

Προστατέψτε τα παιδιά σας από το διαδικτυακό bullying

ΠΑΙΔΙ | 8 ΙΟΥΛΙΟΥ 2019 | 06:00 | IMOMMY TEAM



Οι συνέπειες του εκφοβισμού στο διαδίκτυο είναι απολύτως πραγματικές. Ο σχολικός εκφοβισμός δεν αποτελεί πρόσφατο φαινόμενο. Ακόμη και το περιεχόμενο του δεν έχει αλλάξει ιδιαίτερα μέσα στο χρόνο. Δυστυχώς όμως, αν και οι νέες τεχνολογίες να άφησαν τον χαρακτήρα του αναλλοίωτο, ενίσχυσαν κατά πολύ την επίδρασή του. Πλέον τα παιδιά μας δεν είναι ασφαλή από το bullying ακόμη και όταν βρίσκονται μόνα στο δωμάτιό τους, ενώ τα ηλεκτρονικά ίχνη που δημιουργούνται μέσα από τη διαδικτυακή τους δραστηριότητα μπορούν να τα ακολουθούν για πολύ καιρό. Γι' αυτό, είναι εξαιρετικά σημαντικό να μάθουμε πώς μπορούμε να τα βοηθήσουμε να το αποφύγουν.

Ποτέ δεν είναι πολύ νωρίς

Μην περιμένετε το παιδί σας να αρχίσει να χρησιμοποιεί τα social media για να το προειδοποιήσετε για τους κινδύνους που μπορεί να συναντήσει. Με την πάροδο των ετών όλο και περισσότερα παιχνίδια και εφαρμογές προσφέρουν τη δυνατότητα για επικοινωνία μεταξύ των χρηστών σε πραγματικό χρόνο, ενώ δυστυχώς πάντα υπάρχει το ενδεχόμενο το παιδί σας να αποκτήσει διαδικτυακή δραστηριότητα χωρίς να το γνωρίζετε.

Εξηγήστε του ότι το διαδίκτυο είναι κομμάτι του πραγματικού κόσμου και πως οτιδήποτε λέμε και κάνουμε online έχει πραγματικές συνέπειες. Έτσι, όταν συμπεριφερόμαστε άσχημα σε κάποιον κατά την ηλεκτρονική μας επικοινωνία, ακόμη και αν δεν τον έχουμε γνωρίσει από κοντά, οι πράξεις μας εξακολουθούν να αποτελούν bullying. Ο καλύτερος τρόπος να είστε σίγουροι ότι θα μπορέσετε να βοηθήσετε το παιδί σας αν ποτέ παρουσιαστεί η ανάγκη, είναι να το κάνετε να νιώσει ότι θα είστε πάντα πρόθυμοι να το στηρίξετε χωρίς να το κρίνετε και ότι αντιλαμβάνεστε τη σημασία που έχει το να μπορεί να επικοινωνεί με τους φίλους του. Αν ξέρει ότι δεν πρόκειται να λειτουργήσετε τιμωρητικά απέναντί του, είναι πολύ πιο πιθανό να απευθυνθεί σε εσάς αν συμβεί κάτι. Ωστόσο, εξηγήστε του αντίστοιχα ότι αν είναι εκείνο που θα κάνει το bullying, θα υπάρξουν συνέπειες.

Δημιουργήστε το σωστό πλαίσιο

Οι κανόνες ασφαλείας δεν είναι απαραίτητοι μόνο στον πραγματικό κόσμο. Αντί να προσπαθείτε να εμποδίζετε την επαφή του παιδιού σας με τα social media, μία στάση που πιθανώς θα τα ωθήσει στο να τα χρησιμοποιήσουν κρυφά από εσάς, θέστε σαφείς και αυστηρούς όρους. Τα παιδιά είναι παρορμητικά και η αυτοεκτίμησή τους συνδέεται σε πολύ μεγάλο βαθμό με τη γνώμη των άλλων για αυτά. Έτσι πολλές φορές κάνουν παράτολμα πράγματα και μοιράζονται πολύ προσωπικές πληροφορίες για να τραβήξουν την προσοχή που επιθυμούν ή για να μην διακινδυνεύσουν μία σχέση. Εξηγήστε του ότι δεν πρέπει ποτέ να δίνει στους φίλους του πρόσβαση στους κωδικούς τους, ότι οι άγνωστοι με τους οποίους μπορεί να μιλήσει στο internet δεν είναι πάντα αυτοί που λένε ότι είναι και οριοθετήστε τι είδους πράγματα μπορεί να αναρτά στα προφίλ του.

Πριν μιλήσετε μαζί του, σκεφτείτε αν θα του επιτρέψετε να αποδέχεται αιτήματα φιλίας από αγνώστους, πόσες ώρες την ημέρα πιστεύετε ότι θα πρέπει να έχει πρόσβαση στα social media και αν θα το αφήνετε να έχει τον υπολογιστή ή το smartphone στο δωμάτιό του το βράδυ. Έτσι θα είστε προετοιμασμένοι για τις τυχόν ερωτήσεις του και δεν θα πάρετε βεβιασμένες αποφάσεις.

Μην το αφήνετε μόνο του

Ως γονείς έχουμε ευθύνη να γνωρίζουμε τη διαδικτυακή ζωή των παιδιών μας, προκειμένου να είμαστε σε θέση να τα προστατέψουμε. Όσο δύσκολο και αν είναι, λοιπόν, πρέπει να βρούμε τρόπο να λειτουργήσουμε με τέτοιο τρόπο ώστε να διατηρούμε τον έλεγχο της κατάστασης χωρίς να εκμηδενίζουμε την ανεξαρτησία τους, την οποία έχουν όλο και μεγαλύτερη ανάγκη όσο μεγαλώνουν.

Ξεκινήστε με ένα αίτημα φιλίας στο προφίλ του παιδιού σας, ώστε να έχετε εικόνα του τι αναρτά στον τοίχο του. Αν κάποια στιγμή θεωρήσετε ότι λειτουργεί ανάρμοστα, συζητήστε μαζί του ήρεμα και με επιχειρήματα. Ζητήστε του τους κωδικούς πρόσβασής του και υποσχεθείτε ότι δεν θα τους χρησιμοποιήσετε παρά μόνο αν παραστεί πραγματική ανάγκη – και δώστε του συγκεκριμένα παραδείγματα ως προς το τι σημαίνει αυτό.

Το σημαντικότερο είναι το παιδί να ξέρει ότι αν κάτι του φαίνεται περίεργο ή ανησυχητικό μπορεί πάντα να ζητήσει τη γνώμη σας. Προκειμένου αυτό να είναι εφικτό απαιτούνται από εσάς δύο πράγματα: Αφ' ενός μία ψύχραιμη και προσηνής στάση απέναντί του και αφ' ετέρου μια προσπάθεια να ακολουθείτε τις τεχνολογικές εξελίξεις ώστε να είστε όντως σε θέση να το βοηθήσετε.