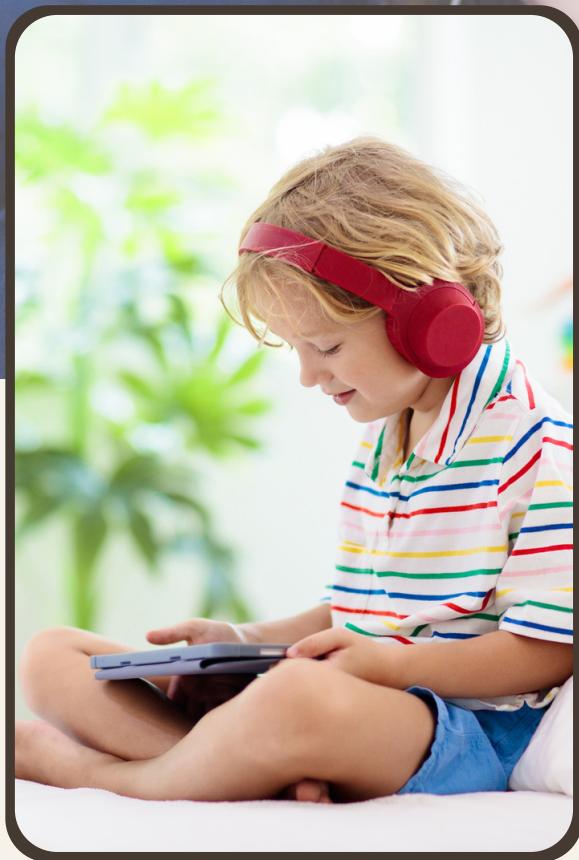


Ouerhandleiding



OUERSKAP IN 'N DIGITALE ERA



Stap-vir-stap
ouerhandleiding om
jou gesin se aanlyn
veiligheid te verseker.

Ouerskap in 'n digitale era

Ouerskap is nie maklik nie. Elke ouer het hulle eie uitdagings, finansies, werk, huwelik en die dan het ons nog nie eens begin praat oor kinders grootmaak nie. Omdat die meeste hedendaagse gesinne tegnologie gebruik vir speel, ontspanning en werk, moet daar ook oor almal se aanlyn veiligheid gewaak word.



INTERNETTOEGANG

Ons wil graag ons kinders goeie waardes, norms en beginsels leer. Ons is ongelukkig nie meer die enigstes wat toegang het tot ons kinders nie.

Ons kinders word beïnvloed deur alles en almal met wie hulle in aanraking kom. Tot dusver was hulle maats, skool, televisie en boeke die enigste invloede wat saakgemaak het, maar meer onlangs kompeteer ons ook teen 'n (digitale) wêreld waaraan hulle elke dag blootgestel is.

"Ons is die eerste generasie ouers wat kinders moet grootmaak in 'n digitale wêreld en self nie grootgeword het met slimfone nie. Ons het nie 'n raamwerk waarop ons kan terugval nie. Dit is hoekom ek die boek bymekaargesit het. As jy, soos ek, bekommert is oor waaraan my kinders aanlyn blootgestel kan word, (en ons weet daar is baie gemors aanlyn), maar jy is onseker hoe om te begin of selfs wáár om te begin, dan is dit die ideale wegspringplek."



Aanlyn gevare

Die probleem is as jou kind toegang het tot die internet dan het die internet toegang tot jou kind!

“ Dit alles begin met 'n besluit! ”

Internetsekuriteitsbedreigings verander voortdurend. Hierdie gids is dus die eerste stap om ingelig te bly sodat jy jou kind en ander gesinslede kan beskerm teen aanlyn gevare.

Vandag se kinders word met tegnologie groot en leer dit nie mettertyd aan soos vorige generasies nie. Ons leef soms in ontkenning oor die moontlike gevare waaraan ons en ons kinders moontlik aanlyn in aanraking kan kom.

Ons gunsteling argument:

“My kind sal nooit!”

“Nee, Hulle kyk net YouTube”

Kyk dokumentêr oor sosiale media gevare:



Nie net in Amerika nie!

