

# Hry, počítač, internet, mobilní telefon a naše děti

Tomáš Korčák, Křesťanské společenství Juda 2/2009

## Posvěcuj Pána i ve své virtuální realitě

Jednou mne jeden člověk, s kterým jsem mluvil o nebezpečí násilných počítačových her, překvapil svým údivem: „Ale vždyť je to jen virtuální realita!“ Apoštol Petr nás vyzývá: **Pána, Krista, posvěťte ve svých srdcích.** (1Pt 3,15) Naše duše - naše představy, myšlenky, sny, vize i vzpomínky mají být posvěceny. Apoštol Pavel vyzývá: **Konečně, bratři, všecko, co je pravdivé, ušlechtilé, spravedlivé, čisté, milé, co má dobrou pověst, jestli je nějaká ctnost a jestli nějaká chvála, o tom přemýšlejte.** (Fp 4,8) Jsi zodpovědný za to, o čem přemýšlíš, a to také znamená, do jaké virtuální reality vstupuješ. Praktickým zlých počítačových her lidé ukazují, v jakém myšlenkovém světě se pohybují a že nemají rozeznání dobrého a zlého. Tímto způsobem však vstupují do ještě větší temnoty.

Můžeš se pohybovat ve virtuální realitě (či své mysli) a chtěl bys nejraději někoho oddělat. Ježíš to dává na roveň skutečnému zabití. Ježíš řekl: **Slyšeli jste, že bylo řečeno otcům: Nezabiješ! Kdo by zabil, bude vydán soudu. Já však pravím, že již ten, kdo se hněvá na svého bratra, bude vydán soudu; kdo snižuje svého bratra, bude vydán radě; kdo svého bratra zatracuje, propadne ohnivému pecku.** (Mt 5,21-22 ČEP)

Také v oblasti smilstva se můžeme pohybovat na poli virtuální reality a Ježíš to klade na roveň vykonaného smilstva: **Slyšeli jste, že bylo řečeno: ‚Nezcižoložíš.‘ Já však vám pravím, že každý, kdo hledí na ženu chtivě, již s ní zcižoložil ve svém srdci.** (Mt 5,27-28 ČEP)

Bůh chce, abychom my i naše děti byli ryzí – to znamená mít jednotu myšlenek, slov a činů. Všechny hry, ať počítačové nebo přirozené, rozsuzujeme podle jednoduchých zásad Písma:

1. Slouží tato hra k rozvoji a zdravému budování? **Usilujme tedy o to, co vede k pokoji a vzájemnému budování.** (Ř 14:19 NBK)
2. Jedná se v této hře podle principu lásky? **Všechno, co byste chtěli, aby lidé činili vám, čiňte i vy jim; neboť to je Zákon a Proroci.** (Mt 7:12)
3. Mohu vše dělat s Pánem Ježíšem k jeho slávě? **Kdo říká, že v něm zůstává, musí sám také žít tak, jak žil on.** (1J 2,6)
4. Nezarmucuje to, co dělám, Ducha svatého? **A nezarmucujte Ducha Svatého Božího, jímž jste byli zapečetěni ke dni vykoupění.** (Ef 4,30)
5. Nesvádí mne tato hra k hříšnému jednání a uznání jiných bohů? **Kdo však svede k hříchu jednoho z těchto maličkých, kteří ve mne věří, pro toho by bylo lépe, aby mu na krk pověsili velký mlýnský kámen a potopili ho do mořské hlubiny.** (Mt 18,6)

Hry musí vykazovat:

- Zdravé životní návyky a rozvoj dobrých dovedností
- Rozvoj a zodpovědnost v reálném životě
- Úctu k životu: nestřílíme do lidí; pozor též na množství životů – lidé lehce otupí a život je tak křehký.
- **Nevedeme svůj boj proti lidským nepřátelům...** (Ef 6:12 ČEP)
- Sexuální čistotu: zdravý vztah chlapců a děvčat
- Zdravý vztah k autoritám: žádné tajnůstkářství před rodiči

## Hry a hraní - bezpečnostní tipy pro rodiče a děti

(Zdroj: PEGI Online)

(Většina následujících materiálů – zdroje jsou uvedené vedle nadpisů – je mírně upravena a krácena.)

