

# Connected Kids: Un Ghid Detaliat pentru Asigurarea Siguranței și Bunăstării Online



International Centre™  
FOR MISSING & EXPLOITED CHILDREN

HEROES

# Despre Noi

## ICMEC

International Centre for Missing & Exploited Children (ICMEC) este un ONG internațional cu sediul în SUA, care are ca viziune o lume în care fiecare copil poate crește în siguranță, protejat împotriva exploatării, abuzului sexual sau riscului de a dispărea. De mai bine de 25 de ani, suntem lideri în identificarea lacunelor din capacitatea comunității globale de a proteja copiii împotriva răpirii, abuzului și exploatării sexuale, și în reunirea oamenilor, resurselor și instrumentelor necesare pentru a remedia aceste deficiențe. Misiunea noastră este să protejăm copiii vulnerabili prin:

- Susținerea căutării globale a copiilor dispăruți.
- Apărarea copiilor de abuzul sexual prin desființarea economiei și mecanismelor de exploatare.
- Instruirea profesioniștilor din prima linie pentru prevenirea și gestionarea cazurilor de exploatare a copiilor.

Ne dedicăm cercetării și dezvoltării capacităților, inclusiv instruire, tehnologii și protocoale legale, pentru a sprijini actorii internaționali (guverne, forțe de ordine, decidenți politici, educatori, profesioniști din domeniul medical, ONG-uri și mulți alții), ajutându-i să protejeze mai eficient copiii împotriva abuzului și exploatării sexuale și să răspundă operativ rapoartelor de copii dispăruți.

Puteți citi mai multe despre ICMEC pe site-ul nostru: [www.icmec.org](http://www.icmec.org)



Acest proiect a primit finanțare din programul de cercetare și inovare Horizon 2020 al Uniunii Europene, în baza acordului de grant nr. 101021801.

Conținutul publicat aici este responsabilitatea exclusivă a editorilor și nu reprezintă neapărat punctele de vedere ale Comisiei Europene sau ale serviciilor sale.

## HEROES

Traficul de persoane (THB) și abuzul și exploatarea sexuală a copiilor (CSA/CSE) sunt două dintre cele mai severe probleme cu care se confruntă societatea noastră. Involuntar, progresele tehnologice în domeniul informației și comunicațiilor (TIC) au creat un mediu propice pentru răspândirea și transformarea acestor probleme, amplificate de izolarea generată de pandemia de COVID-19. În același timp, resursele tehnice și legale aflate la dispoziția actorilor care se ocupă cu prevenirea, investigarea și asistența victimelor — inclusiv forțele de ordine, procurorii, judecătorii, și organizațiile societății civile — nu reușesc să țină pasul cu metodele tot mai sofisticate folosite de infractori. În plus, asistența acordată victimelor traficului de persoane și abuzului și exploatarei sexuale a copiilor este adesea limitată din cauza lipsei de coordonare între acești actori. În acest sens, există o nevoie urgentă de dezvoltare a unor metodologii comune și strategii inovatoare pentru abordarea și sprijinirea victimelor. Mai mult, având în vedere natura transfrontalieră a acestor infracțiuni, este esențială armonizarea cadrelor juridice din țările afectate, pentru a facilita comunicarea și coordonarea între toți actorii implicați, contribuind astfel la protejarea victimelor și la reducerea frecvenței acestor crime teribile.

Pentru a răspunde acestor provocări, proiectul HEROES oferă o abordare ambițioasă, interdisciplinară, internațională, și centrată pe victimă. Structurat ca o soluție amplă, proiectul HEROES se concentrează pe trei componente esențiale: Prevenire, Investigație și Asistență pentru Victime. Prin integrarea acestor componente, ne propunem să stabilim o colaborare eficientă cu forțele de ordine prin dezvoltarea unei strategii adecvate și orientate spre victimă, capabilă să răspundă nevoilor specifice și să ofere protecție. Scopul principal al proiectului HEROES este de a folosi tehnologia pentru a optimiza modul în care se oferă ajutor și suport victimelor THB și CSA/CSE. Mai mult, proiectul HEROES va dezvolta noi strategii inovatoare care, pe termen scurt, mediu și lung, vor îmbunătăți modul în care forțele de ordine și organizațiile societății civile desfășoară anchete penale, acordă asistență victimelor salvate, și previn apariția acestor infracțiuni. Detalii suplimentare despre proiectul HEROES sunt disponibile pe site-ul nostru.

# Sprijinirea copiilor pentru a fi în siguranță și fericiți în mediul online

Acest ghid a fost creat pentru a sprijini adulții care locuiesc sau lucrează direct cu copiii și tinerii, să le ofere suportul necesar pentru a fi în siguranță și fericiți în mediul online.

TEMELE ABORDATE ÎN ACEASTĂ RESURSĂ INCLUD:

- beneficiile internetului,
- plasarea copiilor și tinerilor în centrul eforturilor pentru siguranța online,
- ghidarea pentru conversații constructive,
- abordarea problemelor provocatoare, și
- răspunsul la preocupările legate de siguranță.

Indiferent dacă sunteți părinte, îngrijitor, educator, asistent social, practician în domeniul medical sau în cel de sănătate mintală, în forțele de ordine sau activi într-un alt domeniu profesional, este esențial să înțelegeți importanța internetului și tehnologiei în viața copiilor și tinerilor. De la socializare și jocuri, muzică și videoclipuri, și până la teme pentru școală, internetul joacă un rol integrat în fiecare etapă a dezvoltării lor.

În timp ce internetul și tehnologia, precum și toate oportunitățile uimitoare pe care le oferă, ar trebui să fie privite într-un mod

pozitiv, există riscuri pe care copiii și tinerii trebuie să fie educați să le identifice, să le înțeleagă și să le gestioneze.

Chiar dacă limitele de vârstă și verificările, termenii și condițiile de utilizare, precum și serviciile de moderare și raportare sunt instrumente valoroase, riscurile online nu pot fi complet eliminate. Prin urmare, una dintre cele mai eficiente metode de a sprijini orice copil sau tânăr în mediul online este printr-o comunicare deschisă și sinceră, precum și prin educarea privind riscurile online și măsurile de siguranță necesare.

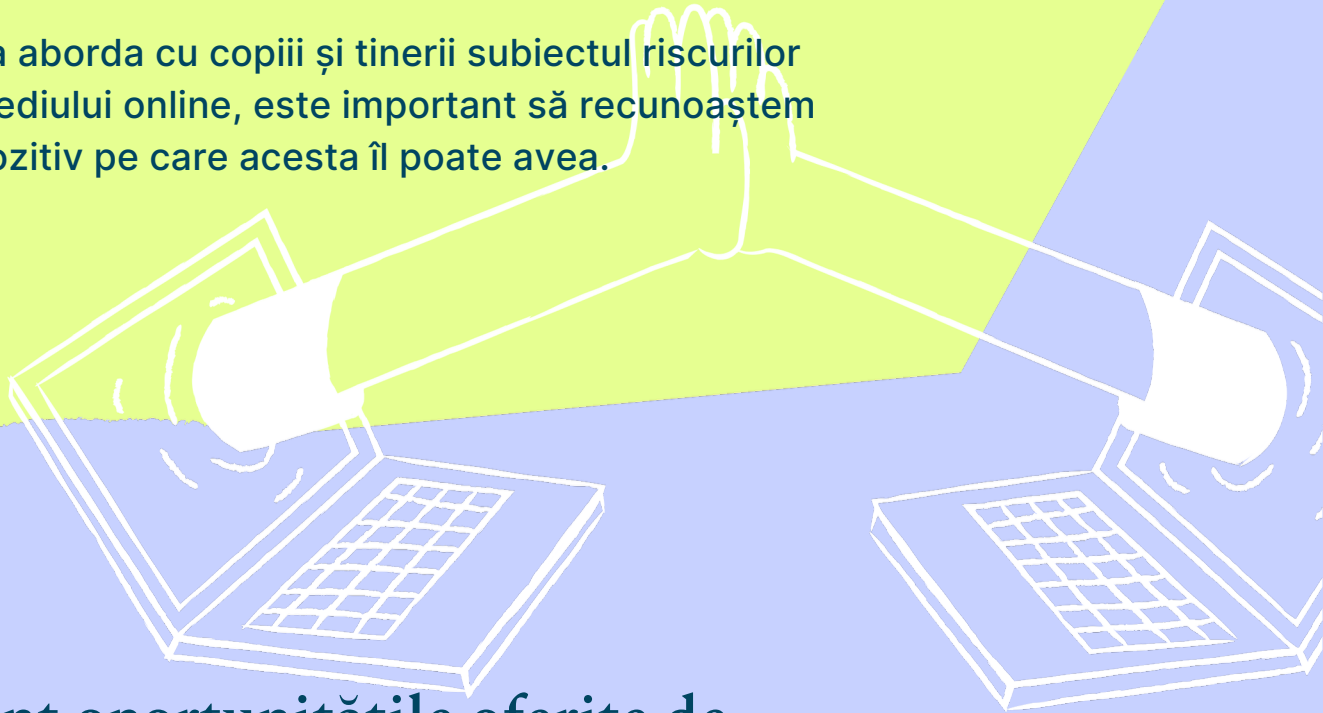
**Companiile de tehnologie și industria privată au un rol semnificativ în acest proces. Este imperativ ca acestea să fie conștiente de vârsta utilizatorilor care accesează platformele lor și să depună toate eforturile necesare pentru a proteja copiii și tinerii, asigurându-se că aceștia nu sunt expuși la conținut inadecvat, dăunător sau periculos pentru vârsta lor.**

Oferind copiilor și tinerilor oportunitatea de a discuta liber despre internet încă de la o vârstă fragedă, cu adulți care sunt interesați, implicați și susținători activi, se poate contribui la transmiterea mesajelor de siguranță într-un mod adecvat vârstei și se poate pregăti terenul pentru conversații mai complexe în viitor. Importanța dialogului regulat este un aspect esențial subliniat în această resursă.

