

Iesaisties, lai apturētu atstumšanu un pazemošanu internetā un reālajā dzīvē!



Vecākiem



COUNCIL OF EUROPE




CONSEIL DE L'EUROPE

Būt tiešsaistē



Piekļuve un iekļaušana

Nevienam bērnam nekad nevajadzētu justies atstumtam ne reālajā dzīvē, ne internetā.

-  Kopā ar saviem bērniem iztēlojieties, ka pasaule ir melnbalta, kurā mēs neredzam krāsas. Paskaidrojiet, ka atšķirības cilvēku izskatā, domāšanā un uzvedībā padara mūsu pasauli krāsainu, ja vien mēs esam atvērti, lai to iepazītu.


Mācīšanās un radošums

Bērni iemācās labāk, ja netiek pakļauti pazemojumam un uzturas mierīgā, draudzīgā vidē, kurā viņi var brīvi izpausties un apzināties, ka viņu idejas un darbus cienīs.

-  Paskaidrojiet saviem bērniem, ka intereses var atšķirties un ne vienmēr visiem padodas vienas un tās pašas lietas.
-  Stipriniet savos bērnos pārliecību par viņu talantiem un prasmēm, palīdziet tos attīstīt, lai viņi vieglāk pārdzīvotu ķircināšanu un aizvainojošus komentārus.

Medijpratība un informācijas pratība


Internets ir publiska vide, kurā nereti sastopamies ar naidīgiem komentāriem un aizskarošu saturu. Bērniem jāzina, kā ziņot un bloķēt aizvainojošu saturu.

-  Paskaidrojiet bērniem, kā viņus var ietekmēt internetā publicēti viedokļi un slēptās reklāmas. Rosiniet viņus kritiski domāt, ko citi cilvēki raksta, saka un dara internetā.

Labklājība tiešsaistē


Ētika un līdzcietība

Pazemošanu var novērst, ja mēs visi cenšamies izprast un cienīt citu cilvēku jūtas un viedokli.

-  Izvēlieties dažus piemērus, lai parādītu bērniem, ka viņu sacītais vai izdarītais var tikt nepareizi uztverts, it īpaši interneta vidē. Lieciet aizdomāties par to, ka internetā publicētais vienam var likties "smieklīgi", bet citam var nodarīt pāri.


Veselība un labklājība

Jūsu bērniem ir svarīgi uzaugt tādā vidē mājās un skolā, kur viņi jūtas droši un pasargāti.

-  Bērnos jāattīsta spēja iestāties pret pazemošanu un būt stipriem, lai pārdzīvotu vilšanos dzīvē. Jūs varat viņiem palīdzēt ar padomu un piemēriem, kā rīkoties šādās situācijās, tā celsiet viņu pašapziņu.

E-iespējas un saziņa


Ikvienam interneta lietotājam būtu jāiemācās sazināties internetā cieņpilni.

-  Atgādiniet saviem bērniem, ka viņu reputācija internetā un virtuālā identitāte ir atkarīga no tā, ko viņi tur dara. Atgādiniet, ka vienmēr ir rūpīgi jāizvērtē un jāpārdomā, pirms ko ievieto internetā. Nekādā gadījumā nedrīkst rakstīt rupjus komentārus un aizvainot kādu.

Tiesības tiešsaistē



Aktīva līdzdalība

Pazemošana atstāj negatīvas un paliekošas sekas gan uz tiem, kuri pazemo citus, gan tiem, kas tiek pazemoti, ietekmējot viņu veselību, sociālo un ekonomisko labklājību.

-  Runājiet ar bērniem par pazemošanas problēmu un dalieties savā dzīves pieredzē, lai paskaidrotu, kāpēc un kā būtu jārikojas, kad viņus vai kādu citu pazemo.



Tiesības un pienākumi

Ikvienam ir tiesības tikt cienītam un pienākums izturēties pret citiem tā, kā viņi vēlētos, lai izturas pret viņiem pašiem.

-  Pajautājiet saviem bērniem, lai parāda, kā jāziņo par nepatīkamu saturu vai kā var nobloķēt nevēlamu lietotāju sociālo tīklu platformās, kurās viņi uzturas.
-  Paskaidrojiet, ka jums kā vecākam ir tiesības zināt, ja viņi redz kaut ko nepatīkamu internetā vai jūtas neērti. Vecākiem ir pienākums palīdzēt viņiem tikt ar to galā.

Privātums un drošība



Neapdomīga rīcība internetā un privātas informācijas publicēšana, nedomājot par sekām, var novest pie pazemošanas.

-  Izmantojiet piemērus, lai bērniem paskaidrotu, kas ir personas dati un privātums.
-  Paskaidrojiet viņiem, kādu informāciju par sevi viņi var droši izpaust, bet ko nekādā gadījumā nevajadzētu atklāt internetā. Pastāstiet, kāda izpaustā privātā informācija var izraisīt pazemošanas gadījumus.

Tiesības tiešsaistē

Patērētāju informētība

Bērni ietekmējas no reklāmām, un vecākiem tas jāsaprot. Pakļaujoties visām bērna iegribām, lai nodrošinātu to, kas šobrīd ir modē, bērni var sajusties īpašāki par citiem un mazāk līdzcietīgi pret tiem, kuri nevar atļauties visu jaunāko.

-  Pajautājiet saviem bērniem, kāpēc viņi vēlas tādus pašus apavus, apģērbu, mugursomu utt. kā viņu draugiem.
-  Mudiniet viņus padomāt par to, kā jūtas bērni, kuri nevar sekot līdzi jaunākajai modei, jo nevar atļauties šīs lietas vai viņu kultūras atšķirības to neļauj.

Palīdziet bērniem pārvarēt sociālās problēmas, aktualizējot un diskutējot par jautājumiem, kuri veicina vienlīdzību!

Citas Eiropas Padomes publikācijas par digitālo pilsonību

- ▶ Educating for a video game culture – A map for teachers and parents (2021)
- ▶ Easy steps to help your children become a Digital Citizen (2020)
- ▶ Keeping young citizens busy at home during the Corona crisis (2020)
- ▶ Parenting in the digital age – positive parenting strategies for different scenarios (2020)
- ▶ Digital Citizenship Education Handbook (2019)
- ▶ Bullying: perspectives, practice and insights (2017)
- ▶ Internet Literacy Handbook (2017)

Papildu informācija pieejama:
www.coe.int/education

Autori:

Janice Richardson

Veronica Samara

Tulkoja:

Latvijas Drošāka interneta centrs

(www.drossinternets.lv)



PREMS 142721

LAV

www.coe.int

Eiropas Padome ir Eiropas vadošā cilvēktiesību organizācija. Tajā apvienojušās 47 valstis, tostarp visas Eiropas Savienības dalībvalstis. Visas Eiropas Padomes dalībvalstis ir parakstījušas Eiropas Cilvēktiesību konvenciju - līgumu, kurš radīts, lai aizsargātu cilvēktiesības, demokrātiju un tiesiskumu. Eiropas Cilvēktiesību tiesa pārrauga šīs Konvencijas īstenošanu dalībvalstīs.

COUNCIL OF EUROPE



CONSEIL DE L'EUROPE