Internet nabízí dětem bez rozdílu věku hry od jednoduchých arkád až po online hry na hrdiny o více hráčích v masivním počtu, které se mohou týkat obrovského množství hráčů, jenž se zúčastní jedné online hry současně. Podrobný popis různých druhů online her viz [Kategorie online her](#) na webu [PEGI](#).

Hraní ve virtuálních komunitách může hráče vystavit rizikům. Například:

- V rámci hry je vytvářen obsah, který může být pro mládež nevhodný.
- Vystupování některých hráčů nemusí být pro mládež vhodné. Např. nevhodné nadávky; násilí v hrách doprovázené textovou, hlasovou či video komunikací; nesportovní chování, podvádění, falšování, agresivita vůči druhým.
- Narušení soukromí. Hraní online her je někdy pro děti podnětem k vytváření vztahů, sdílení osobních údajů, nebo dokonce k setkáním se spoluhráči mimo hru.
- Odkazy na webové stránky, jejichž obsah nemusí být pro mládež vhodný.

K omezení rizik je vhodné dodržovat některé zásady, které dále uvádíme v bezpečnostních tipech pro rodiče a děti.

### **Bezpečnostní tipy pro rodiče**

- Upozorněte své děti, aby jiným hráčům nesdělovaly osobní údaje.
- Upozorněte své děti, aby se bez vašeho doprovodu nestýkaly s jinými hráči.
- Sledujte činnost svých dětí na herních webových stránkách.
- Upozorněte své děti a připomeňte jim, aby hlásily problémy, jako je násilí, výhrůžky či nadávky, zobrazování nepřijemného obsahu nebo výzvy k setkání mimo hru.
- Hlaste nevhodné chování pomocí části těchto stránek určené pro odezvu nebo zvláštního nástroje pro stížnosti na konzolích či webových stránkách her.
- Zastavte komunikaci nebo změňte online ID vašeho dítěte, pokud nemáte dobrý pocit z čehokoli ve hře či ze způsobu jejího vývoje.

### **Bezpečnostní tipy pro děti**

- Špatné chování, nadávky nebo podvádění nejsou v pořádku! Takovému hráči můžeš zablokovat přístup, informovat poskytovatele hry nebo rodiče.
- Řekni ihned svým rodičům, pokud jsi se setkal(a) s jakoukoli informací, která pro tebe nebyla příjemná.
- Nedávej žádné osobní informace jako např. adresu domů, telefonní číslo nebo fotku.
- Nikdy nedávej souhlas k setkání s někým, s kým jsi se seznámil(a) online, aniž by sis o tom nejdříve promluvil(a) s rodiči

## **Internet**

*(Dr. John Townsend: Hranice a dospívající, Návrat domů, Praha 2009)*

At' už si o Internetu myslíte cokoli, jako rodiče se budete muset vypořádat se třemi skutečnostmi:

1. Internet může být pro vaše dospívající dítě velice užitečný.
2. Internet může být pro vaše dospívající dítě velice nebezpečný.
3. Internet tady je a bude.

Někteří lidé odhadují, že v současné době existují dobré dvě miliardy webových stránek, což je naprosto neuvěřitelné množství. Internet vašemu dítěti poskytuje přístup k obrovskému objemu výzkumných prací, zpráv a dalších užitečných informací. Informace v tomto množství s sebou ovšem nesou i různé problémy, na které si musíte dát pozor. Má-li se dítě v tomto světě orientovat, neobejde se bez vaší pomoci.

Dítě musíte ochránit před škodlivým obsahem, nebezpečnými lidmi a přílišnou závislostí, které s sebou používání Internetu přináší.