Jy mag dalk dink dit is net in Amerika, maar navorsing wat in ons eie land, Suid-Afrika, gedoen is deur UNICEF toon die volgende:

Suid-Afrika statistiek



Ouertoesig

70% van leerders gebruik die Internet sonder ouertoesig of toestemming

Vreemdelingstoegang

25% van kinders het vreemdelinge toegang gegee tot hulle aanlyn profiele sonder dat hulle die persoon ken of al ontmoet het.





Foto's van hulself

18% het al foto's van hulself vir 'n vreemdeling gestuur.

Seksuele blootstelling

67% van kinders is blootgestel aan seksuele prente en video's op hulle digitale toestelle.



Seksuele boodskappe

30,5% van die leerders het al seksuele boodskappe ontvang.

Ouerbetrokkenheid

42% van leerders het nie leiding of advies van hul ouers ontvang oor hoe om veiliger aanlyn te wees nie.



Gruwelike prente

34,5% van leerders is al blootgestel aan haatspraak en 32,7% aan gruwelike prente.

Ouerleiding

57% van ouers het gesê hulle het nog nie met hulle kinders gepraat oor hoe om die Internet veilig te gebruik nie.



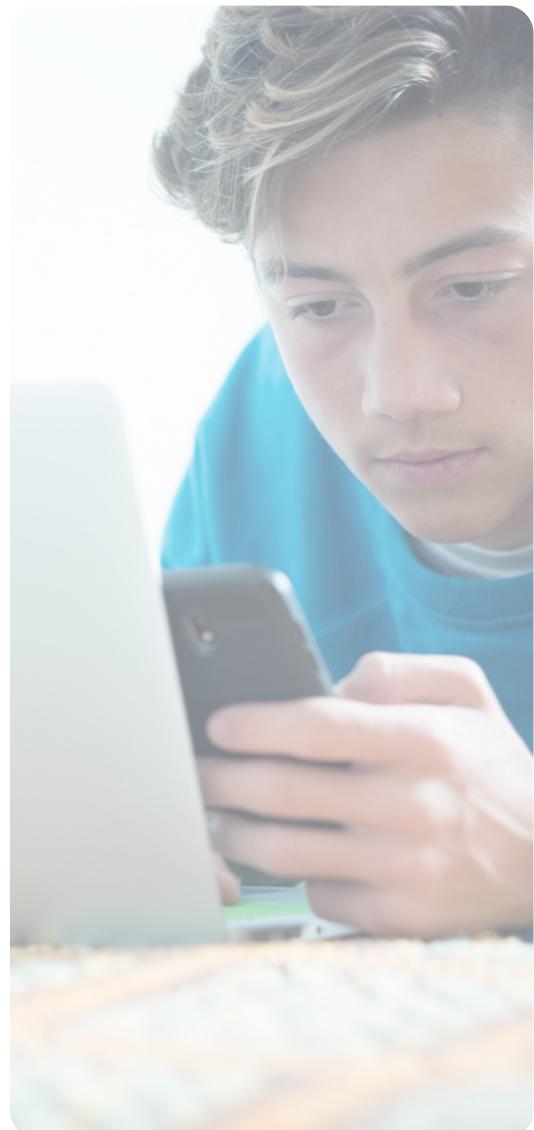
Laai verslag hier af:



Jy is nie alleen nie! Ons wil jou graag bystaan om ons kinders te beskerm teen die gevare wat die Internet inhou. Onveilige Internetgebruik kan lewensveranderende gevolge inhou. Maar waar begin jy?

SO WAAR BEGIN JY?

Daar is ses kernpunte (stappe) waarna ons gaan kyk. Die stappe gaan jou help om met 'n geruste hart 'n pro-aktiewe digitale ouer te word. Die boek is die eerste stap in jou reis om jou en jou gesin te beveilig teen aanlyn gevare.



#1 Kommunikasie

Gesels met jou kinders. Oor alles. Maak dit 'n prioriteit om met jou kinders te kommunikeer en daarmee saam 'n veilige omgewing te skep sodat hulle ook met jou kan gesels oor enige iets. Dit gebeur nie oornag nie, maar is absoluut die moeite werd. Effektiewe kommunikasie voorkom baie probleme en indien iets gebeur kan dit gou aangespreek word voor dit te groot word.

“ As jy staan vir niks gaan jy val vir alles.”

