

CẨM NANG CHA MẸ THỜI ĐẠI CÔNG NGHỆ SỐ ĐỒNG HÀNH CÙNG CON SỬ DỤNG INTERNET AN TOÀN



Bản quyền:

Bản quyền nhân vật thuộc MSD.

Bản quyền sách thuộc World Vision Việt Nam và MSD.

MỤC LỤC

5	LỜI NÓI ĐẦU
7	DANH MỤC TỪ VIẾT TẮT HOẶC TỪ TIẾNG ANH ĐƯỢC VIỆT HOÁ
8	INTERNET LÀ GÌ?
10	INTERNET VÀ TRẺ EM
11	MỘT SỐ THÔNG TIN ĐÁNG SUY NGẪM
18	CÁC RỦI RO CỦA INTERNET VÀ CÁCH XỬ LÝ
19	1. RỦI RO MẤT THÔNG TIN CÁ NHÂN
21	2. LỪA ĐẢO TRÊN MẠNG
21	3. NGHIỆN TRÒ CHƠI ĐIỆN TỬ
22	4. TIẾP CẬN THÔNG TIN SAI LỆCH
23	5. XEM CÁC CHƯƠNG TRÌNH ẮN PHẨM KHÔNG PHÙ HỢP
24	6. KẾT BẠN XẤU
25	7. BẮT NẠT TRÊN MẠNG
26	8. XÂM HẠI TÌNH DỤC TRÊN MẠNG
28	ĐỒNG HÀNH CÙNG CON SỬ DỤNG INTERNET AN TOÀN
42	CAM KẾT CỦA CON
46	CAM KẾT CỦA BỐ MẸ
52	MỘT SỐ ĐỊA CHỈ, ĐƯỜNG DÂY NÓNG
53	TÀI LIỆU THAM KHẢO

LỜI NÓI ĐẦU

Quý độc giả thân mến,

Hiện nay, Việt Nam đã trở nên kết nối chặt chẽ với thế giới với hơn ½ dân số sử dụng internet. Tại Đà Nẵng, hơn 230.000 trẻ em đang được tiếp cận với internet, bên cạnh những lợi ích mà Internet mang lại, các em cũng phải đối mặt với các nguy cơ tiềm ẩn trên môi trường mạng.

Theo khảo sát, tại thành phố Đà Nẵng khoảng 60% trẻ tiểu học và 90% trẻ trung học phổ thông có tài khoản facebook, hơn nữa có khoảng gần 900 quán internet, game online trên địa bàn thành phố, thu hút hàng ngàn trẻ đến sử dụng dịch vụ mỗi ngày. Trẻ sử dụng internet từ lúc còn rất nhỏ, có những trường hợp xa rời đời sống thực tế, tập trung nhiều hơn trong thế giới ảo mà không nhận thức được rủi ro tiềm ẩn, với những kiến thức, kỹ năng rất giới hạn để có thể tự bảo vệ mình trước những nguy cơ, rủi ro bị lạm dụng và xâm hại tình dục trên môi trường mạng thông qua nhiều kênh như: chatroom, livestream, web camera, điện thoại cầm tay... Trong khi đó, nhận thức, kiến thức về an toàn mạng của các bậc phụ huynh còn hạn chế nên không thể đưa ra các lời khuyên, hướng dẫn cho con em mình.

Trước tình hình thực tế trên, Dự án “Bảo vệ trẻ em và thanh thiếu niên khỏi nguy cơ bị xâm hại tình dục qua môi trường mạng” được triển khai từ năm 2018 đến năm 2021 do Sở Lao động- Thương binh & Xã hội thành phố Đà Nẵng là cơ quan điều phối và Tổ chức Tâm Nhìn Thế Giới Quốc Tế tại Việt Nam tài trợ, vận động từ nguồn Quỹ Chấm Dứt Bạo Lực Trẻ Em (The Fund to End Violence Against Children) với tổng vốn viện trợ 728.351 USD.



Trong khuôn khổ dự án, Tổ chức Tầm nhìn Thế giới Quốc tế tại Việt Nam đã phối hợp với Viện Nghiên cứu Quản lý Phát triển bền vững (MSD) thực hiện cuốn cẩm nang “Cha mẹ thời đại công nghệ số - Đồng hành cùng con sử dụng Internet an toàn” mong muốn được chia sẻ những hướng dẫn, kinh nghiệm và cả những khuyến khích để cha mẹ sẵn sàng cùng con đối mặt với các thách thức của thời đại công nghệ, hỗ trợ con có những trải nghiệm an toàn và tuyệt vời cùng Internet.

Tổ chức Tầm nhìn thế giới Quốc tế tại Việt Nam chân thành cảm ơn bà Nguyễn Phương Linh, Viện trưởng Viện Nghiên cứu Quản lý Phát triển bền vững (MSD) đã cùng các đồng nghiệp của MSD đưa ra ý tưởng, thảo luận, đóng góp công sức và tài chính để xây dựng cuốn sổ tay này. Cảm ơn Tổ chức Childfund in Vietnam đã chia sẻ tài liệu dự án SwipeSafe để chúng tôi tham khảo về các đặc tính của Internet, Sở Lao động – Thương binh & Xã hội, Trung tâm Cung cấp dịch vụ Công tác xã hội và các giảng viên trường Đại học Sư phạm Thành phố Đà Nẵng đã đóng góp ý kiến cho tài liệu. Trong quá trình sử dụng, rất mong có được các ý kiến đóng góp của độc giả để cuốn cẩm nang trở nên thực sự hữu ích và là tài liệu sống động hỗ trợ cha mẹ và người chăm sóc trẻ một cách hiệu quả.

Trân trọng cảm ơn.

Tổ chức Tầm nhìn Thế giới Quốc tế tại Việt Nam

DANH MỤC TỪ VIẾT TẮT HOẶC TỪ TIẾNG ANH ĐƯỢC VIỆT HOÁ

111	Tổng đài quốc gia bảo vệ trẻ em - đường dây nóng 111
Chat	Tán gẫu
Comment	Bình luận
E-mail	Thư điện tử
Game online	Trò chơi trực tuyến
Fake news	Thông tin sai lệch/ Tin giả
Flag	Lưu ý/ Cảnh báo
Ignore	Lờ đi/ Phớt lờ
Internet	Mạng thông tin
Like	Thích (chức năng thể hiện cảm xúc trên mạng xã hội)
Livestream	Truyền trực tiếp
MSD	Viện Nghiên cứu Quản lý phát triển bền vững (MSD)
New feed	Bảng tin
Nickname	Biệt danh
Search engine	Công cụ tìm kiếm
Share	Chia sẻ (chức năng chia sẻ thông tin)
UNICEF	Quỹ Nhi đồng Liên hợp quốc
Webcam	Quay hình ảnh
Website	Trang điện tử

INTERNET LÀ GÌ ?



Internet là là một hệ thống thông tin toàn cầu có thể được truy nhập công cộng gồm các mạng máy tính được liên kết với nhau. Internet có thể được kết nối bởi máy vi tính, điện thoại thông minh và máy tính bảng.

Mạng Internet mang lại rất nhiều tiện ích hữu dụng cho người sử dụng, một trong các tiện ích phổ thông của Internet là hệ thống thư điện tử (email), trò chuyện trực tuyến (chat), công cụ tìm kiếm (search engine), các dịch vụ thương mại và các dịch vụ về y tế giáo dục như là chữa bệnh từ xa hoặc tổ chức các lớp học ảo, v.v.. Chúng cung cấp một khối lượng thông tin và dịch vụ khổng lồ trên Internet...



6 ĐẶC TÍNH CỦA MẠNG INTERNET

1

Công khai

Internet dành cho tất cả mọi người, bất kỳ ai cũng có thể truy cập internet để chia sẻ và tìm kiếm thông tin

2

Vĩnh viễn

Các thông tin, hình ảnh một khi đã được tải lên trên Internet sẽ tồn tại vĩnh viễn, dù chúng ta có cố gắng xóa chúng đi

3

Kết nối

Internet cho phép chúng ta giao tiếp, làm việc với nhiều người khác nhau ở khắp nơi trên thế giới.

4

Ẩn danh

Do không gặp mặt trực tiếp, chúng ta không thể biết danh tính thực của người chúng ta đang giao tiếp. Người xấu có thể lợi dụng đặc điểm này để giả danh một ai đó khác so với con người thực tế của họ

5

Nguồn thông tin

mạng Internet là một không gian công cộng, bất kỳ ai cũng có thể đăng tải hay chia sẻ thông tin, vì vậy không phải tất cả các thông tin trên internet đều chính xác hoặc đáng tin cậy

6

Giới hạn và sự tôn trọng

Văn hóa ứng xử ở ngoài đời thực cũng cần được áp dụng trên mạng. Hãy đặt ra những nguyên tắc cho bản thân, tôn trọng và giúp đỡ người khác trên internet

INTERNET ? & TRÊ EM



MỘT SỐ THÔNG TIN ĐÁNG SUY NGẪM

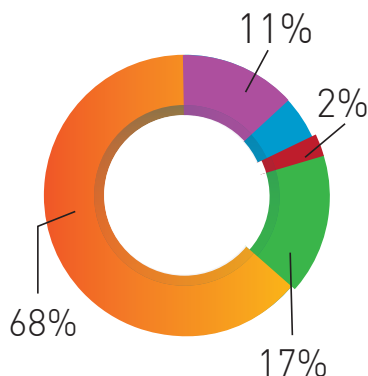


Việt Nam là một trong các quốc gia có tỷ lệ sử dụng internet tăng trưởng nhanh nhất ở khu vực Châu Á Thái Bình Dương. 50.05 triệu người dùng Internet chiếm 53% dân số tính tới tháng 1.2017. Số người dùng Internet được xem là ở mức cao trên thế giới, tuy nhiên tỉ lệ người dùng vẫn ở mức trung bình (*We are social, Vương quốc Anh, 2017*)

63 triệu 

Việt Nam có đến 68 triệu người dùng mạng xã hội, trong đó số tài khoản Facebook là 63 triệu (*Facebook, 2018*)

Phần lớn trẻ em tự học cách dùng Internet (68%) hoặc học từ bạn bè (17%), rất ít học từ cha mẹ mình (2%) hoặc nhà trường (11%). Hầu hết các trường học chỉ dạy học sinh kỹ năng Công nghệ thông tin, không dạy về sử dụng mạng an toàn (*Trung tâm Công nghệ thông tin và truyền thông, 2017*)



Hơn một phần ba trong số người sử dụng internet ở Việt Nam là người chưa thành niên và thanh niên, trong độ tuổi 15-24 (*Quỹ Nhi đồng Liên hợp quốc, 2017*)

Những người dùng Internet ở Việt Nam dành trung bình 3 giờ mỗi ngày để sử dụng mạng xã hội (*We are social, Vương quốc Anh, 2017*)


3 giờ/ngày

MỘT SỐ THÔNG TIN ĐÁNG SUY NGẪM



Cứ 4 trẻ có 1 trẻ đã từng có trải nghiệm đau buồn khi sử dụng mạng xã hội. (Lilley, C., Ball, R. and Vernon, H. (2014) Kinh nghiệm của trẻ từ 11-16 tuổi trên mạng xã hội)

Cứ 3 trẻ có 1 trẻ là nạn nhân của bắt nạt trên mạng. (Khảo sát của McAfee về trẻ em và gia đình theo báo cáo tới Guardian (14 November 2014))



Mỗi ngày có hơn **720.000 hình ảnh về xâm hại trẻ em** được đưa lên mạng. (Bộ Lao động Thương binh và Xã hội và Quỹ nhi đồng Liên Hợp Quốc (UNICEF), hợp báo 2016)

Đối với khu vực Đông Nam Á và Việt Nam, hiện không tìm thấy số liệu chính thức, sẵn có về mức độ phổ biến và quy mô của xâm hại trẻ em trên mạng.

