

Pariri għall-ġenituri u/jew kustodji kif jassiguraw li wliedhom huma siguri onlajn



Minhabba s-sitwazzjoni attwali tal-COVID-19, it-tfal u l-adolesxenti qed iqattgħu iktar ħin onlajn. Dan għaliex, biex isegwu lezzjonijiet onlajn jew jagħmlu xi xogħol tal-iskola, qed iżommu kuntatt ma' sħabhom u l-familjari tagħhom jew sempliċement biex jiddevertu.

Biex wieħed jassigura li jzomm lit-tfal siguri onlajn, huwa importanti li jsegwi dawn il-pariri:

- ❖ **Kun infurmat** – Huwa importanti li żzomm ruhek aġġornat mal-aħħar xejriet u sfidi li t-tfal u l-adolesxenti jaffaċċjaw onlajn.
- ❖ **Żomm il-komunikazzjoni miftuħa** – Huwa importanti li titkellem mat-tfal tiegħek fuq dak li jagħmlu onlajn u r-riskji li jgħib miegħu. Inkoraġġixxi lit-tfal tiegħek li jikkellmu miegħek meta jiltaqgħu ma' xi diffikultà onlajn.
- ❖ **L-internet kun afu aħjar** – Uża l-apps u l-websajts li jużaw it-tfal, flimkien magħhom, hekk tkun iktar konxju tar-riskji li jistgħu jiltaqgħu magħhom onlajn.
- ❖ **Għinhom joħolqu bilanċ bejn attivitajiet onlajn u dawk offlajn** - Peress li t-tfal u ż-żgħażaġħ qed iqattgħu iktar ħin onlajn huwa iktar diffiċli għalihom li joħolqu bilanċ bejn l-attivitajiet onlajn u dawk offlajn. Għalhekk importanti li toħloq jew tinkoraġġixxi attivitajiet offlajn bħal ngħidu aħna board games, attività fizika u attivitajiet oħra.
- ❖ **Għin lit-tfal u l-adolesxenti jzommu rutina** – Flimkien mat-tfal tiegħek oħloq timetable biex huma jqassmu l-ħin tagħhom aħjar, speċjalment il-ħin li jqattgħu onlajn.
- ❖ **Ippromovi rispettt** – Għalliem lit-tfal tiegħek li meta jkunu onlajn iridu juru rispettt lejn ha-dieħor u lejhom infushom. Urihom x'jistgħu jkunu l-konsegwenzi ta' ċertu azzjonijiet onlajn.
- ❖ **Kun ċert li t-tfal u ż-żgħażaġħ għandhom aċċess għal kontenut li huwa adattat għalihom** – Ara li l-apps u l-logħob digitali li qed jużaw jew jilagħbu t-tfal huma adattati għalihom, iċċedix anki f'dawn iż-żminijiet diffiċli. Importanti li dejjem tirreferi għall-klassifikazzjoni tal-logħob jew apps digitali.
- ❖ **Ipprotegi lit-tfal tiegħek** – It-tfal u ż-żgħażaġħ jistgħu jesploraw affarijiet godda onlajn biex ineħħu ftit mill-frustrazzjoni jew għeja li tista' tikkawża din is-sitwazzjoni preżenti. Huma jistgħu jibdwu jikkomunikaw onlajn ma' nies li ma jafux. Tkelliem magħhom fuq ir-riskji li dan jista' jgħib miegħu u inkoraġġihom jieħdu sehem f'attivitajiet oħra.
- ❖ **Hu parir** – Jekk għandek bżonn kwalunkwe tip ta' għajnuna dwar is-sigurtà onlajn tista' ċċempel fuq il-helpline 179. Għal diffikultajiet oħra relatati mal-benessere tat-tfal u ż-żgħażaġħ tista' ssib diversi servizzi ta' support fuq <https://teleskola.mt/studentsupport/>
- ❖ **Irrapporta kull tip ta' abbuż** – Tista' tirrapporta kull tip ta' abbuż onlajn, bħal cyberbullying, grooming u sexting, direttament fuq il-websajt/application jew billi tagħfas il-buttuna biex tirrapporta l-abbuż fuq www.besmartonline.org.mt

 @saferinternet.mt

 Co-financed by the European Union
Connecting Europe Facility

INHOPE


be SMART
ONLINE!