- **Škodlivý obsah.** Internet umožňuje snadný přístup k pornografii, obsahu zobrazujícímu násilí a dalším informacím, které degradují lidský život. Mladí lidé někdy narážejí na obrazy a text, které nejsou vhodné pro nikoho, natožpak pro zranitelné dítě.
- **Nebezpeční lidé.** Děti se díky Internetu dostávají do kontaktu se spoustou cizích lidí, a to pomocí chatu, e-mailu, telefonování po Internetu, blogů a jiných možností komunikace on-line. Někdy

si vytvářejí nezdravé vztahy s lidmi, s nimiž se setkají na síti. Mohou se také dostat do kontaktu s jedinci, kteří je pak obtěžují nebo na ně mají negativní vliv.

- **Ztráta kontaktu s reálným životem.** I když konkrétní obsah může být zcela nezávadný a lidé, s nimiž jsou v kontaktu, neškodní, dítě může na Internetu začít trávit až příliš mnoho času. Někteří dospívající vysedávají u počítače a zanedbávají domácí úkoly a jiné povinnosti. Na hlubší úrovni také hrozí, že začnou žít v kybersvětě a ztratí kontakt se vztahy, aktivitami a zkušenostmi reálného života.

**Postup při řešení problému.** Pokud je situace vážná, budete zřejmě muset odstranit z dosahu vašeho dítěte veškerý přístup k internetu. Je však také možné stanovit jisté meze a parametry, které vám mohou pomoci ochránit ho i přes možnost přístupu k síti.

**Zjistěte, co ho motivuje a láká.** Mladí lidé, kteří mají problém se závislostí na internetu nebo s jeho negativním vlivem, se v této situaci ocitli z několika důvodů. Čím více budete svému dítěti rozumět, tím více mu budete schopni pomoci s konkrétní slabinou. Někteří náctiletí mají například pocit, že nemají vztahy, a tak se tuto prázdnotu snaží naplnit internetem. Jiní nejsou schopni ovládat své impulzy a přitahují je nevhodné stránky. Další zase nejsou spokojeni se svým životem, a tak hledají na internetu únik. Zjistěte proto, co vaše dítě na internetu přitahuje, a pomozte mu v oblasti jeho slabých stránek a zranitelných míst. Můžete mu sice poskytnout určitou míru ochrany zvenčí, ale nebudete s ním navěky. Teenager ze všeho nejvíc potřebuje pomoc při růstu a posilování toho, co je uvnitř, aby byl méně ohrožený nebezpečným či nevhodným obsahem webových stránek. Je totiž velice pravděpodobné, že až dítě odejde z domova, určitě bude zase mít k internetu přístup. Pomozte mu růst a rozvíjet se tak, aby byl v té době již připraven internet zodpovědně využívat.

**Promluvte si s lidmi, kteří se v počítačích vyznají.** Informace, odpovědi a softwarová řešení některých problémů spojených s internetem dnes naštěstí poskytuje celá řada lidí a organizací. Existují například filtry, které výrazně snižují množství nevhodného materiálu. Podobné služby zajišťují i mnozí poskytovatelé internetového připojení. Je také možné sledovat, kolik času vaše dítě tráví při internetové komunikaci s jinými. V otázce zablokování či zabezpečení počítače proti nevhodnému používání internetu a kontaktu s nevhodným obsahem vám určitě poradí profesionální počítačová firma. Nemusíte si zoufat ani v případě, že vás teenager toho o světě počítačů ví více než vy. Na světě je totiž spousta lidí, kteří toho zase vědí více než on. Promluvte si s nimi!

**Bezpečí je důležitější než soukromí.** Pokud vaše dítě používá internet nevhodným způsobem, pak má jeho bezpečí přednost před soukromím a potřebou vlastního prostoru a vztahy s kamarády. Je možné, že budete muset monitorovat, co dělá, buď osobně, nebo elektronicky pomocí vhodného softwaru. Jakmile zjistíte, že se situace zlepšuje, můžete ho postupně hlídat méně a méně (jako v případě jiných situací) a pozorovat, jak si dokáže poradit s větší mírou svobody.