Càng ngày càng có nhiều trò chơi và ứng dụng nguy hiểm trên Internet như Trò chơi Thử thách Cá voi xanh hay Thử thách cùng Momo xúi giục trẻ em tự làm hại bản thân và tự tử trên Internet đã gây nên những cái chết thương tâm của những trẻ em tham gia hoặc bị lôi kéo tham gia



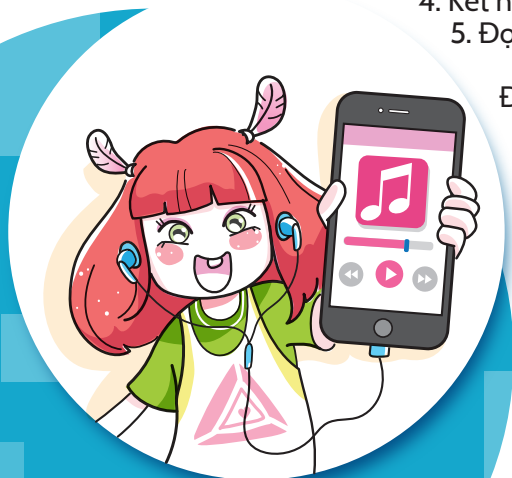
Theo một số nghiên cứu của Tổ chức Tầm nhìn Thế Giới và Viện Nghiên cứu Quản lý Phát triển bền vững (MSD), một số phát hiện về hành vi sử dụng Internet của trẻ em tại 3 quận Hải Châu, Cẩm Lệ, Sơn Trà tại Đà Nẵng như sau :

Độ tuổi trẻ em sử dụng Internet: Đa số trẻ em bắt đầu sử dụng Internet chủ động từ 9-11 tuổi. Độ tuổi trẻ em bắt đầu sử dụng Internet ngày càng giảm, thậm chí có trẻ 2-3 tuổi đã bắt đầu sử dụng mạng Internet.

Thời gian trẻ sử dụng Internet: Trẻ em trung bình sử dụng Internet 2-3 giờ/ngày, cũng có những em sử dụng tới trên 5 giờ/ngày, thậm chí 6-7 giờ - đây là thời gian quá nhiều vì trẻ em đang tuổi lớn, việc dành quá nhiều thời gian trên mạng Internet, chưa kể đến rủi ro có thể gặp phải sẽ có những ảnh hưởng đến mắt và giảm thời gian trẻ em tham gia các hoạt động, vận động hay tương tác trong thế giới bên ngoài. Trẻ thường sử dụng Internet ở nhà vào buổi tối, trừ các giờ học vì tính tại trường, một số trẻ, chủ yếu là trẻ em trai sử dụng Internet để chơi điện tử tại các cửa hàng sau giờ học ở trường.

Trẻ em sử dụng Internet cho nhiều mục đích khác nhau: 5 chức năng hàng đầu của việc sử dụng Internet là:

1. Học tập và nghiên cứu;
2. Trò chơi trực tuyến;
3. Xem chương trình giải trí / phim trực tuyến;
4. Kết nối với bạn bè;
5. Đọc tin tức và các chương trình khác.



Đáng chú ý, trong số 5 chức năng này, theo giới tính, trò chơi trực tuyến là lựa chọn số 1 của các trẻ em trai, còn trẻ em gái thì dùng nhiều nhất cho việc xem các chương trình giải trí.

Theo Báo cáo khảo sát đầu vào về tình hình
Xâm hại tình dục trẻ em qua mạng do Tổ chức
Tầm nhìn Thế giới và MSD thực hiện năm 2018

Trẻ học cách sử dụng Internet ở đâu: Trẻ em thường tự học cách sử dụng Internet hoặc học từ nhau, số ít được học từ nhà trường nhưng chủ yếu về khoa học máy tính thay vì các kỹ năng số, rất ít trẻ em có thể học cách sử dụng Internet từ cha mẹ.



Trẻ em dễ gặp các rủi ro trên môi trường mạng do:

- Trẻ em và thanh thiếu niên được sinh ra trong thời đại công nghệ số đang dẫn đầu trong việc tiếp thu và sử dụng công nghệ thông tin ở Việt Nam. Trẻ ở lứa tuổi 12 - 18 tò mò thích khám phá nên dễ gặp các rủi ro và nguy cơ trên mạng;
- Trẻ em chưa thể hiểu đầy đủ về những nguy cơ tiềm tàng khi sử dụng internet, các rủi ro cũng ngày một đa dạng khó lường trong khi an toàn internet chưa được dạy tại nhà trường;
- Trẻ em tiếp nhận sớm và công nghệ đã phát triển với tốc độ nhanh chóng nên cha mẹ, người giám hộ và người chăm sóc có thể gặp khó khăn để giám sát có hiệu quả các hoạt động của trẻ em trên môi trường mạng.





CÂU CHUYỆN THẬT

CHUYỆN CỦA D, nam, 12 tuổi.

“Như các cậu trai khác, em rất thích chơi điện tử (game). Em học không tệ, luôn ở top 5 của lớp nên bố mẹ em cũng không cấm em chơi game. Bố em cũng thích game nên thỉnh thoảng còn tán gẫu với em. Ngoài chơi game, em còn lên tham gia các diễn đàn bình luận về game, ở đây em gặp anh M. Anh M. đúng là cao thủ chơi game, em rất phục, anh ấy nói coi em như em trai, còn hướng dẫn em rất tận tình, khen ngợi em thông minh, có tiềm năng. Anh cũng tặng cho em rất nhiều món quà ảo. Nhiều lúc 2 anh em chơi với nhau, cùng là liên minh em rất sướng. Anh em cứ thế mà thân thiết dù không gặp nhau, em sau đây cũng chia sẻ với anh ấy cả số điện thoại, địa chỉ của em để liên lạc. Lúc ấy, anh M. giới thiệu với em có 1 game mới bảo sẽ chơi đôi, anh ấy sẽ dạy em, em cũng hào hứng lắm. Anh ấy bảo gửi cho anh ấy 1 bức ảnh đẹp để làm ảnh profile 2 anh em cho đẹp, và anh ấy chọn cõi trần cho “hot” nên em cũng chọn ảnh đi bơi hay gì đấy gửi cho anh. Đến khi anh ấy gửi đường link cho em, em mới biết đấy là không phải trò chơi điện tử mà là 1 trang tương tác sex (tình dục) dành cho đồng tính nam đang có cuộc thi “đẹp đôi”, em thấy có cả ảnh em và anh ấy trên đấy được ghép lại với nhau. Em rất sợ hãi. Em vội vã nhắn tin cho anh M. và yêu cầu anh ấy gỡ ảnh em xuống, nhưng anh ấy bảo “chúng ta rất đẹp đôi mà!”. Sau đó, anh ấy nhắn rất nhiều tin nhắn cho em khen em rất xinh, rất gợi cảm, và nên cùng anh ấy “thành đôi” ngoài đời. Em nói sẽ chặn tin nhắn của anh ấy nhưng anh M. bảo nếu chặn tin nhắn và không nói chuyện với anh ấy, anh ấy sẽ gửi đường link trang web kia có ảnh 2 anh em cho bạn bè em và bố mẹ. Em lo mất ăn mất ngủ, không dám nói với bố mẹ vì sợ bố mẹ lại nói tại em chơi game, sẽ cấm em chơi game mất. Em không biết nên làm gì cả!

CHUYỆN CỦA A, nữ, 15 tuổi:

Em đã từng coi anh ấy là bạn trai. Chúng em quen nhau qua mạng khi anh ấy vào Facebook của em, khen em xinh và nhắn tin làm quen. Anh ấy bảo anh ấy 19 tuổi, đang học đại học ở Thành phố Hồ Chí Minh. Chúng em nói chuyện rất tâm đầu ý hợp, có nhiều điểm chung. 2 tháng quen nhau, anh ấy hẹn nghỉ hè anh ấy sẽ tới Đà Nẵng gặp em và cùng em đi biển. Thế rồi, đến hè, anh ấy bảo nhà anh có việc nên không đi Đà Nẵng được, anh rất buồn nhưng anh ấy rất muốn nhìn thấy em cùng với biển để xem “Cô gái bé nhỏ của anh chơi đùa với biển xinh đẹp nhường nào”. Thế là em đã rủ bạn em đi mua bikini bằng tiền để dành, ra biển chụp ảnh và coi như món quà tặng anh ấy. Em chỉ gửi cho anh ấy qua tin nhắn thôi. Chuyện tưởng chỉ có thế và rất tốt đẹp, rất lãng mạn. Nhưng anh ấy bắt đầu nhắn tin cho em kiểu “Ảnh bikiki của em đẹp quá, có thể bỏ mảnh trên cho anh xem được không” làm em rất hoảng hốt và khó chịu. Em đã chặn tài khoản của anh ta, nhưng anh ta lại tạo các tài khoản mới để liên lạc với em. Với nhiều tài khoản khác nhau, mặt mũi khác nhau, em mới phát hiện tài khoản anh ta dùng toàn là ảo hết, ảnh đại diện cũng không thật. Em không biết anh ta là người thế nào, bao nhiêu tuổi nữa, thực ra là nam hay nữ em cũng chả rõ. Anh ấy bảo “Thực ra anh cũng ở Đà Nẵng và có thể đến nhà em, trường em bất kỳ lúc nào để gặp em. Em vô cùng sợ hãi. Sau đó, anh ta đăng ảnh bikini của em lên mạng với các tài khoản ảo kia, còn tag em vào và nói đây là bạn gái của anh ta, cũng nói ám chỉ làm chuyện đấy với “gái non” rất sượng, ở dưới, các bạn anh ta vào bình luận rất khiếm nhã và bậy bạ về cơ thể em với các ám chỉ tình dục. Em nói với anh ta em sẽ báo công an nhưng anh ấy bảo, em 15 tuổi rồi quan hệ tình dục còn không được giải quyết ấy chứ, chứ vài ba cái ảnh thì làm gì công an giải quyết. Em cũng không dám nói với bố mẹ vì đây là lỗi của em khi đã tự gửi ảnh cho anh ta. Em sợ đến nỗi không dám ra khỏi nhà, đi học, ra ngoài đường vì không biết ai là anh ta cả.



