının dəyərini izah edin

Uşaqlarınıza söyləyin ki, onların bədənəri və şəkilləri özlərinə məxsusdur. Onların öpüşdən, toxunuşdan və şəkillərinin çəkilməsindən imtina etmək hüquqları vardır. Uşağı şəklinin çəkilməsini qəbul etməyə heç vaxt məcbur etməyin. Onlara söyləyin ki, heç vaxt cinsi orqanlarının şəklini çəkməsinlər və heç vaxt başqalarının bunu etməsinə icazə verməsinlər. Onların da başqalarının şəxsi həyatının toxunulmazlığına hörmət etməsini təmin edin.

## Ekranların şəkil “oğurlaya” bildiyini onlara söyləyin

Uşaqlarınıza deyən ki, ekranlar şəkil çəkəndə həmin şəkillər hər yere göndərilə bilər və onları çox sayda, hətta tanımadıqları insanlar da görə bilər.

Həyatda hekayədəki Beşmənlər kimi davranan insanlar vardır: onlar uşaqların şəkillərini oğurlayırlar və çox bədxah ola bilərlər. Ekranlarındakı kameraların üstünü nə üçün bağladığınızı izah edin.

Buna görə də, yaxşı olar ki, onlar kiməsə şəkillərini çəkməyə icazə verməzdən əvvəl sizdən icazə alsınlar. Uşağınza onun şəklini çəkmələrinə icazə verilən insanların siyahısını tutmaqda kömək edə bilərsiniz. Fərsətdən istifadə edib israrla bildirin ki, heç kəsə onların çılpaq formada və ya cinsi orqanlarını nümayiş etdirən vəziyyətdə şəklini çəkməyə icazə verilmir.



## Daha ətraflı məlumat əldə edin!

Uşağın potensialı onun yetkinlik səviyyəsinə və şəxsiyyətinə uyğun olaraq inkişaf edir və onun ehtiyacları və bacarıqları da bu parametrlərə uyğun olaraq dəyişir. Digər parametrlər də (məs. zəifliklər, əlilliklər və ya həyatlarında baş verən sarsıntılar) uşağın mümkün zərərə müqavimətinə, riski dərk etmək və ondan yayınmaq qabiliyyətinə mühüm təsir göstərə bilər.

Avropa Şurası olaraq, biz İKT-lərin uşaqlar üçün faydalarını maksimuma çatdırmaq, risklərini minimuma endirmək, uşaqların hüquq və imkanlarını genişləndirmək, onların təhlükəsizliyini təmin etmək üçün hökumət, təşkilat və şirkətlərlə birgə işləyirik.

## Uşaqlar və yeniyetmələr üçün

Alt paltar qaydası – Kiko və Əl

“Güvəndiyin birinə də” videosu və broşürü

“Beləliklə, bu cinsi sui-istifadədir?” videosu və bukleti

“Rəqəmsal mühitdəki hüquqların haqqında öyrən” broşürü

## For adults

“Rəqəmsal dövrdə valideynlik - müxtəlif ssenarilər üçün müsbət valideynlik strategiyaları”

“Rəqəmsal dövrdə valideynlik”- Uşaqları onlayn mühitdə cinsi istismar və sui-istifadə hallarından qorumaqla bağlı valideynlərə məsləhətlər

“Uşaqların onlayn mühitdə qorunması: Elizabet Milovidov tərəfindən hazırlanmış 6 qısa video”

“İki klik irəli, bir klik geri: rəqəmsal mühitdə əliliyi olan uşaqlarla bağlı hesabat”

“İnternet savadlılığı haqqında kitabça”

