

CHILDHOOD

WORLD CHILDHOOD FOUNDATION

FOUNDED BY H.M. QUEEN SILVIA OF SWEDEN

STOP  
SEXТИНГ

# Дитинство під час війни

Які навички ми маємо дати дітям  
для їхньої безпеки?



Поступово відновлюється дистанційне навчання, діти повертаються до звичного для себе ритму життя, але поруч з цим і далі відбувається війна, яка має вплив абсолютно на всіх. Ми бачимо, наскільки актуальні теми критичної оцінки інформації дітьми, їхня офлайн та онлайн безпека. Адже характер небезпек змінюється

В цій брошурі ми надаємо рекомендації, як говорити з дітьми про ці важливі теми, як їх включити у навчальний процес та вправи для дітей трьох вікових категорій: дошкільного віку, середньої та старшої школи. Також готуємо вебінар на цю тему, щоб ми разом могли посилити захист наших дітей. Слідкуйте за нашими соціальними мережами!

### Про проєкт #stop\_sexтинг:

#stop\_sexтинг – найбільший в Україні освітній проєкт щодо захисту дітей в інтернеті. Отримав премію Глобального договору ООН та загалом навчив більше ніж 500 000 дітей та батьків. В межах інформаційної компанії торкнувся мільйонів українських родин та створив першу тематичну консультаційну гарячу лінію.

Видання цього буклету стало можливим завдяки фінансовій підтримці Всесвітнього фонду дитинство, який заснований її Королевською Величністю Королевою Швеції Сільвією. Погляди, висловлені в цій публікації, належать авторам і можуть не збігатися з офіційною позицією Всесвітнього фонду дитинство.

### Посилання на проєкт #stop\_sexтинг

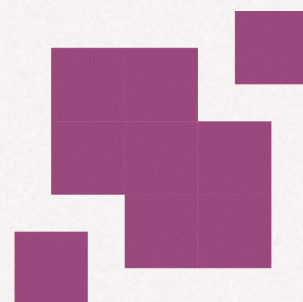
Сайт: <https://stop-sexting.in.ua/>

Instagram <https://www.instagram.com/stopsexting.ua/>

Facebook: <https://www.facebook.com/stopsextingua/>

**Для дітей та підлітків:**

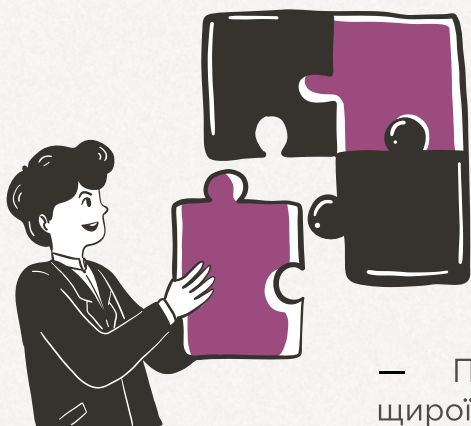
TikTok: [www.tiktok.com/@stopsexting](http://www.tiktok.com/@stopsexting)



# Як розвивати та підтримувати критичне мислення у дітей під час війни

— Критична оцінка інформації — важлива навичка сьогодення, особливо в умовах війни, коли більшість інформації про події в країні ми та наші діти отримуємо з цифрових ресурсів.

Саме тому ми зібрали правила та завдання, які педагогічні працівники можуть виконувати з дітьми під час навчання, для розвитку цього вміння.



## Як педагогічні працівники та батьки можуть говорити з дітьми про критичну оцінку інформації?

- Пам'ятайте, що розмова має бути невимушеною та з вашої щирої цікавості, а не виглядати як опитування дитини.
- Під час війни рекомендуємо починати розмову на будь-яку тему з проговорення стану дитини — запитайте, як дитина себе почуває, як її настрій? Також можете поділитися частиною із ваших емоцій, які дитині буде легко сприйняти, але які не завдадуть їй шкоди — це дозволить побудувати довіру.
- Поцікавтесь, де зараз дитина бере інформацію — за ким з лідерів думок слідкує в інтернеті, де знаходить відповіді на питання, які її цікавлять, де дізнається останні новини.
- Запитайте у дитини, чи вона знає, що не все, що знаходиться в інтернеті, є правдивою інформацією? Розмовляючи з дитиною середнього та старшого шкільного віку поцікавтесь, чи перевіряє вона достовірність інформації та яким шляхом?
- Нагадайте дітям, що вони завжди можуть звернутись по допомогу до дорослих (до батьків чи вчителів), коли їм страшно, тривожно, коли вони мають питання і не мають на них відповіді.
- Зауважте, що важливо прислухатись до порад та рекомендацій дорослих щодо матеріалів, які діти переглядають в інтернеті, оскільки зараз криється багатонебезпек, про які варто пам'ятати та бути обережними

# Інструменти розвитку критичної оцінки інформації у дітей:



**1. Заохочуйте дітей не дивитись на певну тему, ситуацію чи подію лише з однієї сторони, а спонукайте шукати інші точки зору.** Наприклад, коли даємо дітям певне завдання важливо проговорити, щоб вони шукали інформацію в декількох джерелах та перевіряли її. Коли дитина щось побачила чи прочитала в інтернеті й звертається до дорослих з запитаннями, то можемо разом з дитиною перевірити, чи інформація достовірна. І коли виконуємо звичні завдання також можемо спонукати дітей до критичної оцінки:

- «Як ми можемо зробити цю дію інакшим чином?»
- «А як різні учасники групи можуть себе відчувати зараз, про що вони думають?»
- «А чому ти обираєш це? (наприклад, чому дитина обирає саме таку гру)».

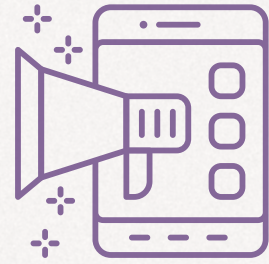
**2. Підтримуйте ідеї дітей.** Для розвитку критичних здібностей дуже важливо, щоб діти бачили, що їхні думки та роздуми важливі й цінні дорослим. Таким чином діти відчують і власну цінність.



**3. Говоріть з дітьми та спонукайте їх висловлювати власну думку.** Якщо дитина з захопленням розповідає про те, що інопланетяни існують, а ми в цей час починаємо говорити аргументи про те, що дитина не правильно мислить, то таким чином будемо гальмувати бажання дитини висловлювати свою думку. Так само гальмує цей процес і атмосфера вдома, коли батьки багато часу проводять зі смартфонами і не чують дитину. Особливо дитина буде сумніватися та тримати думки при собі, у ситуаціях, коли думка буде відрізнятись від думок інших.