#2 Waardes, norms en geloof

“As jy staan vir niks gaan jy val vir alles.”

Jou kinders se eerste linie van verdediging is hulle waardes en normes. Ons moet seker maak dat ons kinders se aksies gegrond is in die waardes, normes, geloof en respek van die huisgesin. Dit word slegs gevorm as ons tyd saam met ons kinders spandeer, hulle reg leer en ook ons eie waardes en normes uitleef.

As kinders jou waardestelsel deel is dit makliker om die belangrikheid van grense (aanlyn monitors en beperkings) wat jy in plek stel te aanvaar en selfs die belangrikheid daarvan raak te sien.

#3 Jy is die voorbeeld

“Maak soos ek sê, nie soos ek maak nie.”

Ons as ouers moet uit 'n plek van gesag praat en dit is net soveel beter as ons self ook ons eie raad volg. Stap een is om ons eie skermtyd te monitor.

Kyk hier:



Screentime



Digital wellbeing



Aanlyn gevare

Jy mag dalk jou kinders vertrou, maar wat van die twee biljoen ander mense wat ook op die Internet is? Onthou as jou kind toegang het tot die Internet het die Internet toegang tot jou kind!

Onthou dit is ons taak om ons kinders veilig te hou

1. Stel limiete vir skermyd – vir jouself sowel as jou kinders.
2. Wees die voorbeeld, en verduidelik vir jou kinders die verskil tussen pret en werk skermyd. Dit is belangrik dat kinders die verskil ken en ook weet hoe om toestelle te gebruik om nuwe vaardighede aan te leer.
3. Skep skermvrye tye elke dag en gesels met mekaar.
4. Wees ingestel hoe, wanneer en waarvoor jy jou toestel gebruik.

#4 Skep digitale en aanlyn gebruikreeëls

Begin deur met jou kinders te gesels oor die positiewe en negatiewe aspekte van die digitale/aanlyn wêreld.

Positiewe aspekte :

- Ontspanning
- Gebruik vir werk
- Probleme oplos
- Resepte
- Nuwe vaardighede aanleer
- Help met huiswerk

Negatiewe aspekte :

- Kubermisdaad
- Verslawende potensiaal
- Bedreiging vir privaatheid
- Verminder fisiese aktiwiteit
- Tyd mors
- Ouderdom onvanpaste inhoud



Gesprekriglyne:

Verduidelik hoekom sekere beperkings en gebruikmaatreëls in plek gestel moet word. Reëls, riglyne en waardes skep 'n veilige omgewing waarbinne die hele gesin kan beweeg. Wees duidelik oor wanneer kinders toestelle kan gebruik, waar hulle toestelle kan gebruik en wat gebeur as hulle nie die reëls nakom nie.

Riglyne vir ouers:

Ouers:

- Installeer ouerbeheer op al jul rekenaars en slimfone. Doen dieselfde met elke platform waarop jou kinders aanteken. Wedersydse vertroue is noodsaaklik en hulle moenie dink dat jy op hulle spioeneer nie. Veiligheidsmaatreëls is egter nodig om hulle teen aanlyn gevare te beskerm.
- Moet nooit adresse, name van kinders se dagsorgsentrums of skole, telefoonnummers, identiteitsnummers of motorregistrasienummers en inligting oor skooluitstappies of vakansies op sosiale media deel nie. Wees ook versigtig watter foto's jy deel en wie dit kan sien.
- Wees altyd beskikbaar as jou kinders wil gesels oor aanlyn gebruik en moontlike probleme.
- Bepaal self 'n ouerdomsbeperking. Indien jy nie gemaklik voel met Facebook se ouerdomsbeperking van 13 jaar nie en jy voel jou kind is nie gereed nie, laat hulle maar nog 'n jaar of wat wag.
- Hou 'n wakende oog oor hulle sosialemediagebruik en bly op die hoogte van alles waarop hulle aangeteken is.
- Maak seker daar is toestelvrye tye.