**Trvejte na tom, že váš teenager musí žít ve skutečném světě.** Internet dokáže člověka vtáhnout na celé hodiny. Já jsem dospělý, a přesto se mi někdy stane, že při surfování po internetu úplně ztratím představu o čase. Mladí lidé jsou vůči fascinujícímu světu kyberprostoru mnohem méně odolní. Život a vztahy mají být prožívány hlavně mezi lidmi, v úzkém a přímém kontaktu. V těchto situacích lidé fungují nejlépe. Dbejte proto na to, aby se život vašeho dospívajícího dítěte točil kolem reálného světa. Trvejte na tom, že musí mít kontakt „naživo“ s členy rodiny i kamarády, že musí sportovat, chodit do různých zájmových nebo uměleckých kroužků, musí si dělat domácí úkoly a navštěvovat aktivity pořádané církví. Když bude dospívající schopen udržet v centru pozornosti reálný život, dokáže postavit zájem o internet na místo, kde mu bude nejvíce prospěšný.

**Stanovte meze toho, kolik času a kdy může váš dospívající strávit on-line.** Nemělo by to být během doby, kdy by se měl učit; zvláště různé formy chatu v té době představují silný zdroj rušivých vlivů. Dejte mu čas, který potřebuje k vyhledávání informací v souvislosti se školními úkoly, ale nedovolujte mu používat prohledávání internetu jako formu zábavy.

**Internet má být „výsada“, nikoli potřeba.** Většina toho, co vašeho dospívajícího na internetu tak baví, není nezbytně nutné. Často je to jen pohodlné řešení. S kamarády si dospívající může popovídat i po telefonu, hudbu si může poslechnout z přehrávače. V rámci hledání informací pro školní práce se může klidně vydat do knihovny a místo počítače používat knihy.

Nebojte se proto omezit svému náctiletému přístup k internetu. Pokud problém představují aplikace pro chatování a *instant messaging*, je možné je zablokovat. Jestliže nevíte, jak na to, požádejte o pomoc odborníka. Když se vám to nepodaří nebo to nebudete chtít udělat, případně pokud se dospívajícímu podaří tyto aplikace znovu nainstalovat, omezte mu přístup k internetu jen na dobu, kdy s ním budete v místnosti a budete na něj dohlížet. Může se dokonce stát, že mu budete muset přístup k počítači zakázat úplně. Pokud náctiletý znovu nainstaluje software, který jste smazali, budete navíc muset řešit problém podvádění nebo vzdoru, který se za takovým jednáním skrývá.