Головна роль педагогічного працівника – створити такий навчальний простір, де кожна дитина могла би вільно висловлюватись. Важливо не осуджувати та не критикувати дитину за її думку чи погляд. Навпаки, поцікавтесь, чому саме так дитина міркує?

4. Обговорюйте разом з дітьми різні питання, шукайте відповіді разом, а не давайте відразу готову відповідь. Висловлення дитини власної думки стимулює мозок створювати нові когнітивні зв'язки, що своєю чергою покращує розумову продуктивність. Важливо, щоб дитина розуміла, що її чують і вона може говорити на різні теми, бо їй з вами безпечно.



## Правила критичної оцінки інформації:

**ДЛЯ ТОГО, ЩОБ РОЗВИНУТИ НАВИЧКУ КРИТИЧНОЇ ОЦІНКИ**

**ІНФОРМАЦІЇ У ДИТИНИ** варто разом з нею проговорити

основні питання, за якими можна оцінити достовірність інформації:

### 1. Чи є посилання на офіційні джерела або це думка конкретної людини?

До офіційних джерел інформації під час війни ми відносимо: Офіс Президента України, Генеральний штаб Збройних сил України, Кабінет Міністрів України, Міністерство оборони України, Міністерство внутрішніх справ, Національна поліція України, ДСНС, мСухопутні війська ЗС України, Військово-морські сили ЗСУ, Територіальна оборона ЗСУ, Центр стратегічних комунікацій та інформаційної безпеки. Зазвичай їхні сторінки у соціальних мережах мають біля назви блакитну галочку.

Разом і з тим важливо пояснити дитині, що часом навіть ці канали інформації можуть зазнавати кібератаку. В такому разі може з'являтися неправдива інформація, тому необхідно перевіряти інформацію на додаткових ресурсах. Зазвичай після таких атак на сайті або і інших джерелах з'являється інформація про це.

Думка конкретної людини часто виражається словами «На мою думку», «Мені здається», «Я впевнений/впевнена». «Я знаю, що..», «Я думаю, що..», «Всі думають..»

### АСОЦІАЦІЯ ПСИХОЛОГІВ ПОРТУГАЛІЇ ПРЕЗЕНТУВАЛА ПОСІБНИК «РОЗМОВИ ПРО ВІЙНУ» ДЛЯ БАТЬКІВ ТА ОПІКУНІВ ДІТЕЙ



Дата: 31.03.2022

Українські діти та підлітки під час війни потребують особливої уваги батьків і опікунів, щоб отримувати зрозумілу інформацію про події навколо. Асоціація психологів Португалії на допомогу дорослим підготувала посібник «Розмови про війну» українською мовою.

Психологи радять вислуховувати занепокоєння дітей щодо війни, говорити з ними та відповідати на поставлені запитання. Відкриті та щирі розмови захистять психіку дитини, а також допоможуть повернути відчуття безпеки. Крім цього, у такий спосіб батьки та викладачі зможуть захопити дітей і підлітків бути допитливими.

Із посібника «Розмови про війну» дорослі дізнаються:

➤ Приклад достовірної інформації (є перепосилання на першоджерело)

## 2. Чи є емоційне забарвлення повідомлення? Чи в ньому є лише факти?

Факти – це конкретні цифри, назва певних міст, вулиць, посилання на автора слів чи перевірене джерело. І вони вказують на те, що інформація скоріше за все правдива. Також важливо перевіряти ці факти – по пошуку схожих новин на цю тему, перегляд досліджень чи інших джерел даних, які вказані у тексті, перегляд вказаного джерела на достовірність. Що стосується досліджень, то це має бути обгрунтована робота з великою вибіркою людей, а не приватне соціологічне опитування 10 осіб.

**Розпочалась подача заявок та номінування на Всесвітню студентську премію Global Student Prize Chegg.org 2022 року, Студенти можуть самостійно заповнити анкету або можна залпропонувати кандидата.**

Заповнити заявку або номінувати студента можна за посиланням.

Дедлайн подачі заявок-17 квітня.

Chegg.org Global Student Prize-це нагорода розмір 100 000 доларів США, яка вручається студенту, що здійснює найбільший реальний вплив на навчання, життя своїх однолітків і на суспільство загалом.

Подаватись або номінувати можна студентів, яким виповнилося 16 років, які навчаються в академічному закладі чи на програмі підготовки та підвищення кваліфікації. Студенти-заочники, також студенти, які навчаються на онлайн-курсах, також мають право брати участь.



➤ *Приклад достовірної інформації (є перепосилання на першоджерело)*

## 3. Як це впливає на мене (які емоції викликає ця інформація, до яких дій спонукає)?

Негативно емоційно забарвлена інформація часто викликає занепокоєння, посилює тривогу та відчай. Доволі часто цей шлях обирають дезінформатори для того, щоб посіяти відчуття зневіри та паніки у читачів.



Сильне емоційне забарвлення інформації, яку подають ресурси, найчастіше вказує на дезінформацію. І такий метод використовується для того, щоб викликати певні переживання у людей і тим самим підсилити їх – співчуття, злість, роздратованість, смуток, паніку і страх.

Коли ми говоримо про приватні публікації на особистих сторінках, то в такій ситуації важливо уникати виствітлювання приватних даних (місця проживання чи навчання, приватний номер телефону, прізвища та ім'я інших людей), адже вони можуть бути використані зловмисниками.

Зверніть увагу дітей на те, що після перегляду такої інформації важливо звернутись до дорослого, якому дитина довіряє, щоб обговорити свої переживання та не залишитися з ними наодинці.

І пам'ятайте та наголосіть на цьому дітям, що повідомлення зі словами «Дуже терміново!», «Це правдива інформація, передайте далі», «Мені повідомили рідні/знайомі/люди..» – найчастіше є неправдивими.

#### 4. Чи ця інформація корисна для нас і чи можемо використовувати її у нашому житті?

Висвітлення подій у країні в цілому та в кожному окремому місті – те, що дозволяє розуміти повну картинку та певним чином контролювати перебіг подій, наприклад, для вибору більш безпечного місця перебування.

### Шляхи розвитку критичного мислення дітей під час проведення занять:



6 Включіть брейншторм (групове обговорення) у ваші заняття та запропонуйте дітям зібрати всі можливі думки щодо певної теми/ситуації. Наприклад, придумати фантастичні способи, як використати певний предмет чи що може бути певного кольору.