## SECȚIUNEA 2

# Începând cu aspectele pozitive

Înainte de a aborda cu copiii și tinerii subiectul riscurilor asociate mediului online, este important să recunoaștem impactul pozitiv pe care acesta îl poate avea.



## Care sunt oportunitățile oferite de utilizarea pozitivă a internetului?

Copiii și tinerii subliniază adesea cât de importante sunt experiențele lor online și cât de multe oportunități oferă internetul și tehnologia.

Mai mult ca oricând, internetul este integrat în viețile sociale ale copiilor și tinerilor, ajutându-i, de asemenea, să găsească și să construiască comunități, să formeze conexiuni, și să dezvolte prietenii durabile și semnificative.

Internetul poate oferi tinerilor un spațiu în care pot explora și își pot exprima sinele autentic într-un mod în care poate nu se simt capabili în afara vieții online. De asemenea, oferă oportunități educaționale și de divertisment, permițându-le să exploreze perspective diverse, să învețe noi abilități și să cerceteze subiecte care îi pasionează.

## Sfaturi esențiale pentru a recunoaște aspectele pozitive

- 1** Demonstrând un interes sincer pentru activitățile online ale copilului dumneavoastră, dincolo de discuțiile despre riscuri și pericole, acesta se va simți mai confortabil să-și împărtășească experiențele online.
- 2** Acordând timp și spațiu pentru conversații regulate, se creează un climat de siguranță pentru a discuta despre experiențele online, pozitive și negative, ale tinerilor.
- 3** Recunoașteți că navigarea pe internet de către copii și tineri diferă de cea a adulților, influențată fiind de factori precum tendințele actuale, colegi, vârstă și locație.
- 4** Acceptați ideea că utilizarea internetului se schimbă în timp, mențineți o atitudine curioasă și nu judecați cu privire la utilizarea tehnologiei de către copii. Conversațiile frecvente vor face aceste schimbări mai ușor de înțeles.
- 5** Atunci când discutați cu copiii și tinerii despre interesele lor online, cel mai bine este să evitați răspunsurile sau frazele respingătoare care ar putea fi percepute ca o judecată în ceea ce privește aplicațiile/jocurile/tendințele în care sunt implicați. De exemplu, expresii ca "Pur și simplu nu înțeleg toate aceste aplicații noi" ar putea fi interpretate ca o lipsă de interes față de experiențele lor.

# Plasarea tinerilor în centrul eforturilor pentru siguranța online

A oferi tinerilor libertatea de alegere și a ne asigura că vocile lor sunt auzite în contextul lumii online, nu este doar o practică recomandabilă, ci și un drept fundamental al lor.

## Drepturile universale ale copiilor

Convenția Națiunilor Unite cu privire la Drepturile Copilului este tratatul cel mai semnat din istorie, fiind semnat de 195 de țări. Convenția cuprinde 54 de articole care explică drepturile copilului în toate aspectele vieții sale. În ultimii ani, ONU a declarat public că toate aceste drepturi se aplică și în lumea digitală. Organizația a subliniat necesitatea echilibrării eforturilor de reducere a riscurilor online cu promovarea activităților pozitive și asigurarea că vocile copiilor sunt prioritizate.

Atât în mediul online, cât și offline, toți copiii au dreptul la protecție împotriva vătămării, discriminării, exploatării sau abuzului, inclusiv în formele lor sexuale. Toate persoanele din jurul copiilor au responsabilitatea de a susține și proteja aceste drepturi. Copiii au, de asemenea, dreptul la odihnă și joacă în condiții de siguranță și adecvate vârstei lor, având dreptul de a fi protejați de violență și abuz sub toate formele.



# Ascultarea vocilor copiilor

Copiii au dreptul de a-și exprima opiniile privind toate aspectele care îi afectează și de a li se lua în considerare aceste opinii. Ascultarea sinceră a vocilor, ideilor, experiențelor și preocupărilor copiilor și tinerilor este esențială.

Dialogurile deschise și sincere cu copiii și tinerii despre experiențele lor online sunt extrem de valoroase pentru prevenirea posibilelor vătămări sau abuzuri, precum și pentru respectarea dreptului lor de a-și

exprima sentimentele și ideile. Ascultându-i activ pe tineri, putem crea un mediu sigur care să îi încurajeze să își exprime orice îngrijorare pe care ar putea-o avea.

Menținerea unui dialog regulat și deschis cu tinerii poate contribui, de asemenea, la asigurarea faptului că sprijinul oferit pentru siguranța lor online este relevant pentru nevoile și interesele lor, adaptându-se continuu la schimbările și provocările actuale.

## Lucrați în Educație?

Dacă instituția dumneavoastră oferă educație privind siguranța online pentru copii și tineri, încercați să vă asigurați că sesiunile sunt interactive și captivante, și că oferă oportunități copiilor de a-și folosi vocile pentru a-și exprima ideile. De asemenea, este util să oferiți copiilor oportunități de a acorda feedback cu privire la lecțiile primite, evaluând cât de utile, relevante și atractive li s-au părut.

Încorporarea ideilor și feedback-ului tinerilor pentru îmbunătățirea activităților viitoare și comunicarea modului în care s-a realizat acest lucru îi poate ajuta pe aceștia să simtă că vocile lor sunt apreciate și că ideile și opiniile lor au un impact real. Acest lucru contribuie, de asemenea, la asigurarea unor lecții utile și relevante și pot contribui la crearea unui mediu sigur și favorabil comunicării. În plus, un astfel de mediu poate ajuta la creșterea încrederii tinerilor, stimulându-i să împărtășească orice preocupări pe care le-ar putea avea cu privire la experiențele lor online.



## Modul în care experiențele copiilor și tinerilor vă pot îmbunătăți munca

Indiferent de rolul pe care îl aveți, vocea tinerilor poate fi valorificată într-o varietate de moduri pentru a vă îmbunătăți munca și pentru a-i spori impactul și calitatea. În școli, mulți aleg să include copii și tineri în roluri de consilieri școlari, profesori sau alți lideri ai elevilor. Aceste poziții sunt excelente pentru cei care doresc să folosească perspectivele copiilor și tinerilor pentru a-și îmbunătăți practica profesională.

### DE EXEMPLU

Înainte de a dezvolta și implementa o unitate de lucru despre siguranța online, o școală a optat pentru implicarea consilierilor elevi în conducerea discuțiilor în clasele lor. Aceste sesiuni le-au oferit copiilor și tinerilor ocazia de a-și exprima preocupările cu privire la siguranța online, precum și ideile lor privind modul în care ar trebui structurate lecțiile. Fiecare consilier a avut ocazia să comunice ideile principale personalului, care a avut apoi timp să le integreze în planificarea lecțiilor. Acest proces a fost apoi repetat la finalul unității de lucru, cu scopul de a evalua cât de relevante și atractive au fost lecțiile.

# Discuțiile cu tinerii despre navigarea pe internet

Discuțiile regulate cu tinerii despre utilizarea tehnologiei și încurajarea acestora să își împărtășească experiențele sunt esențiale pentru a-i proteja.

Internetul joacă un rol semnificativ în viața copiilor și tinerilor, și este o parte integrantă a dezvoltării lor sociale pe măsură ce cresc. Distincția între “viața online” și “viața reală” nu mai este relevantă, deoarece introducerea unui copil în mediul digital începe adesea din momentul în care este suficient de mare pentru a folosi un dispozitiv conectat.

Indiferent de nivelul de cunoștințe sau de încredere, aceste cinci sfaturi și puncte de pornire pentru conversație vă vor ajuta să inițiați, să gestionați și să mențineți un dialog deschis și onest cu copiii despre activitatea lor online, și vă vor sprijini în a-i ajuta să utilizeze tehnologia într-un mod sigur și pozitiv.

Poți să-mi arăți cum să...?

Mi-ar plăcea să aflu ce activități îți plac cel mai mult online și de ce!

## 1. FII POZITIV ȘI DESCHIS ÎN LEGĂTURĂ CU INTERNETUL

Este important să recunoaștem oportunitățile interesante pe care le poate oferi navigarea online copiilor și tinerilor. Deși copiii pe care îi îngrijești sau cu care lucrezi pot folosi internetul în moduri diferite, experiențele lor sunt totuși semnificative. Dacă un copil menționează ceva cu care nu sunteți familiarizat, cereți-i să vă arate, să vă explice mai în detaliu sau puteți face propriile cercetări. Încercați să mențineți conversațiile despre internet la un nivel general și să apreciați opiniile copiilor atunci când vorbesc despre activitățile lor preferate, pentru a arăta că sunteți interesat de toate aspectele lumii lor online.

Pot juca acest joc împreună cu tine?