## Deset pravidel pro bezpečné soužití rodičů, dětí a internetu

*(Zpracováno podle projektu SAFT)*

- 1. Poznávájte internet spolu s dětmi.** Buďte jedním ze zdrojů poznání internetu pro své dítě. Pro rodiče i děti je prospěšné, když poznávají internet spolu. Pokuste se nalézt stránky, které jsou zajímavé a zábavné. Možná spolu najdete pozitivní vztah k bádání na internetu, který vám nadále usnadní sdílet kladné i záporné zkušenosti.
- 2. Dohodněte si doma pravidla používání internetu.** Pokuste se dohodnout s dítětem jasná pravidla – zde jsou některé tipy z čeho začít:
  - Používání osobních údajů (jméno, adresa, telefon, e-mail)
  - Jak se chovat k ostatním na internetu (chat, e-mail, výměnné zprávy)
  - Jaké druhy webových stránek jsou OK a které jsou ty špatné
- 3. Upozorněte dítě, aby bylo opatrné při sdělování osobních údajů.** Dospělí si musí uvědomit, že také mnoho webových stránek pro děti požaduje registraci pro přístup k jejich obsahu. Je důležité uvědomit si kdy, kde a jaké osobní informace je možné prozradit. Základním pravidlem může být, že dítě by nemělo nikomu dát své jméno, adresu, telefon nebo fotku bez vašeho souhlasu. Je to jako dávat někomu klíče od bytu! Osobní heslo chrání naše soukromí, proto ho máme držet v tajnosti a nikomu nesdělovat (dokonce ani svému nejlepšímu příteli nebo někomu, kdo se tváří úředně).
- 4. Mluvte o možném riziku osobní schůzky s internetovým „kamarádem“.** Dítě musí říci rodičům o svých nových internetových kamarádech. Pokud se dítě chce setkat s někým, koho poznalo na internetu, musí požádat rodiče o svolení a nejít na schůzku bez doprovodu dospělého.
- 5. Naučte své dítě být zdravě kritickým k internetu.** Většina dětí užívá internet ke zlepšení a obohacení svých školních znalostí a osobních zájmů. Uživatelé Netu si ovšem musí uvědomit, že ne všechny informace tam jsou správné. Naučte své děti jak získané informace ověřovat porovnáním alternativních zdrojů na stejné téma.
- 6. Buďte realisté.** Děti se mohou náhodou dostat na webové stránky určené dospělým. Dítě je přirozeně zvědavé. Mluvte s ním o špatném obsahu stránek a dohodněte jasná pravidla a hranice.
- 7. Informujte odpovědné orgány o obsahu na internetu, který považujete za nezákonný.** Je důležité, abychom všichni přijali zodpovědnost za obsah webu a ohlásili materiál, který považujeme za ilegální. Tím pomůžeme předcházet nezákonným aktivitám, jakými jsou dětská pornografie, pokusy lákat děti prostřednictvím chatů, e-mailů nebo výměnných zpráv.
- 8. Posilujte dodržování netikety.** Netiketa (netiquette) je soubor neformálních pravidel chování na internetu. Stejně jako v každodenním životě, i zde existují neformální etická pravidla jak se chovat k ostatním. Zahrnují zdvořilost, mluvit spisovně, nekřičet a neobtěžovat ostatní. Měly bychom respektovat autorská práva.

- 9. Poznávejte jak dítě používá internet.** Je potřeba vědět, jak se vaše dítě chová na internetu a co preferuje, proto, abyste ho byli schopni vést. Ať vám ukáže, jaké webové stránky s oblibou navštěvuje a co tam dělá. Také získání technických dovedností vám usnadní přijímat správná rozhodnutí ohledně užívání internetu vaším dítětem.
- 10. Pamatujte – kladné stránky internetu převažují nad těmi zápornými.** Internet je vynikající nástroj pro vzdělání i oddech dětí.

### **Pravidla bezpečnějšího používání internetu** (zdroj: [www.saferinternet.cz](http://www.saferinternet.cz))

- Neuvádějte nikde své osobní údaje
- Chraňte své soukromí
- Buďte obezřetný k internetovým známostem
- Pozor na schůzky sjednané po internetu
- Poznávejte internet spolu s dětmi
- Poznávejte, jak dítě používá internet
- Mluvte s dětmi o internetu
- Stanovte pravidla používání internetu
- Buďte k internetu zdravě kritičtí a uče to své děti
- Nekritizujte internetové bádání dětí
- Hlaste internetový obsah, který se vám jeví jako nezákonný
- Posilujte dodržování internetové etikety
- Kladné stránky internetu převažují nad těmi zápornými

### **Desatero pro bezpečnou práci s internetem pro děti** (zdroj: [www.saferinternet.cz](http://www.saferinternet.cz))

1. Nezapomeň: opatrný internetový serfař je inteligentní serfař!
2. Nedávej nikomu adresu ani telefon! Nevíš, kdo se skrývá za obrazovkou!
3. Nepošílej nikomu po internetu svoji fotografii, nesděluj svůj věk!
4. Udržuj heslo své internetové schránky v tajnosti, nesděluj ho ani kamarádovi!
5. Nikdy neodpovídej na neslušné, hrubé nebo vulgární e-maily!
6. Nedomluvej si schůzku po internetu, aniž bys o tom řekl alespoň jednomu z rodičů.
7. Pokud Tě nějaký obrázek nebo e-mail šokuje: okamžitě opusť webovou stránku.
8. Svěř se dospělému, pokud Tě internet vyděsí nebo přivede do rozpaků!
9. Nedej šanci virům. Neotevírej přílohu zprávy, která přišla z neznámé adresy!
10. Nevěř každé informaci, kterou na internetu získáš!