## Вправи для критичної оцінки інформації для дітей молодшого шкільного віку:

Використовуйте загальні рекомендації розвитку критичного мислення дітей під час проведення занять.

Онлайн-гра з медіаграмотності – <https://www.aup.com.ua/Game/index.htm>

## Вправи для критичної оцінки інформації для середнього та старшого шкільного віку

*(після кожної вправи рекомендуємо проводити дискусію-рефлексію з учнями для засвоєння правил критичної оцінки будь-якої інформації)*

Приєм критичного мислення «Дискусійне кафе» –

<https://naurok.com.ua/post/priyom-kritichnogo-mislennya-diskusiyne-kafe>

Приєм критичного мислення «Лицарі Круглого столу» –

<https://naurok.com.ua/post/priyom-kritichnogo-mislennya-licari-kruglogo-stolu>

Тулкіт Фейк ≠ факт (з вправами для занять) –

<https://filter.mkip.gov.ua/wp-content/uploads/2021/11/fake-or-fact-posibnyk-dlya-uchyteliv.pdf>

### Зарядка з медіаграмотності

(Вправи на 7 днів, які розповідають на конкретних прикладах, як відбуваються маніпуляції та на що звертати увагу, щоб залишатися медіа свідомим) –

<https://filter.mkip.gov.ua/wp-content/uploads/2021/08/zaryadka-z-mediagramotnosti.pdf>

Онлайн-гра щодо медіаграмотності англійською мовою –

[https://beinternetawesome.withgoogle.com/en\\_us/interland](https://beinternetawesome.withgoogle.com/en_us/interland)

## Вправи для старшого шкільного віку (14-17 років)

Онлайн-квест «Маніпулятор», де користувачі наочно можуть подивитись, як створюються деякі новини і як розрізнити фейк в інформаційному просторі –

<https://texty.org.ua/d/manipulator-game/>

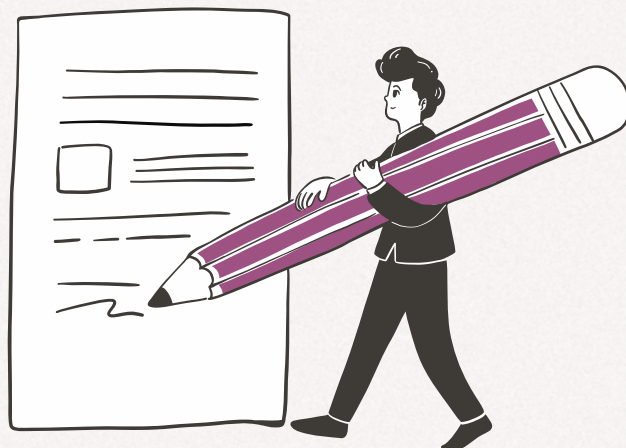


# Офлайн поведінка дітей під час війни

На жаль, війна стала для нас новою реальністю, в якій ми живемо. Саме тому важливо говорити з дітьми про нові правила поведінки офлайн, оскільки характер небезпек змінюється.

## Як вчителям говорити з дітьми про офлайн поведінку під час війни?

1. Запитайте, що діти знають про ситуацію в країні і як вони почуваються зараз. Тема війни не має бути табу-темою під час навчальних занять. Всі ми знаходимось в єдиній реальності, де багато страху, смертей, відчаю та тривоги. Важливо, щоб діти розуміли, що навколо люди відчують ті ж самі переживання, що і вони.
2. Проговорюйте про допомогу інших людей, про те, що багато людей у країні та світі об'єднали зусилля аби допомогти нам та скоріше завершити війну
3. Нагадайте дітям, що вони завжди можуть звернутись по допомогу до дорослих (до батьків чи вчителів), коли їм страшно, тривожно, коли вони мають питання і не мають на них відповіді
4. Зауважте, що важливо прислухатись до порад та рекомендацій дорослих щодо поведінки офлайн, оскільки зараз криється багато небезпек, про які варто пам'ятати та бути обережними.
5. Запитайте, чи мають вони план дій на випадок повітряної тривоги та чи є в них особливі приготування на такий випадок (наприклад, хтось зібрав тривожний рюкзак, хтось приготував теплий одяг на випадок переміщення в укриття).



## Що має бути у дитячому тривожному рюкзаку?



Поговоріть з дітьми, що тривожний рюкзак – це про найнеобхідніші речі і що саме має бути у тривожному рюкзаку на випадок небезпеки:

- карточка з адресою проживання дитини, групою крові дитини;
- лікарські препарати (це мають зібрати та навчити користуватися батьки), лейкопластир, антисептик;
- картка з інформацією про батьків та родичів: прізвище та ім'я, номер телефону, адреса проживання;

- дві пляшки води;
- цукерки та сухофрукти;
- серветки вологі та сухі;
- рушничок;
- зубна паста та щітка, мило;
- ліхтарик;
- фото з батьками;
- пара улюблених іграшок;
- комплект змінного одягу
- трохи грошей.

## Що важливо проговорити з дітьми щодо офлайн поведінки під час війни?

### Правила поведінки під час повітряної тривоги

Рекомендуємо проговорити зі старшими дітьми завантаження програми-оповіщення «Повітряна тривога», оскільки не завжди можна почути сигнал з вулиці.

#### У будівлі:

- взяти тривожний рюкзак;
- зайти в укриття (це може бути підвальне приміщення чи паркінг для машин);
- якщо немає спеціального укриття, то спуститись на нижчі поверхи будівлі та обрати місце подалі від вікон;



**ЗНАЙТИ УКРИТТЯ**

#### У квартирі:

- якщо немає змоги спуститись в укриття, то важливо знайти місце подалі від вікон за несучою стіною (доволі часто це біля вхідних дверей);
- в жодному випадку не підходити до вікон;
- сісти на підлогу;
- накритись ковдрою чи іншими речами з головою;



**НЕ ПІДХОДИТИ ДО  
ВІКОН**

## У потязі:

- пригнутись нижче рівня вікон та закрити голову руками;

## На вулиці:

- зайти в найближче укриття (доволі часто в містах є позначки "укриття" або позначку маршруту до нього)

## Якщо немає змоги знайти найближче укриття, то важливо:

- триматись на відстані від магазинів з вітринами;
- лягти на землю біля високого бордюру, бетонних блоків;
- закрити голову руками.

## На вулиці



ПІД БОРДЮРОМ



БЕТОННА СТІНА



АВТО



КІОСК

Якщо почули десь вибухи, то залишайтеся в безпечному місці. Також виходити з укриття можна не раніше ніж за 10 хвилин після відбою повітряної тривоги.