## 2. DISCUȚAȚI DIN TIMP ȘI DES

Cel mai eficient mod de a aborda problemele online este să faceți conversațiile despre internet o parte a rutinei zilnice. Discutând deschis despre viața online încă de la o vârstă fragedă poate constitui o bază solidă pentru a împărtăși mesaje de siguranță și pentru a aborda conversații mai complexe mai târziu; de asemenea, acest lucru îi arată copilului că sunteți bine informat despre internet și că îl puteți sprijini.

Cu cine poți vorbi în acest joc?

Înainte să folosești tableta astăzi, poți să-mi amintești ce am stabilit despre cum poți cere ajutor?

Care este modul tău preferat de a comunica online cu prietenii?

A experimentat vreunul  
dintre prietenii tăi  
vreodată ... online?

Aș dori să discutăm  
despre..., dar mai întâi, ce  
păreră ai despre asta?

Dacă cineva pe  
care îl cunoști are  
nevoie de ajutor  
cu o problemă  
online, cum  
procedezi?

### 3. CREEAZĂ UN SPAȚIU SIGUR PENTRU DISCUȚII

Căutați momente potrivite pentru a discuta împreună. Uneori, poate fi dificil să aveți un dialog față în față, așa că este mai ușor să purtați o conversație în timp ce mergeți la plimbare, călătoriți sau desfășurați o activitate împreună. Asigurați-vă că mediul este, de asemenea, adecvat; fără distrageri nedorite, astfel încât toți cei implicați să se poată concentra pe deplin și să simtă că sunt ascultați.

Reamintiți-le adesea copiilor că pot vorbi despre orice, oricât de dificil ar fi, și că nu vor fi judecați sau învinovați. Un copil poate să nu fie pregătit să împărtășească imediat ceva, așa că arătați-le că sunteți disponibili pentru a-i asculta ori de câte ori sunt pregătiți, fără a-i constrânge să vorbească, sau oferiți-i modalități alternative de a comunica, cum ar fi scrisul. Discutarea unui subiect din perspectiva cercului lor mai extins de prieteni poate fi de asemenea utilă, astfel încât să nu fie necesar să împărtășească experiențe personale.

Care este cel mai util sfat de siguranță online pe care l-ai primit? Ai putea să îmi dai câteva recomandări?

#### 4. MENȚINEȚI RELEVANȚA

Pe măsură ce copiii cresc, modul în care aceștia utilizează tehnologia se schimbă comparativ cu primele lor interacțiuni online. Pe măsură ce cunoștințele și înțelegerea lor evoluează, la fel și provocările cu care se confruntă pe internet. Pentru a evalua cât de bine sunt informați și ce tip de sprijin le este necesar, puneți întrebări deschise care să le permită copiilor să conducă discuțiile. Există modalități adecvate de abordare a subiectelor legate de siguranța online, în funcție de vârstă. De exemplu, în cazul adolescenților, puteți discuta despre imagini nud într-un context mai larg privind consimțământul și relațiile sănătoase. Pentru copiii mai mici, conversațiile pot include tipuri de imagini care pot fi distribuite online și părțile private ale corpului.

Ce setări de securitate are această aplicație pe care le-ai putea utiliza pentru a te proteja?

Există ceva ce ai schimba la modul în care funcționează internetul?

De ce crezi că este util să ai restricții de conținut (control parental) pe dispozitivele mobile?

Știi cum să blochezi și să raportezi pe aplicațiile pe care le folosești?

Ce informații este în regulă să împărtășești online și de ce?

## 5. FII PROACTIV

Colaborarea la un acord care să descrie modul în care vor fi utilizate internetul și tehnologia în cadrul familiei sau într-un mediu educațional, este o modalitate utilă de a stabili așteptări și limite clare. Puteți include aspecte precum timpul petrecut în mediul online, cu cine pot comunica copiii, aplicațiile și jocurile adecvate, și motivele pentru care instrumentele de siguranță sunt utile pentru a bloca și raporta conținutul nepotrivit. Întrebați copilul ce ar face dacă ceva nu ar merge bine online și ar avea nevoie de ajutor, și subliniați importanța de a spune imediat unui adult dacă se întâmplă ceva care îl face să se simtă nemulțumit, îngrijorat sau inconfortabil în orice fel.

# Definiții ale termenilor cheie și expresiilor legate de riscurile online

Atunci când vorbim despre riscurile și prejudiciile din mediul online, fie cu copii și tineri, fie cu alți adulți, este important să folosim un limbaj și o terminologie clar definite.

---

## **COPIL/COPII ȘI TINERI (CYP):**

Orice persoană sub vârsta de optsprezece ani.

---

## **ABUZUL SEXUAL ASUPRA COPIILOR**

Abuzul sexual asupra copiilor este o categorie vastă care definește prejudiciul cauzat copiilor prin forțarea sau constrângerea acestora de a se angaja în activități sexuale, indiferent dacă sunt conștienți de ceea ce se întâmplă sau nu.

---

## **MATERIALE CARE CONȚIN ABUZURI SEXUALE ASUPRA COPIILOR (CSAM)**

Acest termen se referă la materiale care înfățișează și/sau care documentează acte de abuz și/sau de exploatare sexuală asupra unui copil. Termenul "pornografie infantilă" ar trebui evitat, deoarece poate sugera consimțământul și poate subestima gravitatea subiectului.

---

## **EXPLOATAREA SEXUALĂ A COPIILOR**

O formă de abuz sexual asupra copiilor în care o persoană profită de un dezechilibru de putere pentru a constrânge sau ademini un copil să se angajeze în activități sexuale de orice fel. Tacticile coercitive ar putea include oferirea de cadouri sau bani, pretinzând că este un coleg, prieten și/sau iubit/iubită, și amenințarea cu distribuirea de imagini ale copilului. Termenul "prostituție infantilă" nu este acceptabil deoarece poate sugera că minorul este voluntar implicat, complice sau responsabil pentru abuzul său. În plus, "prostituția" este legală în unele țări, în timp ce exploatarea sexuală a copiilor este o infracțiune.

---

## **CONSIMȚĂMÂNT**

Acordul de a face ceva sau permisiunea ca ceva să se întâmple. Consimțământul este necesar în multe situații, nu doar în cele de natură sexuală. De exemplu, ar trebui să cereți consimțământul înainte de a posta online o fotografie a cuiva sau de a-l adăuga într-o discuție de grup (group chat).

---



---

**COERCIȚIE  
(CONSTRÂNGERE)/  
CONTROL COERCITIV**

Practica de a convinge sau manipula pe cineva să facă ceva folosind forța sau amenințările. Controlul coercitiv este un act sau un model de acte de agresiune, amenințări, umilire, intimidare sau alte abuzuri folosite pentru a răni, pedepsi sau speria o victimă.

---

**FILTRARE**

Un filtru de internet este un tip de software care determină ce conținut va fi disponibil utilizatorului și ce va fi restricționat sau blocat.

---

**GROOMING**

“Grooming-ul/grooming-ul online” se referă la procesul de stabilire/construire a unei relații cu un copil, fie în persoană, fie folosind internetul sau alte tehnologii digitale, pentru a facilita contactul sexual online sau offline cu acel copil.

---

**COMPORTAMENT  
SEXUAL DĂUNĂTOR  
(HSB)**

Acesta este comportamentul sexual inadecvat din punct de vedere al dezvoltării, afișat de copii și tineri, care este dăunător sau abuziv. Abuzul sexual asupra copiilor este o formă de HSB în care abuzul sexual are loc între copii.

---

**ABUZUL BAZAT PE  
IMAGINI/  
DISTRIBUIREA FĂRĂ  
CONSIMȚĂMÂNT A  
IMAGINILOR**

O formă de hărțuire sexuală online care implică fotografiile sau videoclipuri nud, parțial nud sau sexual explicite, realizate și/sau distribuite fără consimțământul persoanei implicate.

---

**PREJUDICIUL ONLINE**

Prejudiciul online se referă la orice comportament pe o platformă digitală care poate răni fizic sau emoțional o persoană.

---

**HĂRȚUIREA SEXUALĂ  
ONLINE**

Orice comportament sexual nedorit desfășurat pe orice platformă digitală, care poate face ca o persoană să se simtă intimidată, amenințată, umilită sau discriminată. Este recunoscută ca o formă de violență sexuală.

---

---

**SEXTING**

Sexting-ul a fost definit ca auto-generarea de imagini sexuale sau ca schimbul de mesaje ori imagini sexuale. Este important de menționat că acest lucru se realizează adesea cu consimțământul adolescenților, deși există forme de sexting nedorit, cum ar fi imagini realizate, partajate, trimise sau primite fără consimțământ.

---

**CONTROL PARENTAL**

Setări ce pot fi aplicate dispozitivelor sau serviciilor individuale, care permit sau restricționează accesul la conținut, asigurându-se că acesta este adecvat vârstei.

---

**SUPRAVIEȚUITOR**

O persoană care a fost rănită sau prejudiciată din cauza unei infracțiuni, a unui accident sau a altui eveniment sau acțiune, sau care a suferit din cauza acțiunilor altcuiva. Cei care au experimentat un eveniment traumatic pot prefera să folosească termenul “supraviețuitor” în loc de “victimă” (vezi mai jos), datorită conotațiilor pozitive de reziliență pe care le evocă.