Trẻ em có thể gặp rủi ro và nguy hại trên Internet. Cùng với sự phát triển của công nghệ, các rủi ro và nguy hại ngày càng khó lường và không chừa một ai, bất kỳ trẻ em hay người lớn đều có thể là nạn nhân của các rủi ro và nguy hại trên mạng. Một khi đã trở thành nạn nhân của xâm hại trên mạng, hầu hết các trường hợp, trẻ em thường sợ hãi và nghĩ rằng đó là lỗi của mình, không dám chia sẻ với ai, đặc biệt là với bố mẹ và người thân. Chính vì thế, cha mẹ cần có hiểu biết và sẵn sàng đồng hành, hỗ trợ con em mình để phòng tránh hoặc khắc phục các rủi ro trên môi trường mạng.

CHA MẸ TRONG THỜI ĐẠI INTERNET: Trẻ em cần được lớn lên với sự hỗ trợ, đồng hành, bảo vệ của cha mẹ và những người thân thiết. Cha mẹ đã chăm sóc bảo vệ trẻ em ngay từ khi còn trong bụng mẹ, đến khi chào đời và lớn lên tới 18 tuổi. Bên cạnh đó, hiện nay, việc chăm sóc, bảo vệ con hàng ngày cần có thêm việc đồng hành cùng con để sử dụng Internet an toàn.

- Sẵn sàng tìm hiểu thêm về cả lợi ích và rủi ro trên internet, cách sử dụng internet thông minh và an toàn;
- Sẵn sàng lắng nghe và học từ trẻ;
- Tôn trọng và cùng trẻ đưa ra các giải pháp để phòng tránh rủi ro trên môi trường mạng hiệu quả.

CÁC RỦI RO CỦA INTERNET & CÁCH XỬ LÝ



1. Rủi ro mất thông tin cá nhân:

Tài khoản của trẻ cũng như của cha mẹ có thể bị mất thông tin do:

- Bị mất hoặc bị ăn cắp thiết bị
- Bị hack (lấy cắp) hoặc nhiễm phần mềm độc hại
- Rò rỉ thông tin ngoài ý muốn
- Do bạn bè/người thân sơ ý
- Tự cung cấp thông tin cho người khác

Cách xử lý:

Chính vì thế, cha mẹ cần trao đổi với trẻ các kiến thức căn bản về:

(1.1) Cài đặt mật khẩu mạnh: Cha mẹ hỗ trợ, hướng dẫn các con cách:

- Sử dụng mật khẩu khó đoán, có ít nhất 6 ký tự, kết hợp số, chữ, và ký tự đặc biệt.
- Sử dụng mật khẩu khác nhau cho các tài khoản khác nhau
- Không chia sẻ mật khẩu với người khác

(1.2) Cảnh báo đăng nhập & bảo vệ 2 lớp: Cha mẹ trao đổi và hướng dẫn con về:

- Cảnh báo đăng nhập: Một số ứng dụng email hoặc mạng xã hội có chức năng cảnh báo khi có ai đó khác đăng nhập vào tài khoản của trẻ. Cảnh báo này sẽ cho trẻ biết thiết bị nào đang cố gắng đăng nhập vào tài khoản của trẻ cũng như vị trí đăng nhập
- Tính năng xác thực 2 lớp: Trẻ sẽ được yêu cầu điền một mã xác thực mỗi khi bạn đăng nhập vào tài khoản email hoặc mạng xã hội hoặc máy tính mới. Nếu người lạ cố gắng xâm nhập vào tài khoản của trẻ, họ sẽ không thể đăng nhập được vì không có mã khóa này





(1.3) Đăng nhập an toàn

Đăng nhập là khi trẻ dễ sơ ý để lộ thông tin nhất, do đó cha mẹ hướng dẫn cho con biết rằng:

- Không sử dụng tài khoản Facebook hay Google, v.v. để đăng nhập vào nền tảng khác
- Hạn chế chọn “lưu mật khẩu” khi đăng nhập
- Hạn chế sử dụng thiết bị công cộng, hoặc lưu ý đăng xuất khi trẻ dùng thiết bị công cộng để truy cập tài khoản

(1.4) Cài đặt riêng tư: Cha mẹ sẽ giúp trẻ:

- Đối với trang tin điện tử (website): Chặn một số trang tin điện tử hoặc nội dung không muốn xem hay không phù hợp với trẻ
- Mạng xã hội: chế độ cài đặt riêng tư cho phép sử dụng các tính năng khác nhau (dòng thời gian, gắn thẻ, địa điểm, chế độ người xem)

(1.5) Kết nối chọn lọc: Cha mẹ hướng dẫn trẻ:

Cần nhắc trước khi kết bạn “Chất lượng hơn số lượng”. Đặt ra một số tiêu chuẩn kết bạn như “Có nhiều bạn chung”, “học cùng trường”, v.v và nên kiểm tra danh tính, hồ sơ người muốn kết nối với trẻ hoặc trẻ muốn kết nối.

2. Lừa đảo trên mạng:

Trẻ em có thể trở thành nạn nhân của lừa đảo trên mạng như:

- Bị mất thông tin cá nhân;
- Mua hàng giả;
- Bị lừa đảo tình cảm;
- Nhận những thông tin không đúng (fake news);
- Tham gia hoạt động không phù hợp/ phạm pháp.

Cách xử lý:

Để phòng tránh lừa đảo trên mạng, cha mẹ nên hướng dẫn trẻ:

- Luôn nhớ rằng thông tin cá nhân của mỗi chúng ta là rất quan trọng và không thể cho đi dễ dàng
- Luôn kiểm tra website cũng như thông tin, uy tín của nhà cung cấp trước khi thực hiện các giao dịch trực tuyến
- Không vội vàng tin vào những lời nhờ vả hoặc đe dọa trên mạng xã hội
- Chia sẻ với người thân, bạn bè, hoặc thầy cô để được tư vấn giúp đỡ. Gọi công an hoặc tổng đài 111 để được tư vấn, hỗ trợ khi cần thiết



3. Nghiện trò chơi điện tử:

Chơi trò chơi điện tử trực tuyến không phải là xấu nếu người chơi biết lựa chọn những trò chơi phù hợp, và chơi có chừng mực.

Trò chơi điện tử có các tác hại như sau:

- Thường chứa virus, quảng cáo hoặc những thông tin xấu (ví dụ như hình ảnh khiêu dâm, bạo lực, đường link web đen, v.v.) có thể vô tình được tải về máy tính của trẻ;
- Bị xâm phạm quyền riêng tư, bắt nạt, xâm hại, kẻ xấu tìm cách tiếp cận;
- Gây xích mích, bạo lực.

Cách xử lý: Chính vì thế, cha mẹ cần :
Thứ nhất là hỗ trợ, tư vấn trong việc lựa chọn trò chơi phù hợp cho con:

- Lựa chọn những trò chơi phù hợp với lứa tuổi, văn hóa và có tính chất giáo dục
- Không chơi game có chứa yếu tố bạo lực, đánh bạc, khiêu dâm hoặc sai lệch về đạo đức
- Sắp xếp thời gian phù hợp khi chơi game (không quá 6h/tuần) để không ảnh hưởng tới những hoạt động khác trong cuộc sống.

Thứ hai là cha mẹ hướng dẫn cũng như cùng con thực hiện cam kết khi chơi game cần:

- Xác định các trò chơi phù hợp với bản thân, có thể hỏi ý kiến người lớn;
- Không chia sẻ thông tin cá nhân, tài khoản với người chơi khác;
- Cảnh báo, báo cáo nhà cung cấp dịch vụ khi gặp các thông tin, quảng cáo có nội dung không phù hợp;
- Không đồng ý gặp mặt các game thủ khác ngoài đời thật.
- Thông điệp: Game đúng - Game Đủ - Game tích cực

4. Tiếp cận/chia sẻ thông tin sai lệch:

Mạng xã hội có tính ẩn danh nên các thông tin rất khó phân biệt là thật hay giả. Thông tin sai lệch bị chia sẻ rất nhiều và rất khó kiểm soát trên mạng xã hội. Đừng vội tin tất cả các thông tin trên Internet.

Cách xử lý:

Cha mẹ cần hướng dẫn trẻ em:

- Biết xác thực thông tin được chia sẻ: Cần tư duy xem những tin tức được chia sẻ có thực sự đáng tin cậy hay không
- Không vội tin tưởng các thông tin khi chưa xác thực
- Kiểm tra xem ai là tác giả của tin được chia sẻ, đường dẫn của thông tin có chính xác hay chỉ là đường dẫn ảo;
- Kiểm tra những nguồn thông tin khác nhau, nếu có nhiều người chia sẻ khác nhau, thậm chí đối lập về cùng một sự việc, thì rất có khả năng sự việc đó không chính xác;
- Một số tin giả sử dụng hình ảnh thật để lừa đảo người đọc. Trẻ em và cha mẹ nên kiểm tra nguồn gốc của hình ảnh đó để có thể đánh giá mức độ tin cậy của thông tin;
- Cần nhắc khi chia sẻ các thông tin xem thông tin đó có chính xác không, có ảnh hưởng như thế nào nếu đó là thông tin không chính xác.



5. Xem các chương trình, ấn phẩm không phù hợp:

Là khi trẻ em vô tình hoặc cố ý xem trên mạng:

- Hình ảnh có tính chất khiêu dâm
- Nội dung/lời nhận xét có tính chửi bới, lăng mạ;
- Tội phạm, khủng bố, phân biệt chủng tộc, rối loạn ăn uống (nhịn ăn, hoặc ăn quá nhiều), tự tử...
- Hình ảnh, video, trò chơi bạo lực;
- Đánh bạc/cá cược;
- Chatroom không được kiểm soát, mọi người có thể có những trao đổi không phù hợp.