### **Mobilní telefony a bezpečnost dětí**

**Do světa informačních technologií nepatří pouze počítače a internet, ale třeba i mobilní telefony. Ostatně, současné mobilní telefony mají blíže právě k počítačům než k telefonům, jaké znaly minulá generace. Přitom i s mobilními telefony je nutné dodržovat určitá pravidla bezpečnosti a opatrnosti:**

- Nikdy nedávej mobil z ruky. Uvědom si, že v něm máš kontakty svých přátel, rodičů, sourozenců... Tím, že chráníš mobil před tím, aby se nedostal do nepovolaných rukou, chráníš nejen sebe, ale i své okolí.
- Nikdy neodpovídej na textovky od někoho, koho neznáš. Nikdy nevíš, kdo, proč a s jakým úmyslem ji posílá. Opatrnosti není nikdy dosti.
- Pozor na různé nabídky - třeba vítězství v soutěži, speciální akce apod. Samozřejmě, že zpráva o nečekané výhře přivede člověka do euforie a radosti nad tímto úspěchem. A právě to může být jeden z cílů útočníka (který nemusí dělat věci nelegální, ale třeba jen neetické).
- Dávej své osobní údaje jen tomu, koho znáš a komu důvěřuješ. Mluv o tom se svými rodiči. Neřeaguj na zprávy, které vyzývají k účasti v soutěži pod podmínkou sdělení rodného čísla nebo dalších osobních údajů!
- Setkávat se s cizím člověkem může být nebezpečné. Nereaguj na nabídky schůzky s někým, koho

znáš jen z mobilního světa. Mluv o tom se svými rodiči a nic nedělej bez jejich souhlasu.

- Přemýšlej, než něco odešleš. Ať jsou to nějaká data nebo třeba i fotografie. Vždy si vyžádej souhlas toho, koho fotografuješ a chceš snímek dále poslat nebo šířit.
- Sleduj si svůj účet a výdaje. Každé zavolání nebo odeslání SMSky je finanční transakcí. Zajímej se o to, kolik stojí a zdali pohyby na účtu odpovídají tvým úkonům.
- Vždy řekni rodičům nebo zodpovědnému dospělému, když se stane něco divného nebo neobvyklého. Poradí ti nebo tě alespoň vyslechne - z pozice nezaujatého pozorovatele.
- Pokud se rodiče ptají, odpovídej jim po pravdě. Nejhorší věc ve vztahu s rodiči je ztráta důvěry, neupřímnost a lhaní.

## Telefonování

(Dr. John Townsend: *Hranice a dospívající, Návrat domů, Praha 2009*)

Problémy s telefonováním se točí kolem přehnaného používání. Mladí lidé telefonují až příliš. Pokud volají z mobilu, pak protелефonovaný čas znamená peníze. Nezáleží však ani tak na tom, o jaký druh telefonování se jedná; pokud telefon používají přespříliš, znamená to, že se v životě nevěnují jiným věcem, například domácím úkolům, práci v domácnosti a vztahům v rodině. Děti také obvykle telefonují v nevhodnou dobu - místo aby studovali nebo šli spát. Je možné, že mu chybí schopnost vytvořit si rovnováhu a sebeovládání v tom, jak tráví čas. Vaším úkolem je pomoci dítěti *naučit se být pánem telefonu, aby se telefon nestal jeho pánem*.

**Stanovte a dodržujte určitá základní pravidla.** Promluvte si s dítětem a vysvětlete mu, co považujete za vhodné a co ne. K základním pravidlům může patřit:

**Nejdřív život.** Mladí lidé mají jakousi instinktivní potřebu zvedat telefon. Když u nás doma zazvoní libovolný telefon, mají děti reflexivní potřebu ho zvednout. Musíme si zvyknout, že nemáme přerušovat to, co zrovna děláme, jen proto, že s námi někdo chce mluvit. Telefonování nesmí odvádět od úkolů a práce v domácnosti. Jestliže vaše dítě zvedá telefon pokaždé, když zazvoní, má možná potíže soustředit se na konkrétní úkoly v oblasti práce i vztahů. Lidé se cítí zranění, když člověk, s nímž mluví, náhle zvedne telefon a pustí se do jiné konverzace (to je častý problém dospělých).