---

**VICTIMĂ**

O persoană care a suferit din cauza acțiunilor sau convingerilor altcuiva sau ca urmare a unor circumstanțe neplăcute sau traumatice.

---

**CULPABILIZAREA VICTIMEI**

Orice limbaj sau comportament care implică (intenționat sau neintenționat) că victima abuzului sau a prejudiciului este în întregime sau parțial responsabilă pentru experiența sa.

---


*În măsura în care a fost posibil, “Luxembourg Guidelines for Interagency Terminology” a stat la baza acestor definiții.*



## SECȚIUNEA 6

# Folosirea cuvintelor potrivite

A discuta despre viața online este extraordinar, însă folosirea cuvintelor potrivite poate fi o provocare, mai ales atunci când tinerii au propriul limbaj și propria terminologie.



## Limbajul copiilor și tinerilor

Copiii și tinerii folosesc adesea expresii, idiomuri și terminologie proprii, inclusiv pentru a-și descrie activitățile online. Forma și conținutul acestor comunicări pot varia în funcție de mai mulți factori, inclusiv de tendințele online, locație, grupa de vârstă și interesele lor extinse.

Datorită naturii evolutive a limbajului copiilor și tinerilor, încercările de a defini terminologia de bază devin adesea depășite la scurt timp după ce au fost scrise. Conversațiile regulate cu un copil sau cu un tânăr pot ajuta la o mai bună înțelegere a limbajului lor, iar uneori este suficient să întrebi ce înseamnă un termen.

# Comunicare clară cu privire la riscurile și prejudiciile din mediul online

Limbajul pe care îl folosim este în continuă schimbare, mai ales atunci când vorbim despre o lume online care evoluează constant. Atunci când vorbim despre riscurile și prejudiciile din mediul online cu oricine (adulți sau copii), este esențial să folosim un limbaj și o terminologie ușoare de înțeles, respectuoase, care să promoveze dialogul și să evite judecățile.

Utilizarea unui limbaj corect și capacitatea de a explica de ce este important demonstrează, de asemenea, că avem o bună cunoaștere și înțelegere a subiectului, și suntem astfel într-o poziție avantajoasă pentru a oferi ajutor și sfaturi. Cu toate acestea, simpla purtare și facilitare a acestor conversații este de o importanță primordială.



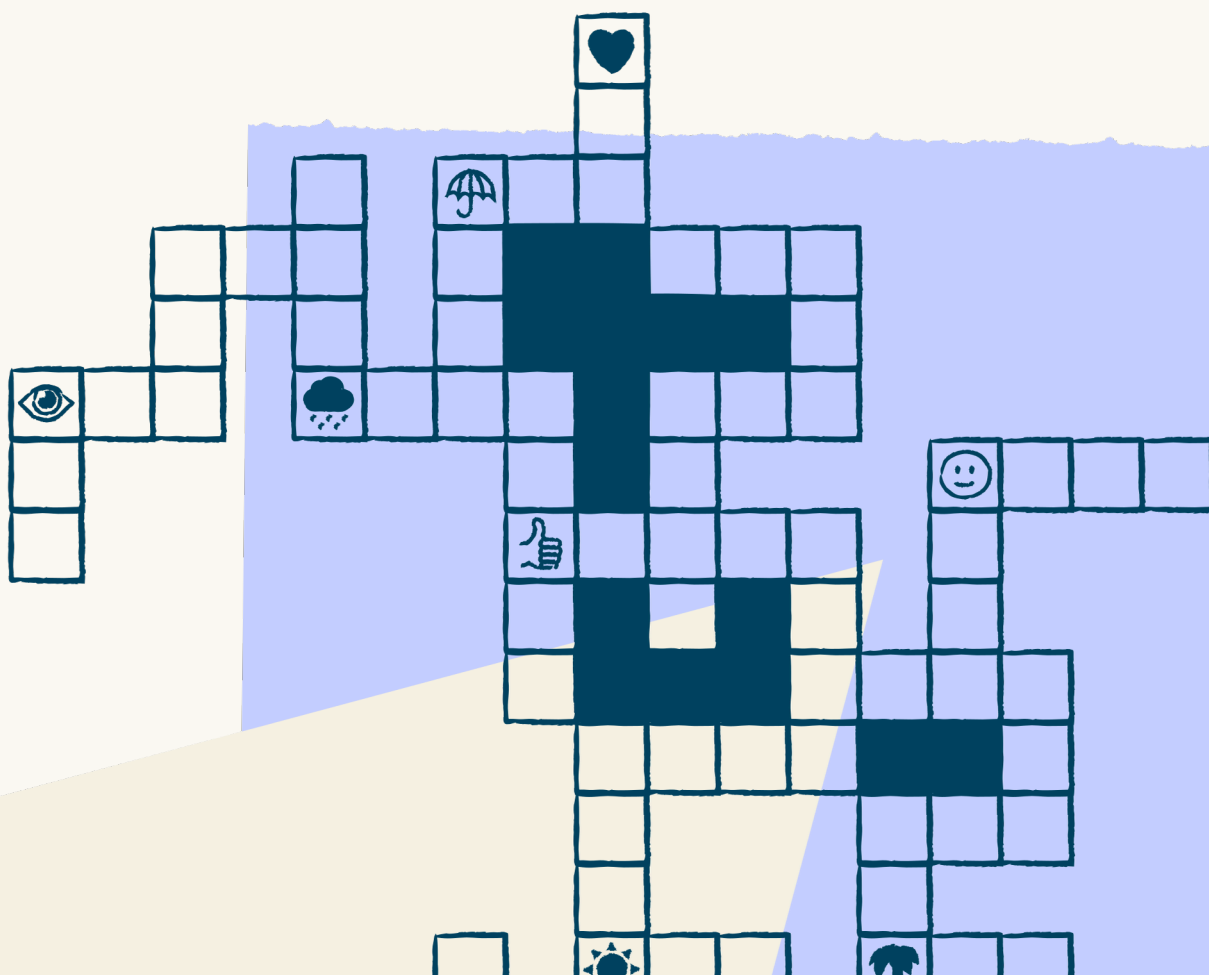
## DE EXEMPLU

termenul "pornografie infantilă" este uneori folosit pentru a descrie materialele care conțin abuzuri sexuale asupra copiilor (CSAM). Termenul "pornografie infantilă" nu este acceptabil, iar folosirea sa legitimează imagini care nu sunt pornografie, ci mai degrabă înregistrări permanente ale exploatării și abuzului sexual asupra copiilor și, ca atare, ar trebui să fie denumite materiale care conțin abuzuri sexuale asupra copiilor, pentru a reflecta gravitatea infracțiunii care a avut loc.

*Pentru mai multe informații despre terminologia recomandată, consultați pagina 16*

# Sfaturi pentru folosirea cuvintelor potrivite

- Dacă nu sunteți sigur că un copil sau un tânăr este familiarizat cu subiectul despre care doriți să discutați, poate fi util să începeți prin a-i întreba cum îl descriu ei. De exemplu, în timp ce un adult ar putea vorbi despre "sexting", un tânăr ar putea cunoaște acest lucru ca "sending nudes".
- Folosiți un limbaj adecvat vârstei. Atunci când vorbiți cu copii mai mici despre riscurile și prejudiciile din mediul online, poate fi util ca inițial să discutați în jurul subiectului, mai degrabă decât să-l numiți, deoarece acest lucru i-ar putea speria. De exemplu, în loc să discutați despre riscurile "grooming-ului", o conversație mai adecvată vârstei ar fi să discutați în cine avem încredere și cum știm în cine să avem încredere.
- Pe măsură ce copiii cresc, utilizarea unei terminologii mai specifice poate deveni atât utilă, cât și adecvată. În cazuri de bullying online, poate fi util să-i ajutați pe copii sau pe tineri să fie specifici în limbajul lor, de exemplu, dacă bullying-ul online devine hărțuire sexuală online.
- Evitați jargonul sau termenii foarte tehnici în conversație fără a clarifica exact ce comportament sau risc descrieți.





## În cazul în care un copil sau un tânăr folosește o terminologie care ar putea fi neclară, ar trebui să:

- Alocați timp pentru a explora limbajul adecvat și motivele pentru care acesta este important, astfel încât înțelegerea dumneavoastră să fie actualizată.
- Evitați să arătați furie, dezaprobare sau judecată. În schimb, utilizați situația ca o oportunitate pentru o conversație deschisă și constructivă.
- Explicați-le clar de ce este important să folosiți un termen în locul altuia. De exemplu, "Folosim \_\_\_\_, pentru că termenul \_\_\_\_ ar putea însemna \_\_\_\_."
- Abordați copiii și tinerii cu întrebări deschise, cum ar fi: "Care crezi că sunt diferențele dintre cei doi termeni?" sau "Cum ar putea folosirea unui termen în locul altuia să facă pe cineva să se simtă?"
- Fiți conștienți de contextul situației. Anumiți termeni, cum ar fi "victimă" și "supraviețuitor", pot avea conotații personale pentru fiecare individ. Dacă discutați cu o victimă sau un supraviețuitor, încercați să le întrebați cu sensibilitate ce termen preferă să fie folosit. Asigurați-vă că în continuare folosiți acest termen și că și alte persoane fac același lucru.
- Amintiți-vă că, încurajarea tinerilor să folosească terminologia corectă pentru organele genitale de la o vârstă cât mai fragedă posibilă poate contribui, de asemenea, la evitarea confuziilor și neînțelegerilor în contextul abuzului sexual asupra copiilor.