Cách xử lý:

Cha mẹ có thể trò chuyện với trẻ về những rủi ro này và hướng dẫn trẻ cách xử lý khi trẻ gặp những trường hợp này, cụ thể: Khi gặp các thông tin không phù hợp trên internet, trẻ em cần:

- Chặn những người chia sẻ hoặc những trang có nội dung không phù hợp;
- Nhanh chóng đóng trang lại;
- Nói với bố mẹ, thầy cô hoặc một người lớn các em tin tưởng về chuyện đã xảy ra, cảm giác của các em và cùng tìm giải pháp;
- Báo cáo những nội dung không phù hợp với những nhà cung cấp dịch vụ như Facebook, Youtube sử dụng nút “cảnh báo/flags”, “báo cáo/report” ngay bên cạnh nội dung. Những nội dung khác muốn báo cáo:

<https://www.internetmatters.org/report-issue/>



REPORT



6. Kết bạn xấu:

Trong khi tính kết nối của môi trường mạng giúp trẻ em tìm kiếm và kết nối với bạn bè dễ dàng hơn, thì tính ẩn danh lại khiến cho việc xác nhận một ai đó chính là con người thật của họ ở ngoài đời thực rất khó khăn. Vì vậy, nếu kết bạn tràn lan, trẻ có rủi ro kết nối với bạn xấu

Cách xử lý:

1- Cha mẹ hãy cho trẻ biết, trước khi kết bạn trên mạng, trẻ cần:

- Kiểm tra xem đó có phải là người chúng ta đã gặp chưa? Kiểm tra hình ảnh có phải là hình ảnh thực không; Kiểm tra danh sách bạn chung;
- Kiểm tra địa điểm, nơi ở của người ta kết bạn; Kiểm tra các hoạt động, chia sẻ trên trang của người đó
- Xác định được các rủi ro khi có mối quan hệ bạn bè/ lãng mạn “ảo” trên mạng

• Ghi nhớ các nguyên tắc để bảo vệ các thông tin cá nhân

2- Cha mẹ hướng dẫn cho trẻ các biện pháp “xử lý” khi gặp các tình huống có nguy cơ trò chuyện với bạn bè xấu trên mạng:

- Chuyển chủ đề
- Từ chối
- Thoát khỏi trang, chặn
- Nói với người thân, cha mẹ ngay khi cần



7. Bắt nạt trên mạng:

Là hành vi cố tình xúc phạm, đe dọa, làm hại, quấy rối, tấn công hay loại trừ một người khác bằng việc sử dụng phương tiện truyền thông kỹ thuật số. Bắt nạt qua mạng có thể diễn ra trên internet (các trang mạng xã hội, các phòng trò chuyện, các thư điện tử) hoặc trên điện thoại di động, thông qua dịch vụ tin nhắn ngắn (SMS) và các ứng dụng tin nhắn tức thời, các cuộc gọi quấy rối, các video và hình ảnh từ điện thoại di động. Trẻ bị bắt nạt qua mạng thường cũng bị bắt nạt “ngoài thực tế”.

Cách xử lý:

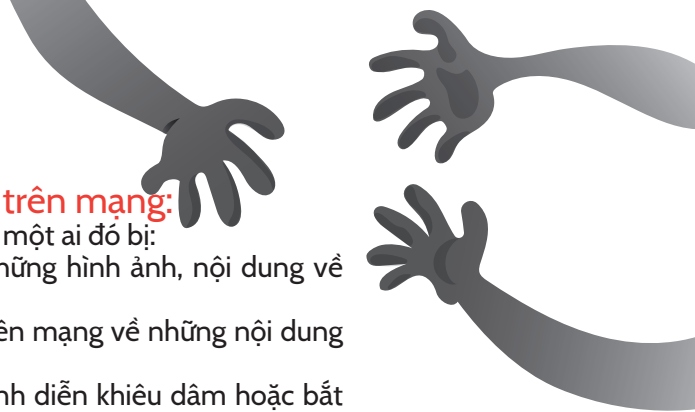
Cha mẹ hãy khuyên con cái, nếu con thấy tình trạng bắt nạt trên mạng, hãy:

- Để riêng tư: Cài đặt quyền riêng tư trên mạng xã hội để không phải ai cũng có được thông tin của con;
- Lờ đi (Ignore);
- Chặn: Chặn /báo cáo tài khoản của người bắt nạt mình trên mạng nếu tình trạng đó tiếp tục diễn ra;
- Lấy bằng chứng;
- Trao đổi với người lớn hoặc gọi điện cho tổng đài 111.

Con nên nhớ:

- Tự bảo vệ quyền riêng tư của mình và tôn trọng riêng tư của người khác
- Không đưa thông tin của mình cho người khác
- Không tham gia, tiếp tay cho bắt nạt trên mạng





8. Xâm hại tình dục trên mạng:

Xâm hại trên mạng là khi một ai đó bị:

- Gửi và xem/bắt xem những hình ảnh, nội dung về tình dục qua mạng;
- Nhắn tin, nói chuyện trên mạng về những nội dung tình dục;
- Có hành vi tình dục, trình diễn khiêu dâm hoặc bắt trẻ em trình diễn khiêu dâm qua webcam hoặc điện thoại thông minh;
- Bắt gửi ảnh, tin nhắn hoặc quay phim trẻ em có hành vi hoặc tư thế tình dục qua internet;
- Từ những hành động, tương tác trực tuyến dẫn tới việc gặp gỡ, và tham gia quan hệ tình dục ngoài đời thực.

Cách xử lý:

- Có những tiêu chí cụ thể khi kết bạn.
- Mỗi người đều có quyền kiểm soát cơ thể mình và trẻ em hoàn toàn có thể nói “không” khi không muốn điều gì đó.
- Trẻ em không có trách nhiệm cung cấp tên, gửi ảnh hay cho người khác nhìn thấy mình qua webcam
- Không nên gặp bạn bè trên “mạng” một mình mà không hỏi ý kiến người thân
- Không nên đăng tải thông tin riêng tư, cá nhân hay những hình ảnh tự sướng có tính chất hở hang, cũng như đặt những nickname không phù hợp vì đó là kẻ hở để kẻ xấu lợi dụng.
- Sử dụng các công cụ báo cáo, chặn khi thấy có những nội dung hoặc người kết bạn không phù hợp.
- Khi nhắn tin và gặp các tin nhắn khiêu khích tình dục, trẻ em cần ngừng nhắn tin, chặn và báo lại cho cha mẹ, thầy cô.
- Trẻ em không bao giờ là người phải xấu hổ hay cảm thấy có lỗi khi có một ai đó nảy sinh ý định hoặc đã xâm hại tình dục các em, trẻ em cần báo ngay với người lớn để được hỗ trợ;
- Hãy nhớ, trong quá trình trở thành một công dân số, và đặc biệt là khi gặp bất cứ vấn đề gì liên quan tới xâm hại tình dục trên mạng, các em hãy tìm tới các địa chỉ sau đây:
 - + Cha mẹ, thầy cô, người thân và bạn bè
 - + Tổng đài Quốc gia Bảo vệ Trẻ Em 111
 - + Cảnh sát - đường dây nóng 113
 - + Các trung tâm công tác xã hội tỉnh/thành phố

Kết luận: Trước các rủi ro của internet, cha mẹ cần:

(1) Thứ nhất là giúp trẻ nhận diện các nguy cơ, rủi ro có thể gặp phải khi trẻ sử dụng internet

(2) Thứ hai là hướng dẫn trẻ cách bảo vệ và xử lý trong trường hợp gặp phải những nguy cơ, rủi ro trên mạng. Cách thức để cha mẹ hướng dẫn cho con có thể là:

- Trò chuyện, chia sẻ với trẻ trong quá trình trẻ sử dụng internet
- Cùng trẻ thực hiện các cam kết khi trẻ sử dụng internet
- Luôn chia sẻ, quan tâm, thấu hiểu con; tạo sự tin tưởng để trẻ có thể chia sẻ các thông tin cũng như những vấn đề mà trẻ gặp phải khi sử dụng internet để hỗ trợ con kịp thời.

ĐỒNG HÀNH CÙNG CON SỬ DỤNG INTERNET AN TOÀN



ĐỒNG HÀNH CÙNG CON SỬ DỤNG INTERNET AN TOÀN

An toàn Internet, hay An toàn trực tuyến, được coi là kiến thức tối đa hóa an toàn cá nhân của người dùng về thông tin cá nhân, tài sản liên quan đến việc sử dụng internet và tự bảo vệ khỏi các rủi ro và tổn hại trên mạng nói chung.

Để có thể đồng hành và bảo vệ con an toàn trên mạng Internet, cha mẹ nên nhớ một số các nguyên tắc sau:

Tôn trọng và công nhận việc trẻ có quyền

Hãy nhớ rằng cấm đoán không mang lại kết quả, và thực tế, việc cấm đoán đôi khi cũng vi phạm quyền trẻ em, bởi vì:



Trẻ có quyền tiếp cận và sử dụng internet

Thể hiện bản thân và Bảo vệ chính kiến của bản thân

Quyền tự do chơi đùa

Có quyền riêng tư

Quyền được bảo vệ và được tiếp nhận sự giúp đỡ của các bên liên quan

Quyền được lớn lên trong an toàn và hoà bình

Bắt đầu đồng hành cùng trẻ sử dụng Internet an toàn càng sớm càng tốt. Trẻ em trong thời đại công nghệ số thường sẽ tiếp xúc với Internet rất sớm, trực tiếp hoặc gián tiếp, chính vì thế, bắt đầu đặt vấn đề và đồng hành cùng con ngay từ “BÂY GIỜ”, “KHÔNG BAO GIỜ LÀ QUÁ SỚM VÀ KHÔNG BAO GIỜ LÀ QUÁ MUỘN”

Để sử dụng Internet an toàn, trẻ và cha mẹ cần nắm vững 6 đặc tính của Internet đã đề cập ở trên và cách thức tư duy để giảm rủi ro khi gặp các trường hợp khác nhau.

Chính vì thế, hãy để cho trẻ em biết rằng:

- Cần phải suy nghĩ thật kỹ trước khi chia sẻ, dù là thông tin của mình hay thông tin của người khác. Nếu con không muốn người khác làm điều gì đó với mình thì cũng đừng làm điều đó với người khác. Cũng giống như bạn bảo con mình hãy nhìn cẩn thận cả hai phía trước khi qua đường hoặc đội mũ bảo hiểm khi đi xe máy, hãy dạy các con suy nghĩ trước khi chia sẻ trên mạng.

- Hãy để trẻ biết rằng các quy tắc áp dụng trong cuộc sống thực cũng áp dụng trên mạng.

Lưu ý với mỗi độ tuổi của trẻ, cách đặt vấn đề của cha mẹ sẽ khác nhau theo đặc điểm lứa tuổi, tâm sinh lý của trẻ.