**ЧЕКАТИ  
10 ХВ**

## Правила поведінки під час артобстрілів:

- коли знаходитесь вдома та чуєте вибухи чи стрільбу, то важливо не бігти до вікна, щоб подивитись, що там відбувається, а ховатись в укритті.
- якщо ви почули вибухи, коли були на вулиці, то негайно лягайте на землю, туди, де бачити виступ (наприклад, бетонні конструкції) чи яму, канаву.
- небезпечно ховатись у під'їздах, арках, біля припаркованих машин.
- закривайте долонями вуха та відкривайте рот.



ЯМА ЧИ КАНАВА



БЕТОННА СТІНА



ЗАКРИВАЙТЕ ДОЛОНЬМИ ВУХА ТА  
ВІДКРИВАЙТЕ РОТ

## Правила поведінки під час евакуації зі зруйнованого будинку

- оцініть, в якому стані ваше помешкання, щоб ретельно продумати план евакуації;
- скористайтесь сходами для евакуації зі зруйнованого будинку;
- тримайтеся стіни, коли йдете по сходах, якщо вона без тріщин та пошкоджень;
- якщо є дим, то прикрийте рот та ніс вологою тканиною, якщо є така можливість.

## Правила поведінки дитини у громадському місці

**1** Попросіть батьків написати на окремому папірці номер телефону когось з батьків чи рідних, хто є на зв'язку, своє (дитини) прізвище та ім'я. Сховайте його у верхній одяг на випадок екстреної ситуації.

**2** Якщо маєте власний мобільний телефон, то перевіряйте, чи він заряджений, коли виходите з дому, та чи є достатня кількість грошей для дзвінків.

**3** Поставте номер когось з батьків на швидкий набір чи екстрений дзвінок у смартфоні.

**4** На вулицях міст, де відбуваються обстріли, зараз можуть знаходитися уламки від ракет чи іншої зброї – не чіпайте їх та обходьте стороною. Також не заходьте в закинуті будівлі чи покинуті будинки, оскільки вони можуть бути заміновані.

**5** Не піднімайте на вулиці, у під'їзді, в магазині – будь-якому місці за межами дому будь-що з землі: цукерки, маленькі іграшки, різнокольорові предмети, мобільні телефони, адже в них може ховатись вибухівка.

**6** Не беріть з рук незнайомих людей будь-які предмети, бо це може бути загрозою для здоров'я та життя.

**7** Якщо на вулиці вас кличе незнайома людина, то повідомте про це батьків чи дорослих, з ким ви знаходитесь.

**8** Якщо ви загубились на певній місцевості чи у натовпі, то важливо стати на безпечну височину та кликати батьків чи дорослих, з ким ви були, на ім'я та прізвище. Звичайно, якщо є власний мобільний телефон, то важливо зателефонувати комусь з батьків, з ким ви були на місці. Якщо немає зв'язку з дорослими, то набрати 102 та пояснити, що трапилось.

**9** Якщо незнайома людина взяла вас за руку і намагається кудись відвести, то важливо привернути увагу до себе інших людей, наприклад, голосним криком, що ви не знаєте цю людину.



# Що варто додати у навчальний процес для обговорення з дітьми поведінки під час війни?

## для дітей молодшого шкільного віку:

Проведіть руханку з правилами офлайн поведінки – зачитайте дітям запитання, якщо їхня відповідь «Ні», то мають піднятися зі свого робочого місця, якщо відповідь «Так» – мають завмерти;



- Якщо на вулиці на землі лежить гарна іграшка, чи можна її підняти? (Ні)
- Якщо на вулиці незнайома людина покликala вас, чи потрібно йти до такої людини? (Ні)
- Якщо щось вас щось налякало, чи потрібно про це сказати батькам? (Так)
- Якщо почули повітряну тривогу, то потрібно ховатись в укритті разом з батьками? (Так)
- Якщо незнайома людина дає вам на вулиці цукерку чи іграшку, можна її взяти? (Ні)
- Якщо щось почули за вікном, то потрібно побігти і подивитись, що там? (Ні)

*По завершенню вправи нагадайте дітям про важливість слухати батьків та робити так, як вони кажуть, а також розповідати дорослим про те, що лякає в інтернеті чи в житті.*

## для дітей середнього та старшого шкільного віку:

Використовуйте груповий формат роботи:

- або поділіть клас на декілька менших груп, щоб кожна окрема група мала змогу працювати самостійно (в класі чи в дистанційному форматі, якщо дозволяють налаштування програми):
- або дайте можливість класу працювати разом у більшій групі без вашого включення у проце

В кожній групі мають бути однакові правила:

- розподілення ролей – хтось з групи занотує ідеї та потім презентує їх;
- кожен член групи висловлює свою думку щодо питання;
- думки інших не критикуються і не заперечуються членами групи



## Питання для обговорення:



- Якщо незнайома людина підходить на вулиці і просить допомоги, які ваші дії?  
(Незважаючи на вік важливо нагадати дітям та підліткам, що дорослі мають звертатись по допомогу до дорослих. Тому дитина має право не відповідати дорослим на їхні прохання. Це саме стосується і пропозицій підліткам заробити гроші. Зауважимо, що якби не виглядали і що б не говорили незнайомці, вони завжди залишаються людьми, яких ми не знаємо і не знаємо справжні їхні мотиви.)



- Якщо в магазині на підлозі ви помітили мобільний телефон, що будете робити?  
(Важливо, щоб діти пам'ятали, що в звичних, на перший погляд, речах зловмисники можуть ховати вибухівку чи заборонені речовини)



- Ви гуляли з друзями та почули повітряну тривогу, які ваші дії?  
(В такому разі важливо дитині проговорити з батьками покроковість дій вразі такої ситуації, а також домовитись з друзями про план дій під час прогулянки. Наприклад, що дитина проводить час недалеко від дому і в разі повітряної тривоги біжить до укриття. Якщо є потреба бути далеко від дому, то перед тим важливо переглянути карту укриттів, які знаходяться на шляху дитини і під час прогулянки звертати увагу на позначки укриттів.)



- Якщо ви поїхали з батьками у нове для вас місто, відстали від них і загубились, що будете робити в такій ситуації?



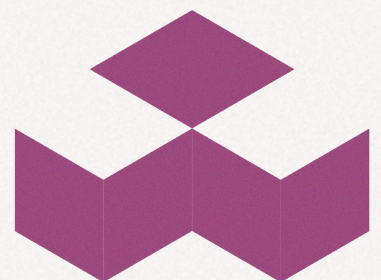
- Що важливо мати з собою, коли йдете на вулицю?  
(Документи (якщо дитина досягла відповідного віку і має паспорт), записку з номерами телефонів близьких людей, заряджений мобільний телефон (якщо дитина ним вже користується), тривожний рюкзак з необхідними речами)



- Ви знаходитесь вдома і неочікувано почули вибухи за вікном, що будете робити в такій ситуації?  
(Важливо, щоб діти не бігли дивитись, що відбувається за вікном, а залишались у безпечному місці. Не можна знімати місця обстрілів та публікувати такі матеріали в мережі. Небезпечно ховатись у під'їздах, арках, біля припаркованих машин. Потрібно закрити долонями вуха та відкрити рот, якщо поруч.)

*Під час презентації відповідей наголосіть дітям на правила офлайн поведінки (які подані вище) та разом обговоріть те, як вони можуть захистити себе у час війни.*

У розробці використані матеріали Взаємодії, МОН, UNICEF



# Поведінка онлайн дітей під час війни

## Як педагогічним працівникам говорити з дітьми про онлайн-безпеку?



ПАМ'ЯТАЙТЕ, ЩО РОЗМОВА МАЄ БУТИ НЕВИМУШЕНОЮ ТА З ВАШОЇ ЩИРОЇ ЦІКАВОСТІ А НЕ ВИГЛЯДАТИ ЯК ОПИТУВАННЯ ДИТИНИ. ТАКОЖ ПІД ЧАС ВІЙНИ РЕКОМЕНДУЄМО ПОЧИНАТИ РОЗМОВУ НА БУДЬ-ЯКУ ТЕМУ З ПРОГОВОРЕННЯ СТАНУ ДИТИНИ – ЗАПИТАЙТЕ, ЯК ДИТИНА СЕБЕ ПОЧУВАЄ, ЯК ЇЇНАСТРІЙ? ТАКОЖ МОЖЕТЕ ПОДІЛИТИСЯ ВАШИМИ ЕМОЦІЯМИ, ЯКІ ДИТИНИ БУДЕ КОМФОРТНО СПРИЙНЯТИ І ЇЇ НЕ НАНЕСЕ ШКОДИ - ЦЕ ДОЗВОЛИТЬ ПОБУДУВАТИ ДОВІРУ.

*Коли б і де б не відбувалася ваша бесіда з дітьми щодо онлайн безпеки, не забувайте про повідомлення, які допоможуть підтримати дитину:*

### 1. «Ти завжди можеш прийти до мене зі своєю проблемою, або питанням»



Найважливіша річ – надати дитині розуміння, що її підтримають і будуть на її боці у будь-якій ситуації. І насправді завжди так себе поводити, приділяти всю свою увагу дитині якщо вона прийшла із проблемою або запитанням.

### 2. «Будь уважним/уважною, коли хтось питає в тебе твою приватну інформацію. Перед поширенням таких даних запитай дозволу у батьків»

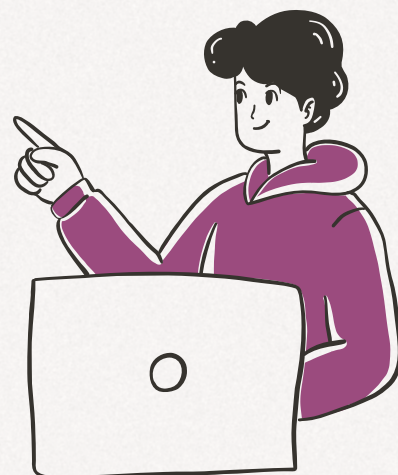


Це включає повне ім'я, місцезнаходження, контактні данні, а саме номер телефону, адресу проживання та навчання, інформацію про батьків.

### 3. «Подумай, оціни ризики та тільки потім (не)поширюй»



Перед поширенням інформації варто оцінити ризики та подумати над тим, чи вона не нашкодить нікому з рідних, нікого не ображає і чи готові були б діти побачити ці матеріали, наприклад, на білборді біля свого навчального закладу.



# Онлайн-світ учнів під час війни: про що варто поговорити?

В сучасному світі, коли вся інформація знаходиться в цифровому просторі, дуже важливо формувати поведінку дитини в мережі – особливо під час військових дій. Часом за відміткою геолокації, фотографією чи одним повідомленням може ховатись справжня небезпека, тож, **важливо проговорити з дітьми такі правила:**



## Якщо хтось з користувачів в мережі питає приватну інформацію

(номер телефону особистий чи батьків, де батьки працюють, де родина зараз знаходиться, яка ситуація в місті, де розміщується військова техніка) – не ділитись цим з іншими. Навіть, якщо це онлайн-друг, якого знаєте в житті. Адже зараз дуже часто взламують особисті профілі для отримання інформації.

## Не знімати та не публікувати місця вибухів та потрапляння снарядів

Оскільки окупанти можуть використовувати фото та відео дані, які потрапили до мережі, для коригування подальшого нанесення вогню по місту.

## Зробити профілі у соціальних мережах закритими

Щоб писати, переглядати вміст сторінки могли лише ті, кого ви додасте в "друзі". А в "друзі" додаємо лише тих, кого знаємо особисто.



## Не знімати та не публікувати розміщення та пересування військової техніки та військових у місті, де ви знаходитесь

Оскільки окупанти можуть переглядати відкриті профілі українців для визначення місця розташування військових для подальшого нападу.

## Не переходити за невідомими посиланнями

Які були надіслані у приватні повідомлення в будь-якій соціальній мережі чи месенджері. Не відкривати листи від незнайомих людей.

## Якщо вас автоматично додали до невідомих груп, то важливо відписатись від них та заблокувати.

Якщо хтось пише з проханням допомоги або виконати спеціальне завдання, то важливо повідомити про це дорослим.



# Рекомендації щодо правил безпеки дітей у цифровому середовищі

Нижче надаємо правила з онлайн-безпеки по різних темах, які важливо проговорити з дітьми, адже доволі часто для них онлайн та офлайн світ є схожими і вони не помічають небезпек в інтернеті. З віною кількість ризиків в мережі збільшується, тож, наша задача по можливості попередити зустріч дітей зі злочинцями в інтернеті.

## Як учням захистити себе під час онлайн-навчання?

Проговоріть з дітьми основні правила безпеки під час дистанційного навчання:



- Коли створюєш новий обліковий запис, то використовуй надійний пароль, який містить і маленькі, і великі літери, а ще цифри та інші символи (підкреслення, знак відсотка, крапка тощо). Чим більше знаків, тим краще. Найбезпечніше, коли різні акаунти мають різні паролі.



- Намагайся не поширювати особисті дані (повне ім'я, номер мобільного телефону, адресу, паролі від своїх профілів) та не використовуй позначку геолокації в інтернеті.



- Встанови антивірусну програму на свій пристрій й для блокування реклами та спливаючих вікон, які відволікають та можуть містити у собі вірус.



- Не переходь за посиланнями, що надіслані з невідомих джерел у приватне повідомлення, в месенджер або на пошту.



- Не спілкуйся в інтернеті з тими, кого не знаєш в реальному житті. Особливо, якщо користувач наполегливо проситься в "друзі".



- Звертайся до батьків чи вчителів, якщо хтось поводить себе агресивно чи неприйнятно.



- Використовуй правило Білборду – уяви те, що ти хочеш опублікувати чи надіслати, на білборді поруч із твоєю школою. Якщо це викликає негативні емоції, то значить цей матеріал не підходить для надсилання чи публікації



- Пам'ятай, що після поширення фото чи відео матеріалів втрачається контроль над ними.



- В мережі необхідно комунікувати так само як ти робиш це в житті. Важливо поважати один одного та не приносити шкоду іншій людині.

## Як перевірити людина бот чи ні?

Помічаємо як у кризові часи в інтернеті з'являється все більше профілів – ботів. Як ми можемо перевірити це?



### Яке ім'я має профіль?

Несправжні профілі найчастіше використовують абстрактні назви, однотипні імена типу Іван Іванович, або емоджі.

### Чи є фото?

Доволі часто у фейкових профілях відсутні фото.

### Що на сторінці?

Фейкові профілі в фейсбуці, наприклад, переповіряють інформацію лише однієї тематики та залишають багато коментарів на різних дописах.

### Як людина пише?

Перед тим як відповідати людині уважно подивіться, як людина пише. Чи ви помічали вже схожі повідомлення та коментарі? Чи надсилає людина посилання на інші ресурси? Боти можуть використовувати однакові повідомлення для того, щоб дізнатись подрібну інформацію.

*Коли з кимось спілкуємось в інтернеті важливо пам'ятати, що будь-яка інформація, яку ми пишемо чи надсилаємо в мережі назавжди там залишається. Тому важливо ставити собі питання – чи може якимось чином це повідомлення чи пост нашкодити мені чи будь-якій іншій людині?*

## Як безпечно публікувати фото в інтернеті?

### Перед тим, як опублікувати фото, задати собі питання:

—

чи є щось на світлинці, що може слугувати ідентифікатором для злочинців? Наприклад, видима домашня адреса чи адреса школи, впізнавана вулиця в місті, твої сертифікати чи дипломи на стіні, родинні фото.

### Не забувати, що як тільки фото опубліковано, то ми втрачаємо контроль за цим матеріалом

—

будь-хто може зробити копію фото чи скріншот та використати його у своїх цілях. Тому, радимо обмежити доступ до дописів на сторінці, щоб ці світлинки могли побачити лише ті, хто знаходяться у списку друзів.

Якщо дуже хочеться комусь розповісти про пересування техніки в місті, то краще скинь ці фото в чат бот в телеграмі [@stop\\_russian\\_war\\_bot](https://t.me/stop_russian_war_bot)

При поширенні фото краще не використовувати позначку фактичного місце розташування —

це також може бути використано третіми особами, наприклад, для отримання необхідної інформації, переслідування чи шантажу.

## Онлайн-гра та твоя цифрова безпека – як це поєднати?

- Не розповсюджуй особисту інформацію.
- Пам'ятай, що не всі онлайн друзі є тими, ким вони представляються. Спілкуйся з дорослим, якому довіряєш, особливо у випадках, коли потрібна порада чи підтримка
- Без погодження з дорослими не купуй нічого в грі та не відправляй гроші незнайомцям
- Блокуй тих, хто шантажує чи цькує тебе під час гри.
- Якщо відчуваєш втому чи роздратування, то пора зробити перерву. Втома може негативно вплинути на твою поведінку та комунікацію з іншими учасниками під час гри.
- Обирай баланс між онлайн та офлайн активностями та не забувай про короткі перерви – це формує модель здорової ігрової діяльності.



## Анонімні чати – як себе захистити в них?

1. Пам'ятай, що все, що було написано в чаті, там і залишається. Ти не можеш скасувати якісь повідомлення чи безслідно їх видалити, скільки інший користувач може в будь-який момент зробити скрін листування та використовувати його у своїх цілях.
2. Не пиши, не відправляй, не говори того, що не хотілось би, щоб дізнались інші – родичі, друзі, однокласники, знайомі.
3. Не розповсюджуй інформацію про своє місце розташування (точна адреса проживання, навчання чи відпочинку), а також інформацію про те, яка ситуація в місті, де розміщені бази військових.
4. Використовуй нік, який ніяким чином не

**Спілкування у чатах – це можливість познайомитись та поговорити з людьми з різних куточків країни, але разом з цим і велика небезпека, оскільки ми ніколи не знаємо, хто насправді перебуває з іншої сторони екрану.**

- пов'язаний з твоїм реальним ім'ям та прізвищем, а також не містить сексуалізованого підтексту.
5. Якщо хтось пише чи показує щось непристойне, то не відповідай на такі повідомлення та блокуй користувача, бажано поскаржитися в службу підтримки.
6. Якщо розмова переходить на обговорення теми сексу, не підтримуй її. Це часто призводить до непередбачених наслідків, з якими тобі навряд чи хотілось би зіштовхнутись.
7. Якщо щось налякало чи викликало відчуття дискомфорту під час листування з іншим користувачем, то повідом про це батьків чи дорослих, яким ти довіряєш.

## За якими критеріями можна визначити онлайн-злочинця?

---

Онлайн-спілкування – те, до чого ми звикли, те, що об'єднує людей зі схожими інтересами з різних міст та країн. Але коли ми спілкуємось з незнайомцями – завжди є ризик, що людина виявиться не тою, ким себе представляє. За якими критеріями можна визначити онлайн-злочинця?

### Ти довіряєш людині, з якою спілкуєшся

1

Спілкування здається звичним, а його відношення до тебе – дружнім.

---

### Ваше спілкування відбувається в приватному чаті

2

Ця людина не залишає коментарі під фото у відкритому доступі, ніде не позначає тебе.

---

### Отримуєш багато запитань

3

Зазвичай вони стосуються твоєї приватної інформації та твого життя – де вчишся, де живеш, з ким проводиш час, які додаткові заняття відвідуєш, що любиш.