## SECȚIUNEA 7

# Abordarea subiectelor sensibile

Pentru a ne asigura că tinerii și copiii sunt bine informați și pregătiți pentru riscurile pe care le pot întâlni în mediul online, conversațiile despre subiecte sensibile sunt esențiale.

Pe măsură ce copiii cresc, dorința de a avea mai multă libertate și intimitate în mediul online este naturală. Va veni un moment în care aceștia vor folosi internetul în mod autonom zilnic, iar această independență face parte din dezvoltarea lor normală. Deși adulții pot planifica în avans conversațiile dificile, uneori acestea pot fi necesare mai

devreme decât se anticipa, de exemplu, dacă un copil este expus accidental la conținut dăunător online pe care nu îl înțelege.

Discutarea subiectelor sensibile poate părea o provocare, dar este important să ne amintim că tinerii au nevoie de sprijin și îndrumare în toate aspectele vieții lor – în special când este vorba de probleme delicate.

## Dacă trebuie să abordați un subiect complicat cu un copil sau tânăr, încercați să:

- Planificați în avans ce doriți să spuneți și căutați sprijin și informații suplimentare dacă este necesar, astfel încât să vă simțiți pregătit.
- Alegeți un moment potrivit, fără alte distrageri și fără să fiți grăbit, într-un mediu pe care copilul să îl simtă ca fiind sigur.
- Considerați cea mai bună abordare pentru copil. S-ar putea să doriți să explicați direct preocupările care au dus la conversație sau să considerați mai potrivit să începeți cu unele întrebări mai generale și deschise.
- Recunoașteți că ei ar putea să nu se simtă pregătiți să discute imediat, sau că ar putea exista altcineva cu care se simt mai confortabil să vorbească. Dacă este posibil, găsiți o modalitate de a facilita continuarea conversațiilor ulterioare.
- În unele situații, copilul ar putea prefera să comunice într-un alt mod, de exemplu, să își scrie răspunsurile în loc să le verbalizeze.
- Oferiți copilului timp să proceseze ceea ce spuneți și să își exprime gândurile, fără a-l întrerupe sau culpabiliza. Dacă sunteți profesionist, încercați să reduceți luarea de notițe și să vă concentrați pe ascultarea activă (menținând contactul vizual dacă este cultural potrivit, aprobând cu capul etc.). Fiți atenți la orice confuzie sau îngrijorare exprimată.
- Asigurați-le că sunteți întotdeauna disponibil pentru a-i sprijini și, chiar dacă nu aveți toate răspunsurile, puteți explora soluțiile împreună.
- Oferiți sprijin imediat dacă au nevoie de acest lucru. Acest sprijin poate veni din partea familiei, prietenilor, școlii sau altor organizații relevante.



## SECȚIUNEA 8

# Recunoașterea semnelor de abuz online

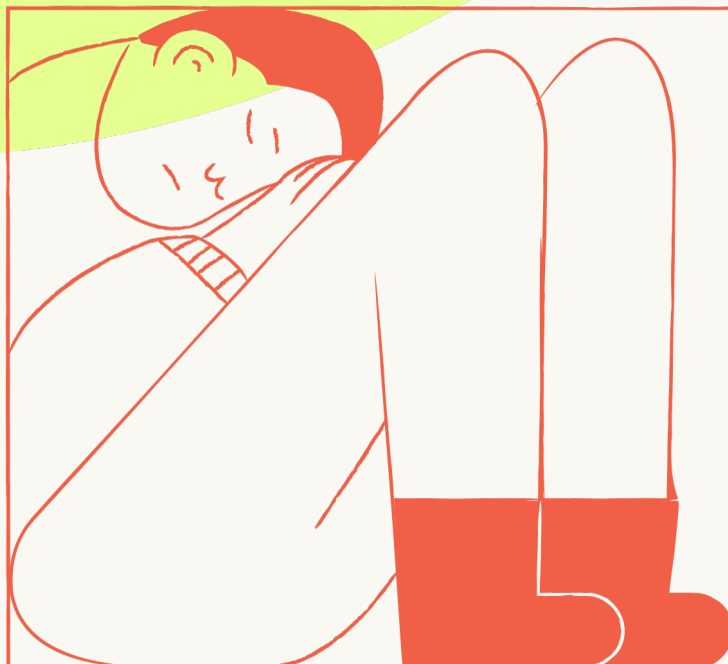
Identificarea timpurie a semnelor de abuz și acțiunea promptă sunt esențiale pentru protejarea copiilor și tinerilor.

Abuzul online se referă la orice formă de contact dăunător care are loc pe internet. Acesta poate apărea pe orice dispozitiv conectat și pe orice platformă, cum ar fi rețelele sociale, conversațiile online, chat-ul vocal din jocuri, comentariile pe site-urile de streaming live, aplicațiile de mesagerie text și email, precum și mesageria privată. Copiii și tinerii pot fi expuși la abuz online atât de la persoane pe care le cunosc în viața reală, cât și de la cei pe care îi întâlnesc doar online.

Copiii și tinerii pot experimenta diverse forme de abuz online, inclusiv bullying, abuz emoțional, hărțuire sexuală, exploatare sau constrângere și ură online. Aceste incidente pot fi, de asemenea, asociate cu abuzul fizic, emoțional sau sexual care are loc offline, cum ar fi bullying-ul sau o relație abuzivă.

De asemenea, copiii și tinerii pot fi supuși grooming-ului online. Acesta este un proces de manipulare pentru a dezvolta o relație cu un copil, cu intenția de a-l exploata și de a-i face rău.

Grooming-ul poate conduce la abuz sexual, atât fizic, cât și online, și la exploatare în scopul de a obține imagini și videoclipuri sexual explicite ale copilului, inclusiv cele realizate de către copil. Tehnicile de grooming pot fi folosite și pentru a radicaliza pe cineva sau pentru a obține informații financiare de la copil sau de la familia acestuia.

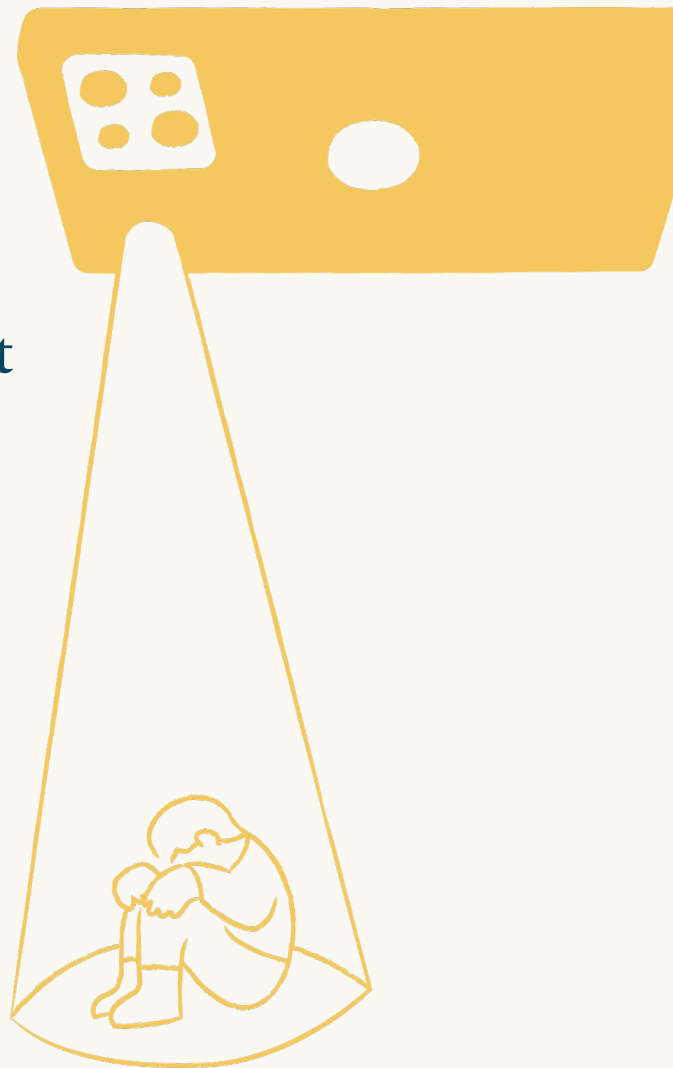


## Există anumite semne de avertizare la care ar trebui să fiți atenți, care ar putea indica faptul că un copil se confruntă cu abuz sau cu alte dificultăți online. De exemplu, copilul ar putea:

- Să își schimbe comportamentul online, de exemplu petrecând semnificativ mai mult sau mai puțin timp pe internet decât de obicei.
- Să dorească să renunțe la utilizarea aplicațiilor și serviciilor sau să evite participarea la activitățile offline pe care le aprecia anterior.
- Să manifeste schimbări inexplicabile în comportament, cum ar fi retragerea, distanțarea, îngrijorarea sau furia după ce folosește internetul sau dispozitivele.
- Să devină mai secretos în legătură cu activitățile lui online, de exemplu, să nu dorească să împărtășească informații despre persoanele cu care vorbește și ce face online, și să se izoleze (închiderea ușii sau părăsirea camerei) pentru a folosi dispozitivele.
- Să menționeze nume de prieteni, contacte sau urmăritori despre care nu aveți cunoștință și să fie evaziv sau să nu dorească să discute despre aceștia.
- Să înceapă să abordeze mai multe probleme ale adulților, să demonstreze comportamente sau să folosească un limbaj nepotrivit pentru vârsta lui.
- Să aibă cadouri, credite sau bani inexplicabili pentru a cheltui online.