Độ tuổi 0 – 3 tuổi:

Trẻ ở giai đoạn này cần được sự quan tâm, yêu thương của người chăm sóc, trẻ có nhu cầu nhiều về tình cảm đối với người mẹ, nhu cầu được gắn bó mật thiết với người chăm sóc. Trẻ tích cực thăm dò thế giới xung quanh, trẻ thích tự tiếp xúc với đồ vật bằng cảm giác và vận động. Giai đoạn này trẻ muốn giao tiếp nhiều với người lớn thông qua ngôn ngữ vì thế trẻ chủ động tiếp xúc với người lớn, trẻ hiểu lời nói trước khi biết nói. Ngôn ngữ của trẻ ở giai đoạn này bắt đầu hình thành với các từ đơn, cụm từ và câu đơn giản. Vì vậy, ở giai đoạn này, con nên được tích cực tương tác và nói chuyện với mọi người để phát triển tư duy về biểu đạt và cảm xúc. **Cha mẹ chưa nên đặt vấn đề với trẻ em về Internet, cũng không nên để trẻ sử dụng tùy ý các thiết bị điện thoại di động hoặc điện thoại thông minh để xem các chương trình trên Internet. Cũng cần trò chuyện với bé để tạo cảm giác an toàn, tin tưởng trẻ.**



Độ tuổi 3 – 6 tuổi:

Trong giai đoạn này trẻ khám phá thế giới xung quanh một cách nhanh chóng, hoạt động tiếp xúc với đồ vật ngày càng mở rộng, vốn từ tăng nhanh, biết nói thành câu, biết lắng nghe và kể chuyện. Trẻ thích thú trong các hoạt động trò chơi, học nói, học ăn hay đặt câu hỏi tại sao và bắt đầu đưa ra ý kiến. Giai đoạn này cái tôi của trẻ được hình thành, trong quan hệ tình cảm trẻ tiến tới nhận ra vị trí của mình với mọi người, thoát khỏi đòi hỏi tuyệt đối về mình. Đây được coi là độ tuổi vàng để phát triển trí tuệ, kỹ năng cho trẻ. Vì vậy, để trẻ phát triển toàn diện và vượt bậc trong giai đoạn này, người lớn cần nhiều thời gian tổ chức các hoạt động vui chơi, khám phá môi trường xung quanh thay vì việc dành thời gian cho trẻ xem các thiết bị điện tử. Chính vì thế, **cha mẹ vẫn nên đặt ra giới hạn nghiêm cho trẻ trong việc sử dụng Internet.** Trẻ em trong độ tuổi này không nên sử dụng internet quá 1 tiếng/ngày (Nguồn: IEEE.org). Tuy nhiên, trẻ em trong thời đại công nghệ số bắt đầu bước đầu có thể khám phá internet cùng cha mẹ bằng cách xem một số chương trình hoặc chơi một số trò chơi giáo dục hoặc phát triển trí não trẻ. Hãy cởi mở chia sẻ, đặt câu hỏi và trả lời các câu hỏi của con. Điều này còn giúp thúc đẩy việc tương tác và trải nghiệm cùng nhau trên internet giữa cha mẹ và con cái.

Việc giải thích rõ ràng, từ tốn, thận trọng cho con khi đặt ra các giới hạn trong sử dụng internet về thời gian có thể sử dụng và chương trình con có thể cùng xem với cha mẹ sẽ giúp con phát triển khả năng kiểm soát tốt hơn.



Độ tuổi 6 – 11 tuổi:

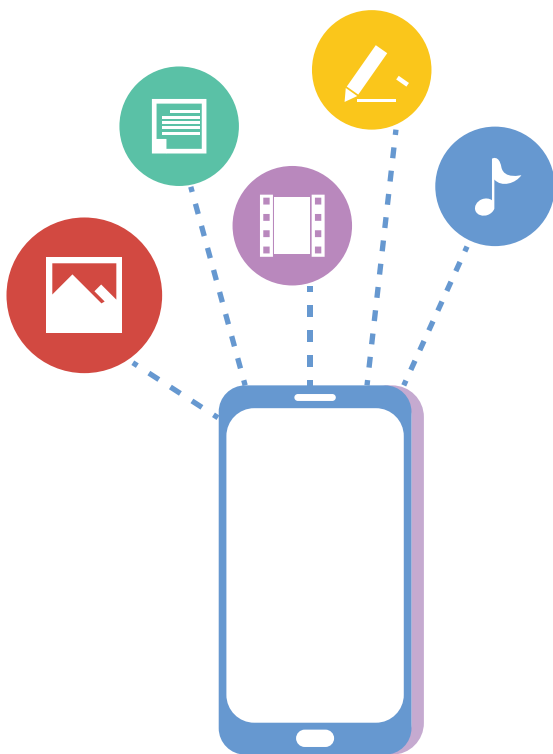
Hoạt động chủ yếu của giai đoạn này là học tập, bước vào các hoạt động trí nhớ, tư duy để trẻ bước vào trường học, đây là bước ngoặt quan trọng. Nội dung học tập được mở rộng nên ngôn ngữ của trẻ vượt ra phạm vi những từ ngữ sinh hoạt cụ thể mà đã bao gồm nhiều khái niệm khoa học trừu tượng. Đến cuối độ tuổi này nhân cách của bé được hình thành với những nếp sống, thói quen, những hành vi có ý thức, tự khép mình vào quy tắc xã hội hoặc theo những giá trị bản thân đã chấp nhận. Từ quan hệ ruột thịt dần dần chuyển sang quan hệ xã hội, trẻ có sự thay đổi môi trường sống, không phải môi trường quen thuộc như trước đây mà vươn ra quan hệ ngoài xã hội như là quan hệ thầy cô, bạn bè. Đây là **giai đoạn hình mẫu**, cho nên cha mẹ ở giai đoạn này không phải là người toàn năng trước mặt bé nữa mà vai trò hình mẫu rất quan trọng ở giai đoạn này. **Việc người lớn sử dụng quá nhiều các thiết bị điện tử sẽ ảnh hưởng đến trẻ.** Trẻ có xu hướng làm theo người lớn. Thêm nữa cha mẹ nên có một bản thỏa thuận rõ ràng với trẻ về thời lượng sử dụng internet trong ngày, nội dung trẻ có thể truy cập.

Ở độ tuổi này, với nhu cầu độc lập lớn hơn của trẻ, việc thiết lập duy trì sử dụng Internet cùng nhau sẽ khó khăn hơn với cha mẹ. Trẻ sẽ muốn sử dụng Internet một mình. Cha mẹ nên một mặt tiếp tục duy trì việc nói chuyện và cùng con khám phá một vài hoạt động trên Internet để tạo sự tin tưởng, gần gũi và tương tác với con, một mặt tạo điều kiện cho con sử dụng Internet và khám phá độc lập. Tuy nhiên, cha mẹ nên để con sử dụng máy vi tính thay vì thiết bị cầm tay, và để máy tính ở khu vực cha mẹ có thể kiểm soát được.

Ngoài ra, có một số phần mềm giới hạn thời gian và các trang web cha mẹ có thể sử dụng.

Trẻ em trong độ tuổi này không nên sử dụng internet quá 2 giờ/ ngày (Nguồn: iEE.org). Hãy đảm bảo con có thời gian để vui chơi, tương tác bên ngoài, dành thời gian cho bạn bè và gia đình.

Ở độ tuổi 8-10, cha mẹ đã có thể bắt đầu nói chuyện với con về các rủi ro trên Internet để củng cố việc con kiểm soát cá nhân.



Độ tuổi 12 – 15 tuổi:

Bước sang độ tuổi này (thiếu niên), trẻ có nhu cầu khẳng định bản thân, ý thức bản thân được coi là một bước biến chuyển. Bước biến chuyển này giúp thiếu niên nhận thức, đánh giá được bản thân. Dựa vào những tiêu chuẩn đánh giá của mọi người thiếu niên sẽ xem xét hành vi và hoạt động của mình có phù hợp với yêu cầu của gia đình và xã hội.

Tuy nhiên, giai đoạn này thiếu niên cũng rất nhạy cảm với những đánh giá của mọi người xung quanh. Do đó đôi khi chỉ là những thành công nhỏ được người khác quá chú ý cũng dễ tạo cho các em cảm giác tự cao, đánh giá quá cao bản thân của mình. Trái lại những thất bại nhỏ nếu bị đề biểu cũng có thể gây cho các em sự rụt rè, tự ti. Sự ổn định hình thành nhân cách trước đây sẽ bị phá vỡ, tạo nên sự thay đổi cấu trúc nhân cách, từ trẻ em sang người lớn trưởng thành.

Quan hệ xã hội của các em từ mối quan hệ cha mẹ chuyển sang mối quan hệ bạn bè. Trong gia đình cha mẹ tạo điều kiện cho các em nhiều quyền độc lập hơn và những yêu cầu cao hơn. Thiếu niên thường không muốn sự chăm sóc quá tỉ mỉ, quan tâm quá mức của cha mẹ. Trong gia đình các em mong muốn cha mẹ tôn trọng ý kiến của các em hơn là chiều chuộng. Thường các em chưa nhận thức được mặt tốt và mặt xấu ở ngoài xã hội trong khi đây là lứa tuổi hay tìm kiếm, thực nghiệm và chống đối. Vì vậy các em cần có sự quan tâm hỗ trợ, dìu dắt hướng dẫn của người lớn. Các em từng bước tự chủ trong học tập và công việc. Vì vậy, các em cần có chỗ dựa tình cảm của người thân để tâm sự và chia sẻ ý kiến, kinh nghiệm...Sau một thời gian các em sẽ đánh giá, xác định cho bản thân nhân cách mới, nhân cách trưởng thành.



Trẻ có nhu cầu độc lập trong sử dụng và tìm kiếm thông tin trên Internet, bắt đầu có các phản ứng nếu bị can thiệp vào sự độc lập và riêng tư. Tuy nhiên, trẻ vẫn sẵn sàng dành thời gian cho cha mẹ nhưng hạn chế hơn.