---

### Чуєш/читаєш від людини ту інформацію про себе, яку не розповідав/розповідала йому

4

### Ваше спілкування безперервне

5

Здається, ніби ваше спілкування ніколи не завершується, адже кожного разу людини є нові запитання та нові доповнення. Чим більше злочинець знає про тебе, чим довше ви спілкуєтесь, тим легше йому нашкодити тобі.

---

### Людина, з якою спілкуєшся, постійно погоджується з тобою

6

Що б ти не сказав/сказала, людина до всього відноситься так само.

---

### Завжди знає, що і коли ти робиш онлайн

7

Людина постійно контролює те, що ти робиш в мережі – коли постиш нові фото чи відео, хто коментує твої дописи.

---

### Знаходить інформацію про твоїх близьких друзів та батьків

8

Злочинець знаходить профілі близьких тобі людей та таким чином отримує додаткову інформацію про них.

---

### Дарує відчуття особливості

9

Людина, з якою спілкуєшся, говорить тобі постійно компліменти, зауважує, що ти надзвичайно важливий/важлива для нього, дарує подарунки на онлайн платформах чи офлайн.

---

Також задає питання «Що тебе хвилює?», просить розповісти про те, як пройшов день, що засмутило. Таким чином вибудовуючи довіру

---

**Намагається зменшити твоє оточення**

10

Людина впевнено говорить/пише про те, що твої друзі та родина не цінують тебе і не розуміють так, як «онлайн-друг».

---

**Часом розповідають історії, які не відповідають тому, що вже було сказано**

11

Наприклад, людина раніше говорила одні факти про своє життя, а потім розповідає інакше. Коли з'являється у тебе відчуття «невідповідності» каже, що варто йому довіритись.

---

**Просить твої фото чи зв'язатись по відео дзвінку**

12

---

**Часом використовує коментарі, які викликають у тебе відчуття дискомфорту**

13

Часто такі коментарі та повідомлення містять сексуалізований підтекст, оскільки злочинцям куди приємніше говорити про те, що їм подобається.

---

**Просить тебе брехати**

14

Людина просить тримати у секреті ваше спілкування.

---

**Пропонує зустрітись наживо**

15

---

**Далі може погрожувати тобі –**

16

Розповісти всім про теми, які ви обговорювали, відправити ваше листування твоїм батькам, надіслати твої фото іншим.

---

**Наполягає на тому, що все, що ви робите, про що спілкуєтесь – нормально і так всі роблять**

17

---



# Вправи для дітей дошкільного віку та молодшого шкільного віку

Онлайн-безпека – те, про що важливо говорити з дитиною, як тільки вона отримує смартфон чи інший гаджет в руки. Оскільки зловмисники створюють все нові канали для того, щоб отримати доступ до дітей в інтернеті. Саме тому пропонуємо батькам та педагогам говорити з дітьми про інтернет безпеку вже з 4-5 років.

Для цього рекомендуємо вам серію вправ:

- Прослухайте разом з дитиною аудіо казку «Хаппі та її суперсила» за посиланням <https://www.youtube.com/watch?v=EcTgzoagQg4>
- Після цього виконайте одну з вправ, яку описуємо нижче. Для кращого запам'ятовування основних правил поведінки в інтернеті пропонуємо виконувати вправи через певний проміжок часу, якщо заняття проводять батьки. Педагоги можуть використовувати вправи для проведення уроку з дітьми молодшого шкільного віку.

## Обговорення змісту казки

Як ви думаєте, чому черепашка Хаппі завжди, як виходила з дому, була у панцирі? +

Відповідь: Бо панцир – її захист.

Важливо озвучити, що наша черепашка казкова, тому вона знімала панцир перед сном.

Як ви думаєте, чому тритон просив черепашку тримати їхнє спілкування у таємниці? +

Відповідь: бо він був насправді злочинцем.

Наголосіть дітям, якщо ми приготували мамі подарунок, то можемо про це не розповісти їй. Але якщо щось нас засмутило чи налякало, то обов'язково цим потрібно поділитись з дорослим!

Як ви думаєте, чи можуть справжні друзі просити зробити щось таке, що вам неприємно? +

Відповідь: ні.

Нагадайте дітям, що у будь-якій неприємній ситуації важливо звернутись до дорослого – батьків чи вихователя.

На вашу думку, яка ж суперсила була у Хаппі? +

Відповідь: уміти казати «Ні».

Зверніть увагу дітей, що ніхто інший, окрім батьків, не повинен бачити тіло дитини, закрите білизною (майкою чи трусиками) та не має права торкатися до цих частин тіла.

## Гра щодо основних правил безпеки в інтернеті

### Якщо дитина раніше знала те, що Ви їй зачитаете

- о то має зробити рух «будиночок» (зобразивши кут трикутника руками над головою, адже у кожної черепашки є панцир, який є її будиночком),

### Якщо ж раніше не чула про це

- о то робить рух Тритона (простягає руки вперед так, ніби збирається когось вхопити).

### Після кожного речення Ви зачитуєте пояснення і далі наступне твердження.

**Не ділитись в Інтернеті інформацією про себе (номер телефону, місце проживання та навчання, інформацію про батьків).**



Ця інформація стосується лише самої людини. Якщо малознайома людина знає вашу приватну інформацію, то вона може використати це для скоєння злочину.

**Не погоджуватись, якщо друзі вимагають робити те, що вам неприємно**



Ви маєте право не робити те, що вам неприємно, що вас лякає. Особливо, якщо друзі чи знайомі вимагають це зробити без вашого на це бажання.

**Не спілкуватись з незнайомцями у мережі**



Як ми не спілкуємось з незнайомцями на вулиці, так само не варто спілкуватись з незнайомими людьми в Інтернеті. Адже ми ніколи не знаємо, хто знаходиться по той бік екрану.

**Не відправляти свої фото, якщо просять про це в Інтернеті.**



Пам'ятайте, що все, що публікується в Інтернеті (чи в особистих повідомленнях, чи в окремих постах, чи в сторіс, чи на форумах) назавжди залишається там.

**Перед завантаженням нового додатку запитати дозволу у батьків.**



Всі додатки мають віковий рейтинг, як показник того, чи матеріали не нашкодять вам. Тому перед завантаженням нових додатків батьки мають переглянути про що ця програма чи гра.

**Якщо трапилось в Інтернеті те, що засмутило вас чи налякало, варто про це сказати батькам**



У будь-яких незрозумілих ситуаціях варто звернутися до батьків за допомогою. Вони допоможуть знайти належне рішення ситуації.

## Онлайн-пазл по мотивах казки

Запропонуйте дитині скласти онлайн-пазл з Хаппі та згадати правила онлайн-безпеки.