## Efectele abuzului, atât online cât și offline, sunt diverse și pot conduce la:

- Probleme de somn, inclusiv coșmaruri.
- Oboseală extremă și dificultăți de concentrare.
- Probleme comportamentale sau scăderea performanței școlare.
- Retrageri sociale.
- Emoționalitate sporită sau accese neobișnuite de furie.
- Neglijarea igienei și a aspectului personal.
- Senzații de anxietate, depresie sau atacuri de panică.
- Dezvoltarea unei tulburări de alimentație.
- Gânduri sau chiar comportamente de automutilare.



- Gânduri suicidare.
- Alte probleme de sănătate mintală.
- Flashback-uri sau gânduri repetitive și deranjante.

Atunci când se examinează efectele abuzului online este, de asemenea, crucial să se înțeleagă și să se ia în considerare problema re-victimizării. Chiar și după ce conținutul a fost raportat și eliminat, există întotdeauna riscul ca acesta să fie reîncărcat și distribuit din nou online, lăsând victimele să se teamă că vor trebui să retrăiască trauma în viitor. Efectele abuzului online pot fi atât pe termen scurt, cât și pe termen lung, iar traumele pot reapărea sau pot fi declanșate ulterior, chiar dacă incidentul inițial a fost aparent rezolvat.

## SECȚIUNEA 9

# Susținerea unui copil care ți-a dezvăluit abuzuri online

## REGULI DE URMAT

- Să recunoașteți cât de dificil trebuie să fi fost pentru copil să vorbească și să apreciați că a avut curajul să vă împărtășească ceea ce a trăit.
- Să asigurați copilul că ceea ce s-a întâmplat **nu** este vina lui și nu are motive să se simtă responsabili.
- Să ascultați calm și obiectiv ceea ce are de spus. Reacțiile de șoc sau furie pot închide conversația, iar copilul își va aminti probabil această reacție și în viitor.
- Să permiteți copilului să explice în propriile cuvinte și în ritmul personal.
- Să asigurați copilul că, deși nu se poate păstra secretul, informațiile vor ajunge doar la adulții care trebuie să știe.
- Să salvați dovezile, **dacă este cazul**. Dovezile pot include capturi de ecran realizate pe un laptop sau dispozitiv mobil, emailuri, mesaje text sau istoricul conversațiilor online. Situația este diferită în cazul materialelor care conțin abuzuri sexuale asupra copiilor (CSAM), care sunt tratate diferit; consultați secțiunea „Lucruri de evitat” pentru mai multe informații.
- Să notați detaliile discuției cât mai precis posibil după ce ați discutat cu copilul.
- Să raportați abuzul cât mai repede posibil agențiilor competente (școală, servicii pentru copii, poliție), pentru a vă asigura că informațiile sunt proaspete și că se poate acționa rapid.

# LUCRURI DE EVITAT

- Să intervievați, interogați sau să puneți la îndoială veridicitatea declarațiilor copilului. În schimb, ascultați cu imparțialitate și mențineți discuția bazată pe fapte; notați declarațiile și observațiile, fără a face interpretări personale.
- Să faceți presupuneri, speculații sau să trageți concluzii pripite, să puneți întrebări sugestive și să oferiți copilului limbajul necesar pentru a-și exprima experiențele.
- Să vizionați imagini cu CSAM (materiale care conțin abuzuri sexuale asupra copiilor). Acest lucru este ilegal și trebuie evitat. Dacă un copil raportează că dispozitivul său conține imagini inadecvate, întreabă-l: "Ce voi vedea dacă mă uit la aceste imagini?" Dacă sunt materiale care conțin abuzuri sexuale asupra copiilor sau alte imagini inadecvate/ilegale, dispozitivul ar trebui predat autorităților.
- Să faceți promisiuni pe care nu le puteți respecta (cum ar fi asigurarea că nimeni altcineva nu va afla sau că incidentul nu se va repeta).
- Să îi cereți copilului să aștepte până când o altă persoană poate fi prezentă pentru a fi martor la dezvoltare.

## Evitarea culpabilizării victimei

Culpabilizarea victimei reprezintă orice limbaj sau comportament care sugerează (intenționat sau neintenționat) că victima abuzului sau prejudiciului este parțial sau în întregime responsabilă pentru experiența sa.

Indiferent dacă ești părinte sau îngrijitor, sau lucrezi cu copii și tineri într-o capacitate profesională, blamarea victimei este dăunătoare pentru copii și tineri, și îi poate descuraja să caute sprijin sau să vorbească deschis despre experiențele lor.

Când tinerii se tem că vor fi pedepsiți, este mai puțin probabil să aibă curaj să își împărtășească preocupările și să ceară ajutorul de care au nevoie. Pentru a evita rezultatele negative, este crucial ca tinerii să fie încurajați să vorbească cu adulții de încredere și să fie asigurați că au un spațiu sigur pentru conversații.

Evitați expresii și întrebări precum:

- De ce ai făcut asta?
- De ce ai încălcat regulile pe care le-am stabilit?
- De ce nu ai venit mai devreme să spui?
- Ce te-ai așteptat să se întâmple?
- Ar fi trebuit să știi mai bine.
- A fost o alegere periculoasă.
- Te-ai pus singur în pericol prin...

Dacă lucrați cu copii și tineri, politicile și procedurile instituției dumneavoastră ar trebui să promoveze atitudini și limbaj împotriva culpabilizării victimelor. Dacă adulții din unitate afișează atitudini de blamare a victimelor, conștient sau inconștient, este important să discutați despre aceasta cu ei și să contestați acest comportament într-un mod constructiv.

## SECȚIUNEA 10

# Raportarea cazurilor de abuz online

Dacă aveți informații sau îngrijorări legate de un posibil caz de abuz online, colaborarea cu agențiile corespunzătoare asigură primirea rapidă a asistenței adecvate.

## Pentru părinți și îngrijitori

Discutați cu copilul dumneavoastră pentru a-i oferi sprijin și asigurare, și, dacă este necesar, raportați abuzul suspectat școlii copilului și/sau autorității naționale competente.

Raportați incidentul online folosind setările de raportare, blocare sau moderare disponibile pe platformele pe care le folosește copilul.

De asemenea, puteți raporta materialele care conțin abuzuri sexual asupra copiilor platformei sau site-ului unde sunt găzduite, sau prin mecanisme de raportare naționale și internaționale. Pentru mai multe informații, consultați pagina 17.

Dacă considerații că copilul dumneavoastră este în pericol imediat, contactați forțele de ordine locale sau naționale.

## Pentru profesioniști

Toate instituțiile și organizațiile care lucrează cu copii și tineri ar trebui să aibă în vigoare politici și proceduri clare de protecție a copilului. Persoana sau ofițerul desemnat pentru protecția copilului va putea să vă indice unde se găsesc aceste documente dacă nu sunteți familiarizat cu ele.

Aceste documente ar trebui să fie revizuite în mod regulat, citite și înțelese de toți adulții. Asigurați-vă că comunicați cu responsabilul de protecție sau cu managerul direct pentru a vă menține cunoștințele și practica actualizate.

Dacă există orice preocupare cu privire la bunăstarea unui copil, urmați procedurile obligatorii ale instituției dumneavoastră pentru a semnala îngrijorarea și a o escalada fie către o persoană sau organizație cu responsabilitate în domeniul protecției, fie către autoritatea relevantă, de exemplu poliția locală, organizația națională de raportare sau serviciile locale de suport.

Dacă credeți că copilul este în pericol imediat, contactați forțele de ordine locale sau naționale, o linie națională de asistență sau alte agenții relevante, cum ar fi serviciile locale de protecție a copilului.

## Utilizarea terminologiei corecte în timpul raportării

Dacă rolul dumneavoastră implică proceduri obligatorii de protecție, este crucial ca orice raport să folosească terminologie corectă pentru a descrie cu precizie infracțiunile. Este util și pentru părinți să folosească terminologie corectă, deoarece aceasta îi va ajuta să acceseze suportul și îndrumările potrivite.





## SECȚIUNEA 11

# Mesaje cheie despre siguranța online care pot fi împărtășite copiilor

**Educația și sprijinul sunt cele mai bune instrumente pentru a ajuta un copil să înțeleagă și să gestioneze riscurile din mediul online.**

Următoarele mesaje cheie despre siguranța online acoperă diverse subiecte, bazate pe riscurile cu care se pot confrunta copiii și tinerii în mediul online. În timp ce mulți copii și tineri folosesc Wi-Fi în casele lor, cu filtre implementate sau cu restricții de conținut configurate pe dispozitivele personale, aceste tipuri de controale nu sunt garantate a fi 100% eficiente. Prin urmare, împărtășirea acestor mesaje cheie poate ajuta copiii și tinerii să folosească internetul într-un mod sigur și responsabil.