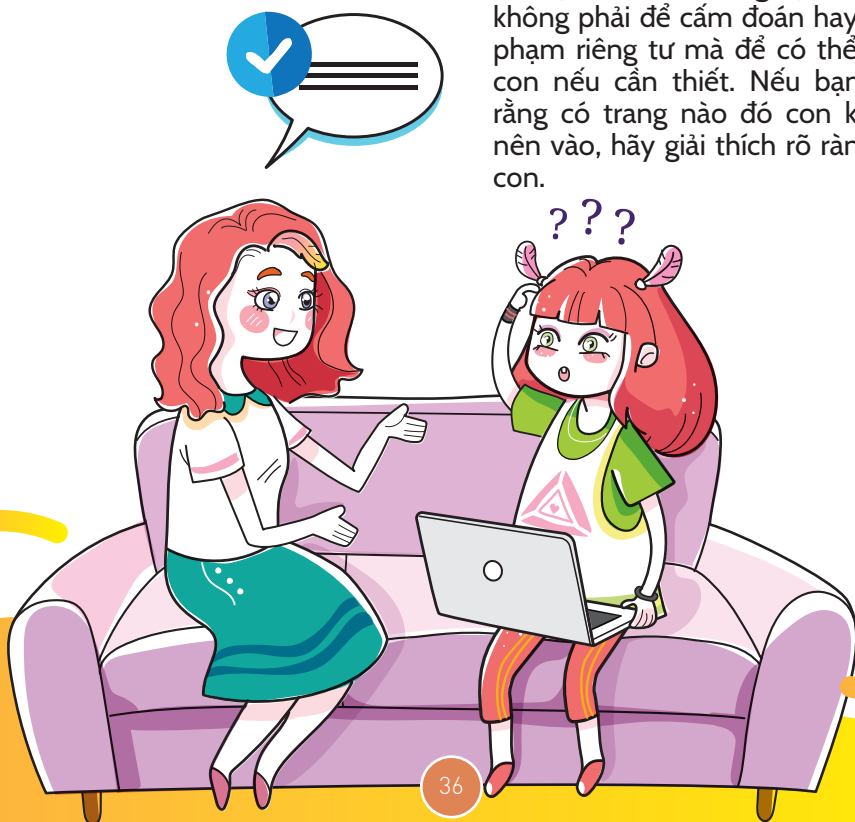
Trẻ có nhu cầu độc lập và tương tác xã hội rất lớn, bắt đầu có nhu cầu và quan tâm tới các vấn đề liên quan đến tình dục.

Trẻ bắt đầu ưa thích và có khả năng nghiện Internet, tương tác trên Internet nhiều hơn ngoài đời thực.

Đây là giai đoạn trẻ có thể phát triển kỹ năng vượt trội khi sử dụng internet, do đó cha mẹ cần tỏ thái độ sẵn sàng lắng nghe, học hỏi từ trẻ. Trẻ cũng có thể sử dụng các ngôn ngữ và ký tự lạ, cha mẹ nên bắt đầu thích nghi và tìm hiểu ngôn ngữ mà con sử dụng trên mạng.

Tiếp tục thoả thuận với con về thời gian sử dụng Internet mà không ảnh hưởng đến thời gian vui chơi và tương tác bên ngoài. Thời gian sử dụng các thiết bị tổng trong ngày không quá 2h bao gồm cả thời gian con dùng các thiết bị cho việc học tập (Nguồn: *iEEE.org*).

Nói chuyện với con về các trang web con sử dụng và các bạn con kết bạn, đảm bảo rằng bạn hỏi con không phải để cấm đoán hay xâm phạm riêng tư mà để có thể giúp con nếu cần thiết. Nếu bạn cho rằng có trang nào đó con không nên vào, hãy giải thích rõ ràng với con.

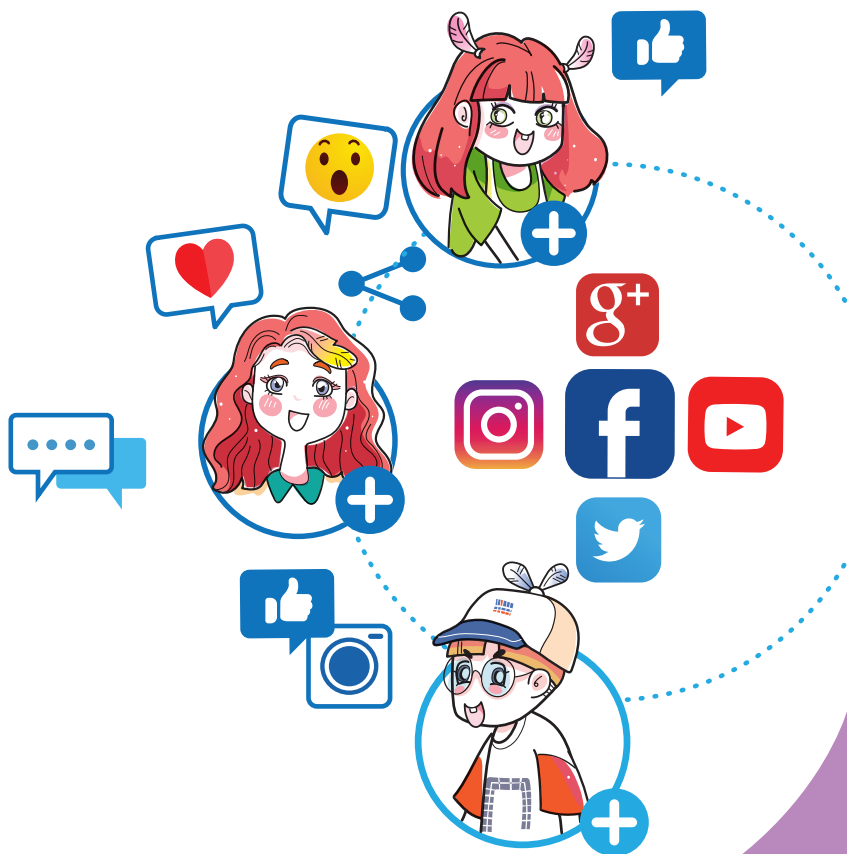


Bắt đầu nói chuyện kỹ với con về các thông tin sai lệch trên mạng để con bắt đầu biết phân biệt đúng sai, không nên tin vào tất cả mọi thứ và có tư duy logic trên Internet.

Trẻ em ở độ tuổi này đã có thể “giỏi công nghệ” hơn cha mẹ. Việc cha mẹ cố gắng kiểm soát bắt đầu không có tác dụng, thậm chí còn phản tác dụng.

Cha mẹ nên thẳng thắn nói chuyện với con về các rủi ro trên Internet, đặc biệt là về việc bảo vệ các thông tin cá nhân, kết bạn trên Internet, không trao đổi ảnh “nhạy cảm” tránh nguy cơ bị xâm hại tình dục, không tham gia bắt nạt bạn bè trên mạng, v.v.

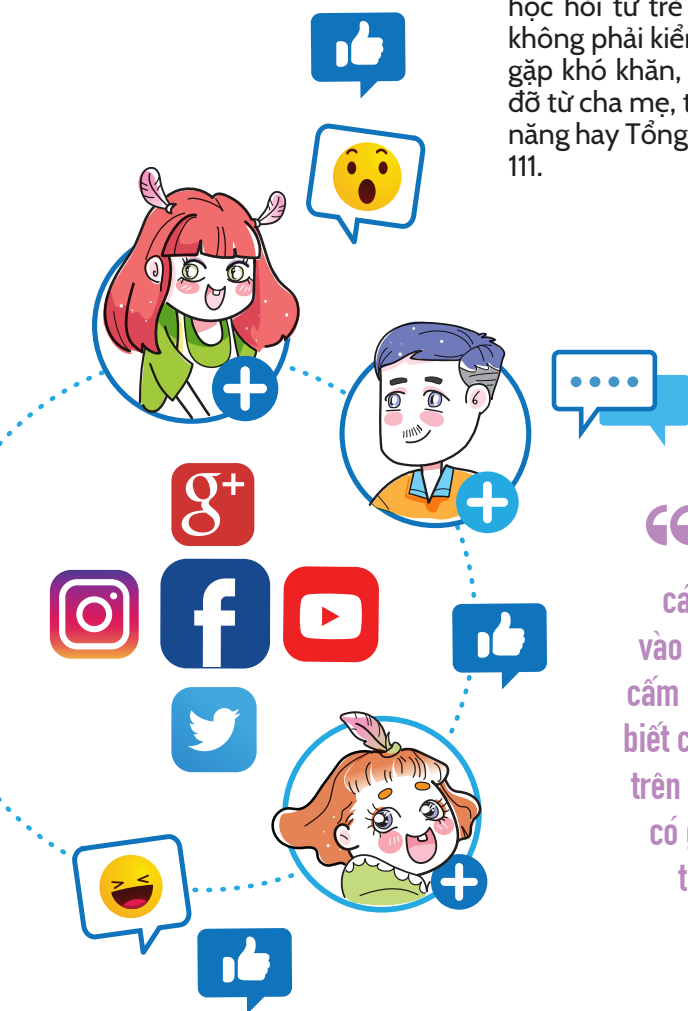
Thiết lập một số nội quy cơ bản giữa cha mẹ và con cái để đảm bảo sự độc lập, riêng tư được tôn trọng nhưng vẫn đảm bảo an toàn cho trẻ. Thảo luận và cùng trẻ đưa ra các giả định tình huống cũng như giải pháp khi gặp các rủi ro và nguy hại trên môi trường mạng.



Khuyến khích con sử dụng các công cụ lọc chế độ công khai hay riêng tư, dùng công cụ lựa chọn hay chặn nếu cần thiết, sẵn sàng rời đi và dừng truy cập/kết nối nếu thấy khó chịu, suy nghĩ trước khi chia sẻ.

Nếu con bạn bắt đầu lập tài khoản mạng xã hội, bạn hãy dành thời gian hướng dẫn và cùng con khám phá mạng xã hội, và thuyết phục con kết bạn cùng bạn.

Cho trẻ biết bạn luôn sẵn sàng lắng nghe, học hỏi từ trẻ và hỗ trợ trẻ khi cần thiết, không phải kiểm soát hay chỉ trích. Nếu trẻ gặp khó khăn, trẻ có thể tìm kiếm sự giúp đỡ từ cha mẹ, thầy cô, từ các cơ quan chức năng hay Tổng đài Quốc gia Bảo vệ Trẻ Em 111.



“Bố/mẹ muốn biết các trang mạng con hay vào không phải để kiểm soát, cấm đoán con, bố mẹ chỉ muốn biết con có những trải nghiệm trên Internet thế nào. Và nếu có gì đấy khiến con buồn lo thì hãy nói ngay cho bố mẹ biết nhé!”

Độ tuổi 15 – 18 tuổi

Trẻ bắt đầu bước sang giai đoạn phát triển và hình thành cả đạo đức và xã hội. Môi trường và bạn bè có thể ảnh hưởng tới trẻ nhiều hơn cả cha mẹ, thầy cô. Trẻ có cảm xúc xáo trộn, đôi khi muốn nổi loạn và thử nghiệm mọi thứ kể cả rủi ro. Trẻ ưa thích độc lập, bắt đầu có nhu cầu cao trong thể hiện bản thân, nhưng không phủ nhận hoàn toàn vai trò của cha mẹ.

Đây là giai đoạn thách thức nhất với cha mẹ khi thảo luận với con trẻ. Hãy đảm bảo bạn giữ được bình tĩnh, cởi mở, sẵn sàng lắng nghe và học hỏi từ trẻ khi thảo luận và thống nhất với trẻ những nguyên tắc an toàn để bảo vệ cho trẻ và cả gia đình. Nếu trẻ mắc lỗi hoặc thậm chí cố tình làm gì sai, hãy nỗ lực giữ bình tĩnh và tiếp tục nói chuyện với trẻ thay vì quá tức giận có thể dẫn đến phản tác dụng. Hãy nhớ lại tuổi vị thành niên của mình để đưa ra các hành vi cho hợp lý.

Nếu bạn bắt đầu cho con sử dụng máy tính cá nhân hay chiếc điện thoại đầu tiên, hãy nắm bắt cơ hội này để nói chuyện cùng con về Internet một cách cởi mở.

Giai đoạn này, việc đảm bảo trẻ không trở thành nạn nhân của xâm hại tình dục, hay lừa đảo trên mạng, và biết cách ứng phó khi gặp các tình huống rủi ro khác hoặc bị bắt nạt trên mạng rất quan trọng. . Cha mẹ nên thảo luận và cùng trẻ đưa ra các tình huống giả định cũng như giải pháp khi gặp các rủi ro và nguy hại trên môi trường mạng. Khuyến khích con sử dụng các công cụ lọc chế độ công khai hay riêng tư, dùng công cụ lựa chọn hay chặn nếu cần thiết, sẵn sàng rời đi và dừng truy cập/kết nối nếu thấy khó chịu ;suy nghĩ trước khi chia sẻ.



Một hợp đồng gia đình an toàn mạng (được gợi ý và hướng dẫn ở phần sau) là một giải pháp để thể hiện sự tôn trọng của bạn với trẻ và bình đẳng trong việc đảm bảo trẻ và gia đình được an toàn khi sử dụng Internet.

Tiếp tục nhắc nhở cho trẻ biết rằng trẻ luôn có thể chia sẻ và tìm kiếm sự giúp đỡ từ cha mẹ, thầy cô, từ các cơ quan chức năng hay Tổng đài Quốc gia Bảo vệ Trẻ Em 111.

“**Hãy nói chuyện với con về Internet tự nhiên như hỏi chuyện con về các việc xảy ra trong ngày, xảy ra ở trường như bình thường.**

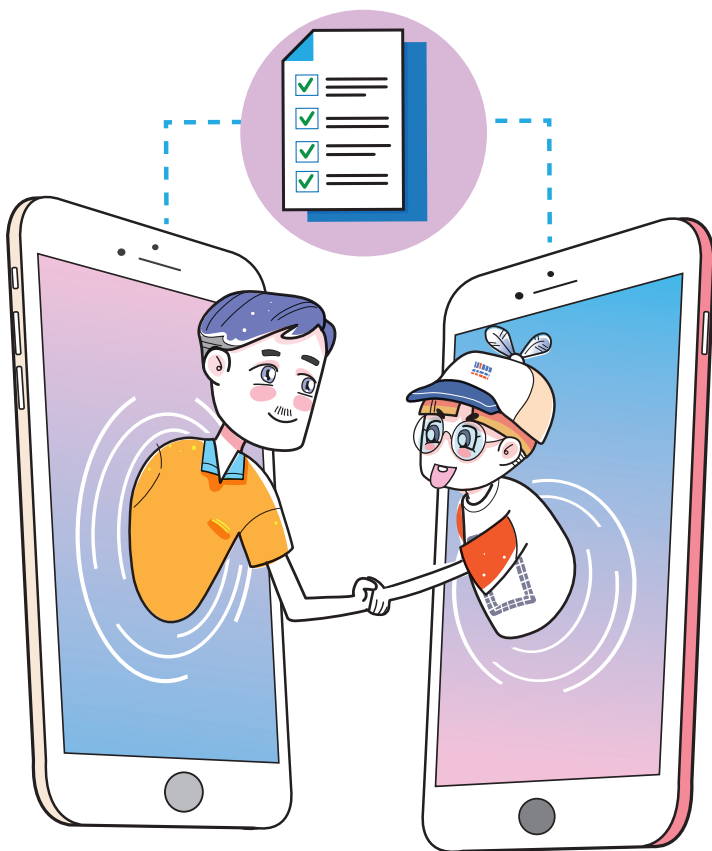
Dù ở độ tuổi nào, trẻ đều cần được tôn trọng, được lắng nghe, khích lệ và hỗ trợ. Đừng đổ lỗi cho con em mình, đây chỉ là cách làm cho con sẽ xa cách cha mẹ và sẽ không tìm cha mẹ để được hỗ trợ, giúp đỡ khi cần thiết.

Đừng xem nhẹ vấn đề, cũng đừng phóng đại vấn đề và phản ứng thái quá, đóng vai “cảnh sát” truy hỏi làm trẻ không muốn tiếp tục chia sẻ với chúng ta, đôi khi, vấn đề không nghiêm trọng như chúng ta tưởng, hãy bình tĩnh cùng con suy nghĩ giải pháp khi có những rủi ro hay nguy hại xảy ra.

Và quan trọng, hãy biết rằng cha mẹ hay con cái không đơn độc, trẻ em trên Internet ngoài cha mẹ, còn được pháp luật, các tổ chức xã hội, các cơ quan chức năng bảo vệ và đồng hành. Hãy gọi ngay Tổng đài Quốc gia Bảo vệ Trẻ Em 111— miễn phí và 24/7 để được tư vấn và hoặc hỗ trợ khi cần thiết.

”

Tôn trọng và thoả thuận với trẻ về cách thức đảm bảo an toàn khi sử dụng Internet



Một hợp đồng gia đình thoả thuận cách thức trẻ sử dụng Internet và đảm bảo an toàn khi sử dụng Internet cho không chỉ trẻ mà cả gia đình. Đây là công cụ rất hữu dụng để trẻ ý thức vai trò của bản thân trong sử dụng internet an toàn, có thể áp dụng cho trẻ trên 10 tuổi. Bản hợp đồng gia đình cần đảm bảo đây là kết quả thảo luận công bằng giữa cha mẹ và con cái với trách nhiệm và quyền hạn bình đẳng thay vì một bản quy định cấm đoán, kiểm soát từ cha mẹ.

Sau đây là mẫu hợp đồng gia đình an toàn mạng cha mẹ có thể tham khảo.

CAM KẾT CỦA CON

CAM KẾT : HƯỚNG DẪN VỀ SỬ DỤNG INTERNET AN TOÀN										
Họ và tên bố/mẹ :										
Nhiệm Vụ	Nội dung cam kết	Lựa chọn		✓	Đáp án					Tự đánh giá
1	Con sẽ không tiết lộ các thông tin cá nhân của mình như địa chỉ nhà, số điện thoại, địa chỉ/số điện thoại nơi làm việc của bố mẹ, hoặc tên và địa điểm trường học của mình mà chưa có sự đồng ý của bố mẹ									
2	Con sẽ nói với bố mẹ ngay lập tức nếu như con đọc được bất kỳ thông tin nào làm con cảm thấy không thoải mái									
3	Con sẽ không bao giờ đồng ý gặp ai đó mà con quen trên mạng nếu như không có sự xem xét và đồng ý của bố mẹ. Nếu bố mẹ đồng ý, con đảm bảo rằng đó là cuộc gặp gỡ ở nơi công cộng và có bố/mẹ đi cùng;		30'							

Nhiệm Vụ	Nội dung cam kết	Lựa chọn		✓	Đáp án					Tự đánh giá
										
4	Con sẽ không bao giờ gửi ảnh cá nhân hay bất cứ thứ gì cho người lạ mà chưa có sự xem xét và tư vấn, đồng ý của bố mẹ		30'							  
5	Con sẽ đồng ý kết bạn với bố mẹ trên mạng xã hội, bố mẹ xem hoạt động của con không phải để kiểm soát con hay chỉ trích con, mà để hỗ trợ con ngay khi cần thiết									  
6	Con sẽ không trả lời bất cứ tin nhắn nào con cảm thấy không thoải mái. Đó không phải lỗi của con nếu như con nhận được những tin nhắn như thế. Con sẽ nói với bố mẹ ngay để bố mẹ liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ									  

Nhiệm Vụ	Nội dung cam kết	Lựa chọn		✓	Đáp án					Tự đánh giá
										
7	Con sẽ chia sẻ với bố mẹ để cùng thống nhất đặt ra các quy định khi sử dụng mạng. Con và bố mẹ sẽ quyết định thời gian trong ngày con có thể sử dụng mạng và những địa chỉ mạng phù hợp mà con có thể truy cập. Nếu có các địa chỉ mới, con sẽ cập nhật cho bố mẹ ngay									  
8	Con sẽ không để lộ mật khẩu tài khoản mạng của mình với bất kỳ ai (kể cả những người bạn tốt nhất của mình) trừ bố mẹ									  
9	Con sẽ trở thành một công dân mạng tốt và không làm bất cứ điều gì gây tổn hại tới người khác hoặc vi phạm pháp luật									  

Nhiệm Vụ	Nội dung cam kết	Lựa chọn		✓	Đáp án					Tự đánh giá
										
10	Con sẽ giúp bố mẹ hiểu cách giải trí và học trực tuyến; hướng dẫn bố mẹ sử dụng mạng Internet, máy tính và các công nghệ khác									  
11	Con sẽ hỏi ý kiến bố mẹ trước khi tải hay cài đặt các phần mềm hoặc làm bất cứ điều gì mà có thể ảnh hưởng đến máy tính hoặc xâm hại đến quyền riêng tư của gia đình									  
Tôi đồng ý với những điều khoản trên. Tôi sẽ giúp con thực hiện tốt bản thỏa thuận này và chấp nhận việc sử dụng hợp lý mạng internet Cha mẹ Trẻ (Ký, ghi họ tên) (Ký, ghi họ tên)										



Đã hoàn thành



Rất thoải mái



Bình thường



Không hài lòng



Thời gian tối đa



Cha mẹ chỉnh sửa



Hướng dẫn của cha mẹ



Gặp khó khăn



Tiến triển tốt



Nhiệm vụ bắt buộc



Nhiệm vụ tự chọn



Đáp án



Chia sẻ với bạn



HD cá nhân

CAM KẾT CỦA CHA MẸ

CAM KẾT : HƯỚNG DẪN VỀ SỬ DỤNG INTERNET AN TOÀN

Họ và tên bố/mẹ :