**I na telefon může platit „večerka“** Dohodněte se na čase, po kterém již dospívající nebude smět telefonovat, zvláště během školního týdne. Pokud nebude tento čas dodržovat, můžete mu jako důsledek zakázat telefonovat úplně. Doporučuji, abyste ho šli večer zkontrolovat, protože se snadno může stát, že bude telefonovat dlouho do noci. Když to bude nezbytné, můžete mu po večerce telefon vzít a vrátit mu ho až druhý den ráno.

**Když volají rodiče, očekává se, že náctiletý hovor přijme.** Když teenageři nechtějí, aby rodiče věděli, co zrovna dělají, občas jim nezvedají telefon. Vysvětlete svému dospívajícímu, že to je forma podvodu a nebudete to tolerovat. Upozorněte ho, že když zjistíte, že v této oblasti podvádí, budete si to vykládat tak, že není dostatečně zodpovědný na to, aby měl telefon, takže mu zakážete telefonovat.

**Omezte počet protелефonovaných minut za měsíc.** Mnoho rodičů dnes dává pozor na to, kolik minut dítě provolá, a to je dobře. Dohodněte se se svým dítětem, kolik minut měsíčně může provolat. Upozorněte ho, že když limit překročí, bude to mít následky - bude muset například zaplatit minuty přes limit nebo bude další měsíc smět provolat o daný počet minut méně. (Pokud je potřeba, abyste byli s dítětem v telefonickém kontaktu, vymyslete důsledek, který s telefonováním nesouvisí.) Tím dítěti pomůžete pochopit, že s telefonem jsou spojené jisté skutečnosti a meze a že to na něj má vliv.

Nedávno jsem mluvil s jedním z kamarádů mého syna. Zrovna zkontroloval, kolik minut ten měsíc provolal, a byl moc rád, že nepřekročil limit. Asi by mu na tom nijak zvlášť nezáleželo, kdyby mu maminka neznemožnila volání, když přečerpal limit. Důsledek stanovený maminkou mu pomohl vytvořit si smysl pro „vlastnictví“ a naučit se mít kontrolu nad používáním telefonu. Nyní si dává pozor a záleží mu na tom, kolik času tráví na telefonu.

**Vyžadujte dodržování telefonní etikety.** Dospívající musí být obeznámeni se základy zdvořilosti, například s pravidlem, že když někomu volá, musí se představit. Neměl by zavolat a říct jen: „Je tam Pavla?“ Správně má říct: „Dobrý den, tady je Julie. Mohla bych mluvit s Pavlou?“ Hovor by taky neměl být ukončen jen náhlým ahoj, aniž by člověk na druhé straně linky měl čas připravit se na konec rozhovoru. Mladí lidé mají mezi sebou jiná pravidla; to nevádí. Měli by však dodržovat zásady slušnosti při telefonování, zvláště když mluví s dospělými. Dbejte na to, aby váš dospívající potomek jednal v kontaktu s jinými zodpovědně a projevoval zdravé zábrany a sebeovládání. Je možné, že jednoho dne uslyšíte, jak říká kamarádovi na druhém konci linky: „Ahoj, musím končit, musím se ještě učit.“ To je cíl - vnitřní kontrola, která by nahradila rodičovskou kontrolu.