## 1. CREAREA ȘI DISTRIBUIREA DE CONȚINUT

Pe măsură ce copiii cresc, interesul lor se va muta probabil de la simplul consum al conținutului la crearea și distribuirea propriului conținut, și există mai mulți factori de luat în considerare pentru a învăța cum să facă acest lucru în siguranță și în mod responsabil. În funcție de vârsta copilului cu care discutați, există următoarele două întrebări utile pe care le puteți adresa:

### “Cine poate vedea ce distribui online?”

Este important ca copiii și tinerii să își păstreze informațiile personale în siguranță și să folosească setările de confidențialitate disponibile pentru a se asigura că sunt confortabili cu publicul postărilor lor. Aceștia ar putea avea nevoie de ajutor pentru a pune aceste setări în aplicare.

De asemenea, este esențial să ne amintim că, chiar și cu aceste setări, se pot face capturi de ecran, pot fi înregistrate live streaming-uri, mesajele și comentariile pot fi copiate sau redirecționate altora, iar lucrurile postate online pot reveni în atenția publicului în viitor.



# “Ai consimțământ pentru ceea ce dorești să distribuie?”

Când vine vorba de distribuirea de conținut online, este important să ai consimțământul persoanelor care apar în fotografiile sau videoclipurile pe care le încarci. Consimțământul este un concept cheie pe care copiii și tinerii trebuie să-l exploreze și să-l înțeleagă, dar care este adesea trecut cu vederea. Un mod simplu de a vorbi despre consimțământ este că acesta trebuie să fie:

## **ACORDAT LIBER**

acest lucru înseamnă că nimeni nu ar trebui să se simtă presat să dea permisiunea pentru ceva.

## **REVERSIBIL**

chiar dacă cineva și-a dat consimțământul în trecut, este dreptul lor să se răzgândească

## **SPECIFIC**

acest lucru înseamnă că fiecare cerere de consimțământ trebuie să fie specifică pentru acel moment, și că nu se pot face presupuneri. De exemplu, doar pentru că cineva și-a dat consimțământul în trecut nu înseamnă că poți presupune că își va da din nou consimțământul.

## **INFORMAT**

persoana trebuie să primească toate informațiile necesare pentru a-și putea da consimțământul în mod corespunzător.

**Practicarea consimțământului este importantă. Înainte de a posta poze sau orice alt conținut legat de tinerii din viața ta pe rețelele de socializare, arată-le ce vrei să postezi și cere-le acordul.**



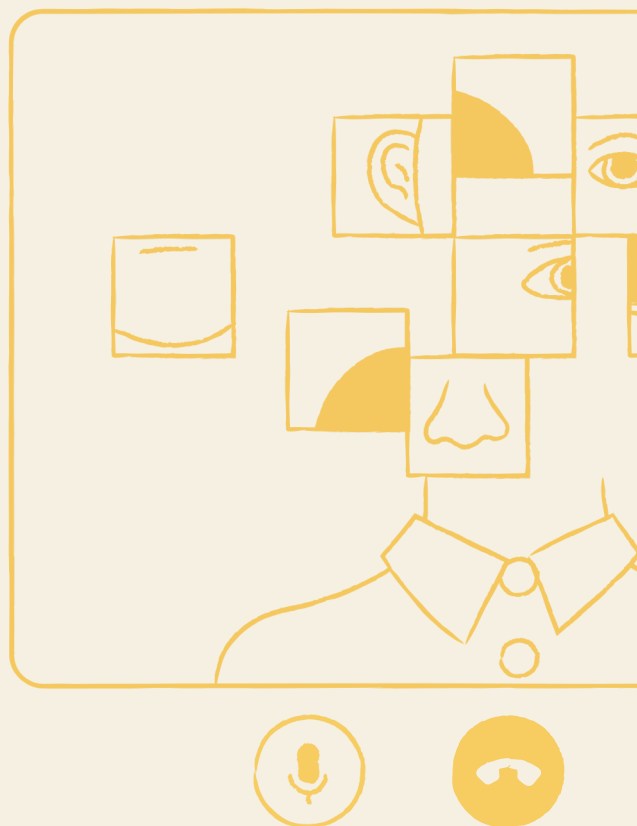
## 2. PRIETENIILE ȘI RELAȚIILE ÎN MEDIUL ONLINE

Lumea online este într-o continuă evoluție în ceea ce privește activitățile și mai ales comunicarea copiilor și tinerilor. Granițele dintre "viața online" și "lumea reală" sunt foarte vagi, deoarece activitatea online este o extensie naturală a socializării offline și este o parte semnificativă a vieții reale. În funcție de vârsta copilului cu care discutați, există următoarele două întrebări utile pe care le puteți adresa:

### “De unde cunoști această persoană?”

Având în vedere că mulți copii folosesc funcțiile de comunicare oferite de platformele de jocuri, prietenii se dezvoltă online între persoane care nu s-au întâlnit niciodată față în față, iar mesajele primite de copii și tineri ar trebui să reflecte acest lucru. Permisivitatea unui adult pentru toate cererile de prietenie este un pas util pentru copiii mai mici, la fel ca investigarea setărilor care controlează activarea sau dezactivarea funcțiilor de chat.

Cu copiii mai mari care pot discuta cu alți utilizatori online, este important să discutați despre tipurile de subiecte adecvate pentru conversațiile online și comportamentele suspecte care indică faptul că ceva nu este în regulă. Asigurați-vă că tinerii și copiii știu că prietenii din mediul online sunt străini și, dacă orice conversație sau comportament îi face să se simtă inconfortabil, de exemplu dacă cineva cere informații personale sau fotografii, este vital să vorbească imediat cu un adult de încredere.

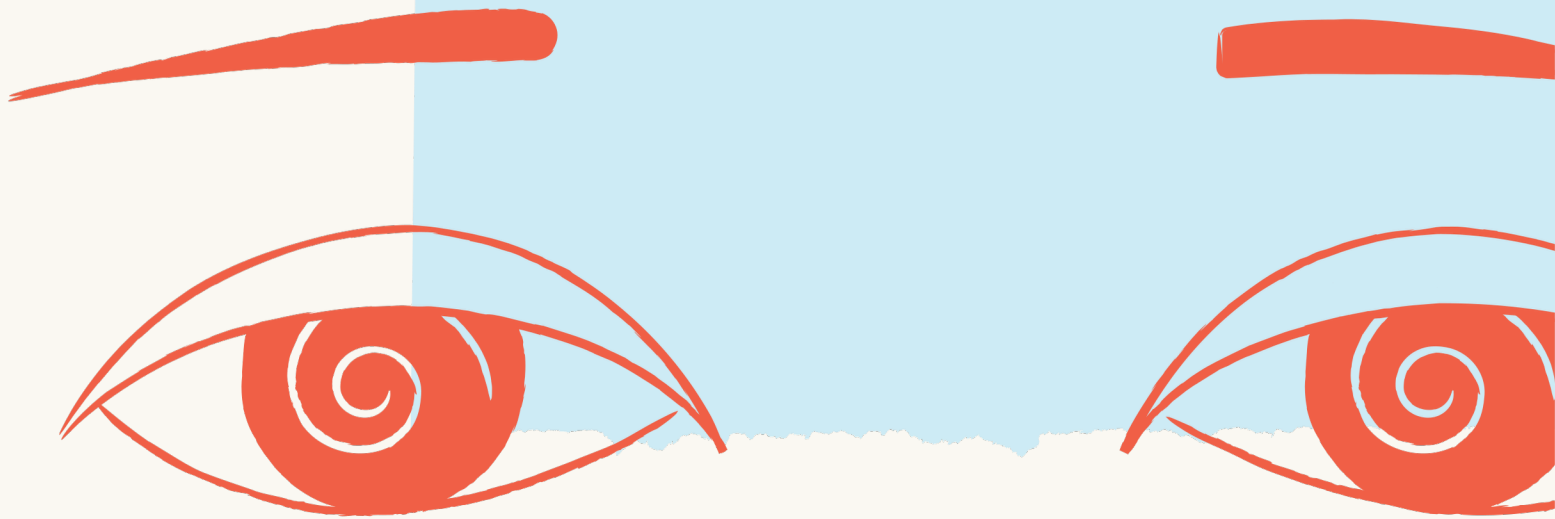


## “Ce ai face dacă cineva te presează să faci ceva ce nu vrei să faci?”

Presiunea din partea altora ar putea implica diverse situații, cum ar fi solicitări de a trimite imagini sau videoclipuri cu ei înșiși (îmbrăcați, parțial îmbrăcați sau nud), de a participa la comportamente care i-ar putea deranja pe alții sau de a se alătura provocărilor online periculoase. Mesajul cheie aici este că nimeni nu are dreptul să îi oblige să facă ceva în mediul online cu care nu se simt confortabil și, dacă acest lucru se întâmplă, trebuie să anunțe imediat un adult de încredere.

O prietenie sau o relație "sănătoasă" nu se bazează pe abuzul de încredere sau de putere, și este în regulă să refuzi lucrurile pe care nu le dorești. Cu toate acestea, în copilărie sau în tinerețe, poate fi dificil să spui nu sub presiune, așa că acestea sunt conversații care trebuie începute, și chiar exersate, de la o vârstă fragedă.





### 3. SĂNĂTATEA MINTALĂ

Internetul este o resursă incredibilă și o modalitate excelentă de a ne conecta cu ceilalți, de a interacționa cu conținut recreativ, și de a explora noi interese și tendințe. Cu toate acestea, este important ca tinerii și copiii să înțeleagă impactul pe care conținutul online îl poate avea asupra sănătății lor mintale și a bunăstării generale. Dacă navigarea pe internet începe să afecteze negativ sănătatea mintală a copiilor și tinerilor, este esențial să recunoaștem că acest lucru se întâmplă și să luăm măsurile necesare pentru a restabili echilibrul și a-i proteja pe cei în cauză. În funcție de vârsta copilului cu care discutați, există următoarele două întrebări utile:

## “Cum știi când ai petrecut prea mult timp online sau crezi că ar putea fi nevoie de o pauză?”

Încurajarea copiilor și tinerilor să se poată observa pe ei înșiși și să identifice efectele fizice și psihologice ale utilizării excesive a internetului poate începe de la o vârstă fragedă. Copiii mici pot fi capabili să recunoască simptome fizice, cum ar fi ochi iritați și dureri de cap după prea mult timp petrecut în fața ecranului și, cu siguranță, vă vor putea descrie cum îi face să se simtă vizionarea unor lucruri supărătoare sau înfricoșătoare.

Aceste conversații pot fi apoi dezvoltate și extinse pe măsură ce copiii cresc, explorând mai mult tipul de conținut pe care îl consumă și efectul pe care acesta îl poate avea, de exemplu, întrebând cum îi face să se simtă materialele creatorilor de conținut, abordând subiectul conținutului editat pentru “îmbunătăți” estetica și faptul că, oamenii tind să își arate “cea mai bună versiune a lor” a lor în mediul online, ceea ce nu reflectă realitatea.

## “Ce i-ai spune cuiva a cărui activitate online îi afectează negativ sănătatea mintală?”

Această întrebare este utilă din două motive. În primul rând, le oferă copiilor și tinerilor oportunitatea să demonstreze ceea ce știu despre protejarea sănătății lor mintale în mediul online, reflectându-se în sfaturile pe care le oferă. În al doilea rând, evidențiază faptul că utilizarea internetului poate afecta sănătatea mintală și că este util să fim conștienți de acest aspect.

Dacă copiii și tinerii:

- sunt conștienți de emoțiile pozitive și negative pe care le pot provoca navigarea pe internet,
- sunt conștienți de semnele de avertizare că ceva ar putea să nu fie în regulă și
- au ocazia să discute deschis și sincer despre aceste aspecte,

atunci conversațiile despre internet, tehnologie, sănătate mintală și modul în care să ne sprijinim reciproc vor deveni o parte normală a dezvoltării lor.

#### 4. RAPORTAREA CONȚINUTULUI ȘI SOLICITAREA DE AJUTOR

Dacă copiii și tinerii întâlnesc ceva online care îi deranjează, îi îngrijorează sau îi face să se simtă inconfortabil în orice fel, cel mai important lucru pe care îl pot face este să spună imediat unui adult de încredere. De asemenea, este important ca orice conținut online inadecvat să fie raportat serviciilor corespunzătoare. În funcție de vârsta copilului cu care discutați, există următoarele două întrebări utile pe care le puteți adresa:

## “Care sunt adulții de încredere din viața ta la care poți apela pentru ajutor dacă ai o problemă în mediul online?”

Aceștia ar putea fi un membru al familiei, un prieten al familiei, cineva de la școală sau oricare alt adult din viața lor cu care se simt suficient de confortabil să discute.

A stylized illustration of a girl with long dark hair, wearing a light blue dress, holding a flag on a pole. The flag is light blue with a white border. The background is a mix of yellow and white, suggesting a bright, sunny day.

## “Poți să-mi arăți unde se poate raporta ceva pe această aplicație/joc/site?”

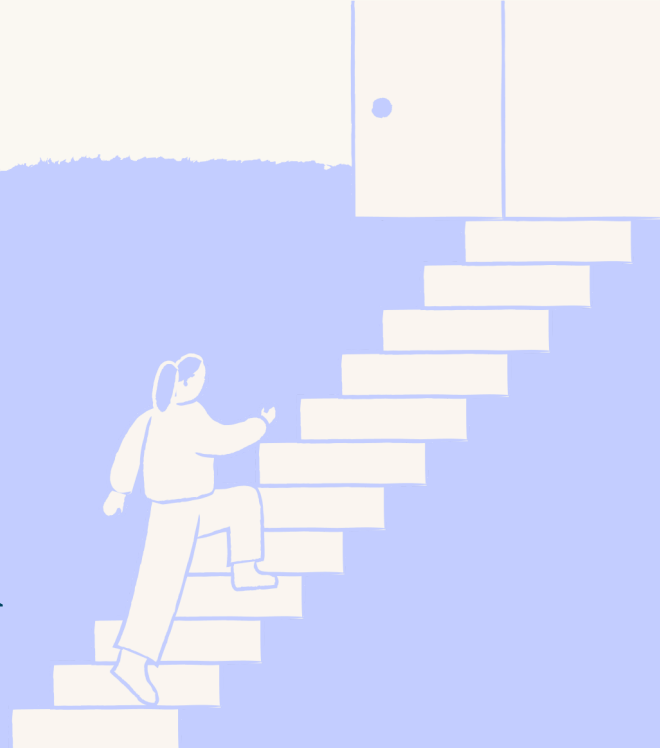
Toate site-urile și serviciile online ar trebui să aibă canale de raportare disponibile, unde conținuturile sau comportamentele care încalcă termenii și condițiile de utilizare pot fi semnalate unui moderator. Totuși, aceste canale pot fi uneori greu de găsit, iar copiii și tinerii s-ar putea să nu știe cum sau când să le folosească. Familiarizarea cu rutele de raportare pe serviciile populare este o activitate utilă, și întrebând copiii dacă știu cum să acceseze aceste funcții le puteți evalua nivelul de cunoștințe.

Conținutul sau comportamentul neautorizat care poate fi raportat ar putea include:

- informații false,
- spam sau vânzări nesolicitate,
- bullying sau hărțuire,
- mesaje de ură pe motive de etnie, religie, orientare sexuală sau alte caracteristici protejate,
- conținut care incită la violență sau la activități teroriste,
- referințe la sinucidere sau autovătămare,
- grooming online,
- conținut pornografic sau nuditate,
- imagini care conțin abuzuri sexuale asupra copiilor.

Dacă un copil sau tânăr vine cu o problemă pe care trebuie să o raportați la un serviciu online, atunci este utilă salvarea cât mai multor dovezi posibile pentru a susține raportul. Acest lucru ar putea include capturi de ecran ale mesajelor, imagini și jurnale de chat. În funcție de țara în care vă aflați, ar putea fi disponibile linii telefonice naționale pentru raportarea conținutului online ilegal. Dacă simțiți că un copil sau tânăr este în pericol imediat, nu întârziați să solicitați ajutor; ar putea fi nevoie să contactați serviciile de protecție a copilului sau poliția.

# Unde să apelați pentru ajutor



- Liniile de asistență permit discuții cu un profesionist instruit prin telefon, mesaje text sau chat. Aceștia vor discuta despre provocările dumneavoastră și vă pot ajuta să vă conectați cu suportul potrivit. Pentru o listă de linii de asistență din apropiere, vizitați [icmec.org/hotlines-and-helplines/](http://icmec.org/hotlines-and-helplines/)
- Liniile de urgență sau portalurile de raportare permit semnalarea imaginilor sau videoclipurilor suspecte de abuz sexual asupra copiilor în mediul online. Găsiți linia națională de raportare la [inhope.org/EN](http://inhope.org/EN)
- Pentru un serviciu gratuit care vă poate ajuta să eliminați sau să opriți distribuirea online a imaginilor sau videoclipurilor cu nuditate, nuditate parțială sau conținut sexual explicit, vizitați [takeitdown.ncmec.org/](http://takeitdown.ncmec.org/)
- Pentru resurse destinate părinților, îngrijitorilor, educatorilor și tinerilor și informații detaliate despre diferite probleme online, vizitați UK Safer Internet Centre la [saferinternet.org.uk/](http://saferinternet.org.uk/)
- Pentru informații și resurse despre prevenirea exploatarei sexuale a copiilor online, vizitați [thinkuknow.org.au](http://thinkuknow.org.au)
- Pentru profesioniștii care au nevoie de mai multă asistență în gestionarea unor probleme de siguranță online, contactați UK's Online Safety Helpline: [saferinternet.org.uk/professionals-online-safety-helpline](http://saferinternet.org.uk/professionals-online-safety-helpline)
- Pentru a raporta amenințări online, bullying, hărțuire, falsificare a identității, conținut violent sau conținut legat de auto-vătămare, accesați [reportharmfulcontent.com](http://reportharmfulcontent.com)



# Transformarea Informațiilor în Acțiuni Concrete

Tehnologia și lumea online oferă copiilor și tinerilor o gamă incredibilă de oportunități. Este vital ca drumul pentru a deveni utilizatori de internet competenți și independenți să fie îngrijit în fiecare etapă de către adulți care sunt conștienți de modul în care copiii și tinerii utilizează tehnologia și pot oferi sfaturi și sprijin eficient atunci când este nevoie. Urmând recomandările și informațiile oferite în acest ghid, și educându-ne pe noi înșine și pe copiii aflați în grija noastră, putem crea o experiență online mai sigură, mai plină de bucurie și de sens pentru toți copiii și tinerii.