Nhiệm Vụ	Nội dung cam kết	Lựa chọn		✓	Đáp án					Tự đánh giá
1	Bố mẹ sẽ biết được tất cả các dịch vụ và trang web mà con truy cập. Nếu như Bố mẹ không biết cách sử dụng chúng. Bố mẹ sẽ nhờ con chỉ cho bố mẹ biết									
2	Bố mẹ sẽ đặt ra những quy tắc và hướng dẫn sử dụng máy vi tính hợp lý cho các con, cùng thống nhất các quy tắc và treo chúng ở gần vị trí đặt máy vi tính như một lời nhắc nhở. Bố mẹ cũng sẽ theo dõi việc tuân thủ các quy tắc của các con, đặc biệt là khi các con dành quá nhiều thời gian vào vi tính									

Nhiệm Vụ	Nội dung cam kết	Lựa chọn		✓	Đáp án					Tự đánh giá
										
3	Con sẽ không bao giờ đồng ý gặp ai đó mà con quen trên mạng nếu như không có sự xem xét và đồng ý của bố mẹ. Nếu bố mẹ đồng ý, con đảm bảo rằng đó là cuộc gặp gỡ ở nơi công cộng và có bố/mẹ đi cùng;		30'							  
4	Bố mẹ sẽ không đăng ảnh, cung cấp các thông tin cá nhân của con trên mạng xã hội của bố mẹ mà chưa có được sự đồng ý của con, dù là để “khoe con”									  
5	Bố mẹ sẽ không tự ý vào xem các lịch sử hoạt động của con mà thay vào đó sẽ cùng trao đổi, thảo luận với con để nhận biết các trang thông tin phù hợp hoặc không phù hợp với con									  

Nhiệm Vụ	Nội dung cam kết	Lựa chọn		✓	Đáp án					Tự đánh giá
6	Bố mẹ hứa sẽ không sử dụng máy tính hay Internet quá nhiều mà không dành thời gian cho các con, hoặc để các con dùng máy tính để không bị các con quấy rầy									
7	Bố mẹ sẽ cố gắng tìm hiểu về những người bạn trên mạng của các con chỉ bởi vì bố mẹ muốn viết bạn bè của các con là những ai									
8	Bố mẹ sẽ cố gắng đồng hành cùng con, tôn trọng con, cùng học Internet với con và coi đây là một hoạt động gia đình và nhờ các con sử dụng mạng Internet để lên các kế hoạch cho các sự kiện gia đình									
Tôi đồng ý với những điều khoản trên. Tôi sẽ giúp con thực hiện tốt bản thỏa thuận này và chấp nhận việc sử dụng hợp lý mạng internet Cha mẹ (Ký, ghi họ tên) Trẻ (Ký, ghi họ tên)										

- ✓ Đã hoàn thành
- 😊 Rất thoải mái
- 😐 Bình thường
- 😞 Không hài lòng
- 🕒 Thời gian tối đa
- 👉 Cha mẹ chỉnh sửa
- ❗ Hướng dẫn của cha mẹ

- 💬 Gặp khó khăn
- 👍 Tiến triển tốt
- ★ Nhiệm vụ bắt buộc
- 👉 Nhiệm vụ tự chọn
- 🔑 Đáp án
- 🔄 Chia sẻ với bạn
- 👤 HĐ cá nhân

*Bảng hướng dẫn cha mẹ và trẻ sử dụng cam kết

Nội dung các ô	Hướng dẫn	Ghi chú
Nội dung cam kết:	Là các điều khoản mà cha mẹ và trẻ cần thực hiện khi thực hiện cam kết	Cha mẹ có thể thêm các điều khoản nếu thấy cần thiết và phù hợp với các quy tắc sinh hoạt gia đình
Lựa chọn	★Nhiệm vụ bắt buộc: Trong các cam kết nếu phụ huynh nhận thấy nội dung cam kết này bắt buộc trẻ phải thực hiện thì thỏa thuận với con và đánh dấu biểu tượng của nhiệm vụ bắt buộc 👉 Nhiệm vụ tự chọn: Nội dung cam kết không bắt buộc, phụ huynh có thể cùng với trẻ thống nhất được quyền lựa chọn nhiệm vụ tự chọn ở từng giai đoạn thực hiện nhằm giảm áp lực cũng như tăng quyền tự quyết định của trẻ khi thực hiện cam kết	Lựa chọn bắt buộc cần phải thực hiện Nhiệm vụ tự chọn tùy theo quy tắc sinh hoạt gia đình, tùy theo mỗi trẻ và tùy theo giai đoạn Các nhiệm vụ có thể thay đổi theo từng giai đoạn thực hiện và theo thời gian
🕒	Thời gian mà trẻ cần phải thực hiện nội dung cam kết đó Cha mẹ ghi rõ về thời gian cần hoàn thành để giám sát	Mỗi cam kết có thể được thực hiện trong ngày, trong tuần hoặc trong tháng để cha mẹ và trẻ đánh giá việc thực hiện

Nội dung các ô	Hướng dẫn	Ghi chú
✓	Mức độ hoàn thành nhiệm vụ theo cam kết - Hoàn thành: Đánh dấu P - Không hoàn thành: Để trống	Theo dõi và đánh giá theo mức độ thực hiện của trẻ
 	 Đáp án : Kết quả thực hiện của trẻ  Chỉnh sửa: Cha mẹ cần chỉnh sửa hay điều chỉnh nội dung cam kết/ hình thức thực hiện cam kết trong khi con thực hiện thì đánh dấu  (nếu cần có thể ghi chỉnh sửa cụ thể)  Chia sẻ với bạn: Trẻ có chia sẻ với bạn bè và người thân trong quá trình thực hiện	Phần này giúp trẻ đánh giá thường xuyên quá trình thực hiện cam kết. Giúp cha mẹ theo dõi và điều chỉnh quá trình thực hiện cam kết cho phù hợp với thực tiễn áp dụng
 	Trẻ tự đánh giá mức độ thực hiện:  Gặp khó khăn  Tiến triển tốt	Để trẻ tự đánh giá
  	Trẻ tự đánh giá về mặt cảm xúc của bản thân trong quá trình thực hiện:  Rất thoải mái  Không hài lòng  Bình thường	

* Lưu ý:

- Cha mẹ có thể thêm hoặc bớt các điều khoản của cam kết cho phù hợp với con hoặc phù hợp với các quy định của từng gia đình
- Đánh giá việc thực hiện cam kết của con thường xuyên và cần có những khen ngợi động viên đúng lúc, phù hợp khi con thực hiện tốt các cam kết đó
- Cha mẹ cần làm gương trong việc thực hiện cam kết để các con thực hiện theo
- Cam kết chỉ được ký và thực hiện khi đã có sự sẵn sàng của cả trẻ và cha mẹ; dựa trên sự trao đổi, thỏa thuận và tự nguyện giữa cha mẹ và trẻ.

* Một số cách thức để khích lệ trẻ thực hiện các hành vi tích cực trong cam kết:

- Việc khích lệ cần được thực hiện trước hoặc trong khi một hành động nào đó diễn ra, không chỉ khi thành công mà còn ngay khi cả khó khăn, thất bại.
- Trong quá trình trẻ thực hiện theo cam kết không chỉ khích lệ kết quả cuối cùng mà cha mẹ cần khích lệ những nỗ lực, cố gắng, tiến bộ của trẻ, những việc trẻ đã thực hiện
- Mọi hành động theo cam kết của trẻ nên để cho trẻ tự đánh giá.
- Đánh giá, tôn trọng năng lực cá nhân của trẻ
- Đồng cảm với những cảm xúc, suy nghĩ và hành vi của trẻ
- Khích lệ trẻ làm trẻ cảm thấy phấn chấn vì những cố gắng, nỗ lực, đóng góp của mình
- Đưa ra nội quy thưởng, phạt rõ ràng khi trẻ thực hiện hoặc không thực hiện theo cam kết đã ký

MỘT SỐ ĐỊA CHỈ, ĐƯỜNG DÂY NÓNG VỀ VẤN ĐỀ BẢO VỆ TRẺ EM TRÊN MÔI TRƯỜNG MẠNG

- Tổng đài Quốc gia Bảo vệ Trẻ Em– đường dây nóng Tư vấn, Hỗ trợ trẻ em 111
- Đường dây nóng cảnh sát 113
- Trung tâm Công tác xã hội Trẻ em các tỉnh/ thành phố
- Phòng trẻ em trực thuộc Sở lao động, Thương binh và Xã hội các tỉnh/ thành phố
- Phòng Lao động, Thương binh & Xã hội các quận/huyện
- Công an các địa phương gần nhất
- Hội Bảo vệ quyền trẻ em Việt Nam và các Hội Bảo vệ quyền trẻ em các tỉnh/ thành phố

TÀI LIỆU THAM KHẢO

3 cách để trở thành công dân chuẩn mạng xã hội - SNET, MSD 2018
#netsmart (Sử dụng internet thông minh) - Sổ tay dành cho cha mẹ
về Kỹ năng bảo vệ trẻ em trước nguy cơ bị xâm hại tình dục trên mạng,
Save the Children, 2017

Cẩm nang phòng chống xâm hại tình dục trẻ em, Tổ chức Tầm nhìn
Thế giới, 2017

Giáo trình Swipe Safe - An toàn trên mạng, Tổ chức Child Fund tại Việt
Nam, 2017

Online is a real life, Save the Children, 2011

Trung tâm an toàn Facebook: www.facebook.com/safetycenter

Trung tâm an toàn Google: www.safekids.com

iEEE.org



Viện Nghiên cứu Quản lý Phát triển bền vững (MSD)

A: Tầng 6, Số 15 Yên Lãng, Đống Đa, Hà Nội

T: (84-24)-6276 9056 - E: contact@msdvietnam.org

FB: Msd Vietnam - W: msdvietnam.org



Tổ chức Tâm nhìn Thế giới Quốc tế tại Việt Nam

A: Tầng 9, Tòa nhà Mercury, 444 Hoàng Hoa Thám, Tây Hồ, Hà Nội

T: (84-24) 3943 9920

FB: worldvisioninvietnam - W: www.wvi.org/vietnam



World Vision Vietnam gratefully acknowledges financial support provided for this programme by **the Fund to End Violence Against Children**

Biên soạn:
ThS. Nguyễn Phương Linh

Thành viên nhóm biên soạn:
Nguyễn Thị Yên Hà
Nguyễn Thị Hồng Nhung
Lê Thị Duyên

Vẽ và thiết kế
Hà Thị Ngọc - MSD
Lê Anh Ngọc - MSD

