

# BẢO VỆ CON BẠN TRÊN MẠNG

**Công nghệ và Internet kết nối mọi người ở khắp mọi nơi, đồng thời mang đến cơ hội tìm hiểu, khám phá và giao lưu cho trẻ em. Nhưng Internet cũng ẩn chứa nhiều mối nguy hiểm.**

Khi các trường chuyển sang hình thức học qua các nền tảng kỹ thuật số, con bạn cũng có thể dành nhiều thời gian hoạt động trên mạng hơn. Cho dù là chơi điện tử, tham gia lớp học hay giao lưu với bạn bè, các em cũng sẽ sử dụng máy tính nhiều hơn bình

thường. Vậy bạn có thể đảm bảo an toàn cho các con khi ở trên mạng như thế nào? Hãy trò chuyện với con, chỉ dẫn cho con và áp dụng các biện pháp bảo vệ phù hợp, để giúp con sử dụng các nền tảng kỹ thuật số một cách an toàn.

Giống như việc bạn dặn dò con chú ý an toàn khi con tới nhà một người bạn, điều quan trọng là cần phải đặt ra một số quy tắc cơ bản, giữ thái độ chủ động và giữ liên lạc với những người có liên quan.

## **Đặt ra quy tắc cơ bản**

- Có lẽ bạn đã đặt ra quy tắc về việc sử dụng thiết bị và Internet. Thảo luận về tác động của những tình huống mới này đối với những quy tắc hiện tại mà bạn đặt ra và vạch sẵn những hướng dẫn rõ ràng về các trang web, ứng dụng và nội dung tải xuống mà các con có thể truy cập.
- Nếu con bạn đang học trực tuyến, hãy nhớ trao đổi với giáo viên của các con và nhà trường để biết thông số kỹ thuật của phần mềm và nền tảng mà các con sẽ sử dụng, đồng thời tự tìm hiểu về các phần mềm cũng như nền tảng đó.
- Cho con thực hiện đúng theo thời gian biểu dành cho việc học tập và hoạt động trực tuyến để bạn có thể biết rõ con đang làm gì và vào lúc nào. Đảm bảo có tính cả thời gian không sử dụng thiết bị trong thời gian biểu.
- Thảo luận với con để nhấn mạnh việc không bao giờ được để lộ các thông tin nhận dạng như tên, địa chỉ, khu dân cư và số điện thoại ở trên mạng.
- Hiểu rõ rằng bạn có thể cần phải điều chỉnh thiết bị và giới hạn thời gian sử dụng Internet để tạo dựng môi trường mới.
- Đặt ra các quy tắc về vị trí cất thiết bị và nơi có thể sử dụng thiết bị – ở những khu vực chung trong nhà để bạn có thể dễ dàng theo dõi hoạt động của con. Đặt ra quy định phải tắt các thiết bị khi đến giờ đi ngủ và không được để thiết bị ở trong phòng ngủ.

*Cần nhắc về một số quy tắc cơ bản phù hợp với gia đình hoặc hoàn cảnh của bạn. Để con cùng tham gia thảo luận.*

## Chủ động

- Nếu có thể, hãy nói chuyện với con bạn trước, trong và sau khi trẻ sử dụng Internet, giống như khi con đi học hoặc đến nhà bạn chơi. Nắm được thông tin về người mà con sẽ tương tác cùng trên mạng, con sẽ truy cập vào những trang nào và con sẽ làm gì.
- Nói chuyện với con về những ứng dụng và dịch vụ mà con sử dụng, cũng như cách con dùng những ứng dụng và dịch vụ đó để giao tiếp. Chú ý đến các trò chơi và hệ thống trò chơi thường có chức năng giao tiếp trực tuyến. Trò chuyện có thể là một hoạt động thú vị bên cạnh niềm vui và việc học tập trên các nền tảng kỹ thuật số, nhưng cần có sự giám sát và tham gia của cha mẹ.
- Việc dụ dỗ qua mạng có thể xảy ra ở bất cứ nền tảng nào, vì vậy, hãy đặt câu hỏi, nghiên cứu và tham gia vào các trò chơi cũng như ứng dụng trực tuyến mà con bạn sử dụng. Yêu cầu con chỉ cho bạn cách sử dụng những trò chơi và ứng dụng đó và cùng nghiên cứu. Ví dụ: tạo Câu chuyện trên Instagram cùng con – bằng cách này, bạn sẽ biết được cách ứng dụng hoạt động và có thể theo dõi xem con đang làm gì trên ứng dụng. Bạn cũng có thể đặt ra một số câu hỏi dựa trên tình huống này – các con sẽ làm gì nếu thấy một video không phù hợp? Các con có biết nút báo vi phạm ở đâu không?
- Giờ đây, khi trẻ em không có thời gian chơi đùa với bạn bè, các em có thể sẽ phát trực tiếp hoặc trò chuyện qua video với bạn bè và gia đình. Theo [Trung tâm Quốc gia về Trẻ em Mất tích và Bị Lợi dụng](#), các nền tảng phát trực tiếp có thể cho phép hàng triệu người truy cập chỉ bằng một nút chạm, bao gồm cả những kẻ có thể muốn làm hại trẻ em. Những kẻ này biết được tính chất dễ bị tổn thương đặc biệt ở trẻ em khi ở trên mạng và thường lôi kéo trẻ em cởi quần áo, phơi bày cơ thể trước camera, tham gia vào hoạt động tình dục một mình và với những người khác (tức là anh chị em, bạn bè, vật nuôi) và thực hiện các hành vi làm hại bản thân. Đặt ra các quy tắc về thời gian và địa điểm mà các con có thể phát trực tiếp và trò chuyện qua video – ví dụ như ở các không gian mở có thể dễ dàng giám sát như phòng khách và nhà bếp.

*Bạn có thể trò chuyện với con về vấn đề an toàn trên mạng thông qua những câu hỏi và chủ đề nào?*

Nội dung do tổ chức Darkness to Light cung cấp. Để tìm hiểu thêm hoặc tham gia đào tạo để ngăn ngừa, nhận biết và phản ứng có trách nhiệm trước hành vi lạm dụng và xâm hại tình dục trẻ em, hãy truy cập [www.D2L.org](http://www.D2L.org).