***Bądźmy czujni!***

Dzieci i młodzież coraz więcej swego czasu spędzają przy komputerze, grając w gry, czy korzystając z Internetu. Świat mediów i komputerowej rzeczywistości coraz mocniej kształtuje myślenie, wartościowanie, a także zachowanie młodego człowieka. Obecność   
w sieci to znak czasów i niemal niemożliwe wydaje się wykluczenie nowoczesnych technologii z życia dziecka. Należy jednak pamiętać, że młody człowiek nie jest w stanie samodzielnie dokonywać selekcji napływających do niego informacji, nie ma także wystarczającej świadomości zagrożeń związanych z korzystaniem z Internetu. W Internecie wiele jest treści szkodliwych, które mogą mieć negatywny wpływ na rozwój i psychikę dzieci i młodzieży. Do szkodliwych treści zazwyczaj zalicza się: treści pornograficzne; treści prezentujące przemoc i okrucieństwo, np. w filmach bądź brutalnych grach komputerowych; treści promujące zachowania autodestrukcyjne – samookaleczenia lub samobójstwa, zachowania szkodliwe dla zdrowia; treści dyskryminacyjne, nawołujące do wrogości lub nienawiści. Najczęściej nastolatkowie w sieci szukają rzeczy będących czymś zakazanym, rzeczy tabu. Mogą na nie trafiać celowo lub przypadkowo, np. poprzez reklamy, czy rozmowy   
z przypadkowymi ludźmi poprzez portale społecznościowe. Policja przestrzega rodziców   
i opiekunów przed destrukcyjnymi grami krążącymi w sieci, które rozprzestrzeniają się za pośrednictwem mediów społecznościowych i komunikatorów zainstalowanym w telefonach komórkowych. Najczęściej gry te polegają na zaakceptowaniu zaproszenia, a następstwem tego kontaktu jest uwikłanie w splot niebezpiecznych dla zdrowia i życia wyzwań! Nie ma pewności, czy owe gry są dla nastolatków realnym zagrożeniem, czy to jedynie ostrzeżenie, które ma na celu uświadomić młodym osobom, ale także ich rodzicom o zagrożeniach płynących z nieodpowiedniego korzystania z zasobów Internetu.

Dlatego tak ważna jest tutaj rola osób dorosłych, opiekunów. To do Was drodzy rodzice należy czuwanie by wycieczka w wirtualny świat była bezpieczna i nie wpływała negatywnie na aktywność dziecka, jego życie rodzinne, rówieśnicze, aktywności fizyczną, naukę i zabawę.

**Interesujmy się tym co robi nasze dziecko w sieci.** Od czasu do czasu poświęćmy odrobinę czasu, poobserwujmy, usiądźmy wraz z nim i zobaczmy, co ogląda, w jakie gry gra, co oferuje mu Internet, na jakich portalach społecznościowych się udziela, z kim rozmawia.   
 Porozmawiajmy ze swoim dzieckiem, przedstawmy swoje spostrzeżenia, obawy, nauczymy go krytycznych i świadomych wyborów. Ograniczmy aktywność przed ekranem, pokażmy inną alternatywę. Nie musi to być aktywność profesjonalna, wystarczy wspólne spędzanie czasu. Pomówmy, zapytajmy o uczucia i nastroje, o tym, co u naszego dziecka słychać? Często zadajemy pytania*: Co w szkole? Co dziś dostałeś/łaś?* I co słyszymy od dziecka? *Wszystko ok., fajnie* itp. A przecież to jedynie część szkolnego życia, które ma szczególnie dla adolescenta mniej istotne znacznie niż grupa rówieśnicza czy pierwsza miłość.

***Apelujemy do rodziców dzieci i młodzieży o większe zainteresowanie, uwagę na aktywność ich dzieci w sieci. Pamiętajmy o zaspokojeniu najważniejszych potrzeb dziecka, nastolatka: potrzeby bezpieczeństwa, miłości, uwagi, bo jeśli u nas tego nie znajdzie, zacznie szukać wsparcie w mediach. Dziecko, które przenosi całą swoją aktywność do Internetu ma jakiś powód. Najczęściej zaspokaja w ten sposób właśnie jakąś ważną potrzebę.***

***Pokażmy naszym pociechom, że nas interesują, że nie są dla nas ważne,   
że nie są same, że jesteśmy dla nich wsparciem.***

*Opracowały:*

*Psycholog i pedagog szkolny*

*PSP Mazowszany*