Riglyne vir kinders:

Kinders moet:

- Nooit 'n aanlyn profiel skep sonder ouer se toestemming nie.
- Geen speletjie of App aflaai sonder ouer se toestemming nie.
- Nooit hulle name, geboortedatums, adres, telefoonnummer of skool aan enige iemand aanlyn stuur nie.
- Altyd skuilname gebruik in speletjies en nooit persoonlike inligting deel nie.
- Hulle wagwoorde met niemand anders as hulle ouers deel nie.
- Ouers dadelik vertel as iemand hulle ongemaklik of bang laat voel.
- Nooit iemand wie hulle aanlyn ontmoet het in persoon ontmoet sonder om eers met ouers te gesels nie.
- Nooit iemand probeer seermaak (boelie) deur boodskappe, video's of foto's aanlyn te deel nie.
- Nooit foto's of video's van iemand sonder hulle toestemming aanlyn te deel nie.
- Fone afsit gedurende etenstye.
- Nie fone in kamer of badkamer te gebruik nie.
- Foon afsit na _____ nm in die aand.

#5 Installeer beskermingsmaatreëls en sagteware



Android: family link



1. Laai die google **Family link App** af op Play store.
2. Skep 'n Google account vir jou kind.
3. Teken in op jou toestel in Family link met jou Google-rekening.
4. Koppel jou kind se toestel deur die stappe op Family link te volg.

Die Google **Family link** stel jou in staat om:

- Skermtyd te stel
- Sekere App's te blok
- Kind se beweging en ligging te monitor

Iphone (IOS): Family sharing



1. In settings klik op **naam, apple ID, iCloud+, media & purchases**
2. Klik op **Family sharing**
3. Klik op **+Add member**
4. As jou kind nog nie Apple account het nie klik op: **Create an account** for a child
5. Klik op **Screen time** om die aktiwiteit van elke kind te monitor en tydlimiete te stel.
6. Onder **Content & privacy restrictions** kan webwerfinhoud gestel word, asook watter webwerwe toegelaat word.

Spandeer tyd om deur al die funksionaliteite wat **Family sharing** of **Google family link** jou bied te gaan, asook hoe om dit op te stel.

Hier is **skakels** na oulike video's wat jou ook verder kan help.



Google Family Link Tutorial



How to Set Up Parental Controls on iPhone or iPad

Die twee gratis opsies is goed vir as jou kind nog klein is, maar sodra hulle allerhande sosialemedia begin gebruik moet jy ekstra sekuriteit oorweeg.

Altwee die volgende opsies is betalende opsies maar absoluut die moeite werd:

Opsie 1: Canopy



Canopy is 'n toepassing wat jou help om jou en jou familie veilig te hou deur eksplisiële inhoud te blok.

Canopy skandeer elke webwerf en blok dadelik enige pornografiese foto's en video's, dit kan selfs eksplisiële swemklerefoto's blok.

Canopy kan 'n webwerf wat goeie en slegte inhoud bevat skandeer om net die slegte inhoud te blok en jou steeds toegang te gee tot die goeie inhoud.

Canopy kan ook help om swak besluite te voorkom. Dit stel jou as ouer in kennis as jou kind onvanpaste foto's of video's stuur of ontvang.

Opsie 2: Bark



Bark is soortgelyk aan Canopy en bied ook jou as ouer die bystand om jou gesin te help beskerm teen aanlyn aanvalle. Dit is baie gebruikersvriendelik en absoluut die geld en gemoedsrus werd.

#6 Bly op datum met wat aangaan in die digitale wêreld

Kommunikasie is uiters belangrik. Wees geïnteresseerd in jou kinders se belangstellings en ontmoet hulle aanlyn in hulle wêreld. Volg jou kinders se profiele op die verskillende platforms. Onthou moet hulle nie in die verleentheid stel nie...

Vind uit wat is die nuutste gier en gesels oor wat hulle aanlyn doen. Dit is ook belangrik om te weet watter toepassings en speletjies geskik is vir sekere ouerdomme.

Ons hoop die kort en kragtige digitale ouergids het jou die nodige hupstoot gegee om 'n pro-aktiewe digitale ouer te word.

As jy enige vrae of ekstra leiding nodig het besoek gerus die webwerf: beintouch.org.za. Hulle is uitstekend om ouers verder op hulle digitale reis by te staan.

Indien jy verdere vrae of ondersteuning nodig het kontak die Wolkskool span:

 wolkskool@skole.co.za of  071 509 2588