Посилання <https://www.jigsawplanet.com/?rc=play&pid=14db080f25f0>

По завершенню нагадайте дитині, що не варто довіряти всьому, що є в інтернеті, а також варто звертатись до батьків, старших сестер чи братів, вчителів, поліції (шкільний офіцер поліції чи поліцейські, які проводять заняття у школі), якщо трапилось в інтернеті те, що їх засмутило чи образило.

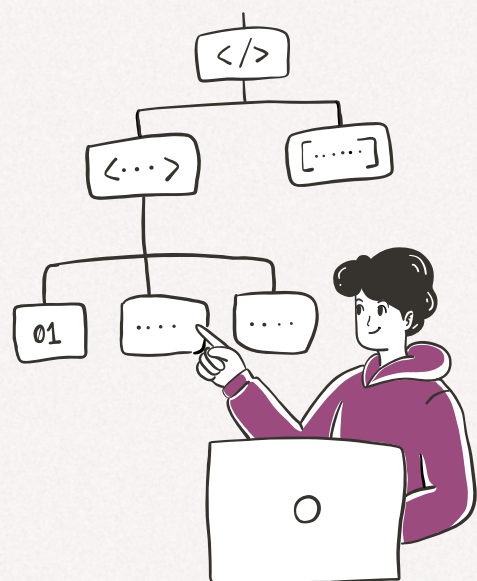
## Онлайн-інтерактив

Він складається з 3 запитань, які знаходяться у нижній частині ігрового поля. Якщо дитина підтримує те, що написано, вона має відповісти «Так» і знайти шлях до черепашки. Дитина обирає відповідь «Ні» та шлях до мушки, якщо думає інакше, ніж написано у вправі.

Посилання на онлайн-інтерактив: <https://wordwall.net/uk/resource/9324268/ss>

По завершенню проходження онлайн-інтерактиву проговоріть з дитиною основні правила онлайн-безпеки:

- Не розповсюджувати особисті дані (номер телефону, адресу проживання, а також інформацію про батьків).
- Не погоджуватись, якщо друзі, навіть добре знайомі в реальному житті, вимагають робити те, що вам неприємно.
- Не спілкуватись з незнайомцями у мережі.
- Не відправляти свої фото, якщо просять про це в Інтернеті.
- Якщо трапилось в інтернеті те, що засмутило чи налякало, варто про це сказати батькам.





# Вправи для дітей середнього та старшого шкільного віку:

## Онлайн-пазл по мотивах казки

Матеріали: білий папір, ручка чи олівець.

Хід вправи:

Запропонуйте кожній дитині в класі подумати про одного свого інтернет-друга, з яким він чи вона спілкується онлайн в соціальних мережах або в ігровому чаті і на аркуші паперу написати декілька фактів про нього та про їхнє спілкування.

Дайте деякий час на виконання цього завдання. Після завершення виконання цього етапу вправи запропонуйте по черзі (один учень завершує свою розповідь і передає слово наступному учню) розповісти про свого друга та додатково дати відповідь на такі запитання:

- Скільки років твоєму другу?
- Як він виглядає?
- Якого кольору у нього очі?
- Який у нього зріст?
- Як він\вона сміється?
- Де він проживає?
- Як добре навчається в школі?
- Як одягається?
- Як до нього ставляться твої батьки?



Переважно, діти не знають відповідь на ці питання, тому варто наголосити на тому, що якщо ми не знаємо про цих людей те, що могли б знати про реальних друзів, то це означає, що вони все ще залишаються для нас незнайомцями, і те, що незнайомець онлайн розповідає про себе, може бути брехнею, яку ми не можемо перевірити, а фото та відео, які вони скидають, можуть бути несправжніми.

## Бесіда «Безпека онлайн»

Хід вправи:

Цю вправу можна проводити або поділивши клас на декілька груп, якщо є така технічна можливість, або весь клас є великою групою, де кожен висловлює власну думку і разом вони обговорюють відповіді на питання звертаючи увагу на те, що є схожим між ними і в чому є відмінність:

- Чим важливо для тебе інтернет-спілкування?
- Що дозволяє відчувати себе в безпеці, перебуваючи в мережі?
- Як можна зрозуміти, що скоріше за все спілкуєшся з шахраєм, який, наприклад, хоче від тебе отримати фото певних локацій в місті?
- Як можна обезпечити себе від спілкування зі злочинцями?

- Що можна зробити, якщо хтось потрапив(ла) в ситуацію погроз в інтернеті щодо вимагання певних фото (наприклад, фото певної локації в місті)?

## Вправа «Плюси та мінуси інтернету під час війни»

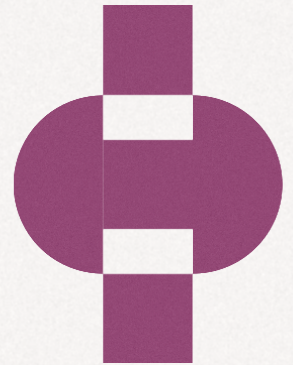
Матеріали: білий папір, ручка чи олівець.

Хід вправи:

Проговоріть учням порядок дій:

- Поділіть аркуш паперу на два стовпчики – плюси та мінуси.
- Занотуйте «плюси» використання інтернету під час війни з одного боку, а з іншого – «мінуси».
- Перегляньте, що у вас вийшло. Чого більше? Який досвід зустрічається частіше у вас, ваших друзів та знайомих?
- Подумайте над таким завданням – як можна захистити себе від неналежного контенту в інтернеті (наприклад, кадри насильства чи пошкоджених міст)? Відповідь запишіть

По завершенню вправи обговоріть з учнями їхні варіанти створення безпечного онлайн-простору під час війни.



## Вправа «Шкідливий контент»

Хід вправи:

1. Запропонуйте учням подумати, що в інтернеті може нашкодити користувачам – які матеріали, які дії?
2. Учень після того, як Ви назвали ім'я, ділиться своїми думками (називає один вид контенту чи дії), аргументуючи свій вибір і які почуття / переживання у нього викликає такий контент.
3. Другий учень, якого Ви назвали, висловлює свою думку з приводу того, як можна себе захистити від таких шкідливих матеріалів або дій в мережі, які можуть нашкодити.
4. Далі слово передається наступному учневі, який ділиться своїми думками щодо того, що може бути неналежним/шкідливим контентом.
5. Наприкінці вправи обговоріть, що нового учні дізнались з контенту чи правил захисту, на що важливо звернути увагу, щоб захистити свій цифровий простір від неналежного контенту

