

# Да премахнем изключването и тормоза в и извън онлайн пространството!



За родители



COUNCIL OF EUROPE




CONSEIL DE L'EUROPE

# Когато си онлайн



## Достъп и включване

*Никое дете не бива да се чувства изолирано в или извън онлайн пространството.*

-  Заедно с децата си си представете свят в черно и бяло, в който няма цветове. Обяснете им, че различията в начина, по който хората изглеждат, мислят и действат, внасят цвят в света ни. Нужно е само да сме отворени да ги изследваме.


## Учене и творчество

*В спокойна, приятелска среда, където могат да се изразяват свободно и знаят, че идеите и творенията им са уважавани, децата се учат по-добре и по-рядко се случва тормоз.*

-  Обяснете на децата си, че не всички се интересуват или са добри в едни и същи неща.
-  Изградете увереността им в разпознаването и развитието на техните таланти и умения, за да им помогнете да се справят със закачки.

## Медии и информационна грамотност


*Интернет е отворено пространство, където често можем да срещнем реч на омразата и обидно съдържание. Децата трябва да знаят защо и как да докладват и блокират всичко обидно.*

-  Обяснете на децата си какво означава да бъдеш повлиян от онлайн мненията и тенденциите. Насърчете ги да мислят критично за това, което другите хора пишат, казват и правят.

# **Онлайн благосъстояние**


## **Етика и емпатия**

*Тормозът може да бъде предотвратен, ако всички положим усилия да разбираме и уважаваме чувствата и гледните точки на другите.*

-  Изберете собствени примери, за да покажете на децата си как нещата, които казват или правят, могат лесно да бъдат тълкувани погрешно, особено онлайн. Нека си помислят защо нещо „смешно“ за един човек може да нарани друг.


## **Здраве и благополучие**

*Важно е децата ви да растат в домашна и училищна среда, в която се чувстват сигурни и защитени.*

-  Децата трябва да развият устойчивост, за да се справят с тормоза и разочарованието в живота. Можете да им помогнете, като им предоставяте положителни модели за подражание и насърчавате самочувствието им.

## **е-Присъствие и комуникации**


*Да знаеш как да общуваш уважително е съществена част от това да си дигитален гражданин.*

-  Напомняйте на децата си, че всичко, което правят онлайн, може да оформи трайно тяхната онлайн репутация. Важно е да помислят добре, преди да проявят злонамереност онлайн или да публикуват груби коментари.

# Права онлайн



## Активно участие

*Тормозът има трайни последици през целия живот по отношение на здравето, социалното и икономическото благосъстояние, както за насилниците, така и за тези, които често са тормозени.*

-  Говорете с децата си за тормоза и използвайте собствения си житейски опит, за да им покажете как и защо трябва да предприемат действия, когато те или някой друг е тормозен



## Права и задължения

*Всеки има право да бъде уважаван и отговорност да се отнася към другите така, както би искал да се отнасят към него.*

-  Помолете децата си да ви покажат как да подадете сигнал или да блокирате човек или публикация в любимите им платформи за социални медии.
-  Обяснете, че като родител имате правото да знаете, когато видят нещо плашещо или се чувстват неудобно онлайн, и отговорността да им помогнете да се справят.

## Поверителност и сигурност



*Безразсъдното поведение онлайн и публикуването на лични данни, без да се мисли за възможните последици, могат да доведат до тормоз.*

-  Използвайте примери, за да сте сигурни, че децата ви разбират какво представляват личните данни.
-  Покажете им кои части от данните си могат безопасно да споделят и кои не трябва да споделят. Какъв тип информация, ако бъде споделена, би могла да доведе до тормоз?

# Права онлайн

## **Потребителска информираност**

*Децата са големи рекламни мишени и семействата трябва да са наясно с това. Отстъпването на всяка тяхна молба, що се отнася до най-новите тенденции или джаджи, може да накара децата да се чувстват по-специални от другите и по-малко съпричастни към тях.*

-  Попитайте децата си защо винаги искат да имат същите кецове, раница и т.н. като приятелите си.
-  Формирайте тяхната емпатия, като ги накарате да помислят как се чувстват децата, които не могат да следват тези тенденции поради бюджет или култура.

*Помогнете на децата си да се справят със социалните предизвикателства чрез отстояване.*

### **Други публикации на Съвета на Европа относно образованието за дигитално гражданство**

- ▶ 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)

**Допълнителна информация:**

**[www.coe.int/education](http://www.coe.int/education)**

**Автори:**  
**Janice Richardson**  
**Veronica Samara**

**Превод:**  
**Гергана Дееничина**



PREMS 148521

**BUL**

[www.coe.int](http://www.coe.int)

Съветът на Европа е водещата организация за защита на правата на човека на континента. Той има 47 държави-членки, сред които са и всички тези, които членуват в Европейския съюз. Всички държави-членки на Съвета на Европа са подписали Европейската конвенция за правата на човека, договор, предназначен да защитава правата на човека, демокрацията и върховенството на закона. Европейският съд по правата на човека следи за изпълнението на Конвенцията в държавите-членки.

COUNCIL OF EUROPE



CONSEIL DE L'EUROPE