Klíčová zásada našeho chování na internetu:

**Všechno, co byste chtěli, aby lidé činili vám, činite i vy jim;  
neboť to je Zákon a Proroci. (Mt 7:12)**

# Rodinná smlouva o bezpečném užívání internetu

(Zpracováno podle ICRA)

## Rodičovské rozhodnutí

- Budu poznávat internetové služby, které mé dítě využívá, a webové stránky, které navštěvuje.
- Stanovím rozumná pravidla pro používání počítače a po projednání s dětmi je umístím poblíž počítače, aby byla na očích.
- Pokusím se umístit domácí počítač do společného prostoru celé rodiny.
- Oznamím podezřelé nebo zakázané aktivity a stránky odpovědným úřadům.
- Připravím nebo najdu seznam stránek doporučených pro děti.
- Často budu kontrolovat, co mé děti na internetu navštěvují.
- Budu hledat možnosti filtrování a blokování materiálů na internetu, které jsou pro děti nevhodné.

## Smlouva dítěte

Vím, že internet může být dobrým zdrojem vzdělání i zábavy. Vím také, že je pro mne důležité dodržovat pravidla, která zvýší jeho bezpečnost. Souhlasím s těmito pravidly:

- Při brouzdání internetem budu používat bezpečnou a rozumnou přezdívkou, která neodhaluje osobní údaje moje ani mé rodiny.
- Přístupová hesla budu držet v tajnosti před všemi kromě rodičů. Nebudu si zřizovat jiné e-mailové účty bez vědomí a souhlasu rodičů.
- Nebudu zveřejňovat své osobní údaje ani údaje o rodičích a rodině, nebudu je sdělovat nikomu na internetu, nebudu je vyplňovat do dotazníků, ani posílat e-mailem. Osobními údaji jsou zejména jméno, adresa, číslo telefonu, věk, třída a název školy.
- Budu se chovat k ostatním jak chci, aby se chovali oni ke mně.
- Na internetu se budu chovat způsobně, komunikovat slušně, nevyvolávat hádky, nepoužívat vyhrůžky ani sprostá slova.
- Osobní bezpečnost budu brát jako svou prioritu, protože vím, že na internetu jsou lidé, kteří předstírají, že jsou někdo jiný než ve skutečnosti.
- Budu upřímný ke svým rodičům a budu jim říkat o lidech, které potkám na internetu, aniž by se mě na to ptali. Nebudu odpovídat na maily nebo zprávy od cizích lidí bez předběžného souhlasu rodičů.
- Pokud uvidím věci, které jsou špatné, odporné nebo sprosté, opustím stránku a sdělím to rodičům, aby zajistili, že se to nebude opakovat.
- Pokud dostanu obrázky, e-maily, zprávy nebo odkazy na stránky s nechutnými náměty nebo pokud jsem v chatovací místnosti, kde někdo používá sprostá slova nebo vyvolává nenávisť, povím o tom rodičům. Ihned tyto stránky též opustím.
- Pokud dostanu od někoho cizího e-mail nebo zprávu obsahující mé osobní údaje, poradím se okamžitě s rodiči, odkud tyto osobní údaje mohl získat.
- Nebudu dělat nic, o co mne žádá na internetu někdo cizí, obzvláště pokud vím, že by se to nelíbilo mým rodičům.
- Nebudu volat, psát, mailovat, vyměňovat si zprávy ani se setkávat s někým, koho jsem potkal na internetu bez předchozího souhlasu rodičů a bez jejich přítomnosti.
- Chápu, že moji rodiče dohlížejí na to, co dělám na internetu a mohou používat software k omezení míst, která tam mohu navštěvovat. Dělají to proto, že mne mají rádi a chtějí mne ochránit.
- Naučím své rodiče lépe zacházet s internetem, abychom se mohli bavit společně a učit se novým bezva věcem.
- Souhlasím s výše uvedeným.

Podpis dítěte:

Datum:

Slibuji, že budu chránit bezpečnost mého dítěte na internetu a sledovat, jak jsou tato pravidla dodržována. Pokud mé dítě narazí na nebezpečnou okolnost a řekne mi o tom, budu reagovat v klidu a rozvážně. Proberu celou záležitost s dítětem tak, aby tato zkušenost přispěla k zvýšení jeho bezpečnosti při dalším surfování na internetu.

Podpis rodiče:

Datum: