



Създаване на профили в социалните мрежи – кога и как

Социалните медии са неизменна част от живота на децата и тийнейджърите днес. Създаването на първия профил може да бъде вълнуваща и важна стъпка за вашето дете и неговото социално развитие и включване. Като родител, вие играете ключова роля в това да се случи в подходящ момент и възраст на детето и, разбира се, по правилния начин. Интернет е забавно място за децата, но и предизвикателство, с което трябва да ги научим да се справят по отговорен начин.

За родителите често е предизвикателство да бъдат в крак с различните приложения и игри, които децата играят, и какво точно правят децата им онлайн – дали са запознати с настройките на безопасност и каква лична информация споделят. Така възникват редица въпроси и безпокойства относно създаването на профили в социалните мрежи. Ключът към успешното справяне с тях е да сме информирани и подготвени: защо, кога да създадем профил на нашите деца и как да го защитим?

1. Кога е подходящият момент?

Възраст на детето: не е препоръчително детето ви да има профил, в която и да е социална мрежа, преди да навърши 13 години. Това е и минималната позволена възраст за създаване на профили в социалните медии. В България тя е 14 години. Това не е произволно ограничение – взети са предвид технически, законови, емоционални и психологически фактори, свързани с израстването на децата, включително физиологичното развитие на мозъка и функциите на фронталния лоб, които са свързани с развитието на личността и критичното мислене.

Зрелост: децата са различни и трябва да отчитаме, че понякога зрелостта и възрастта се разминават. Затова е много важно преди всичко да оцените готово ли е детето ви да има профил в дадена социална мрежа, знае ли как да я ползва, говорили ли сте за сигурността в мрежата, за непознатите и за всички други рискове, с които може да се сблъска. Друг въпрос, който следва да си зададете, е детето доказало ли е способността си да разбира и спазва правилата за онлайн поведение.

Поговорете предварително с детето: обсъдете желанието му да създаде профил в социална мрежа, в коя точно и дискутирайте защо. Изслушайте го внимателно, без да го прекъсвате или да оспорвате желанието му, и задавайте въпроси, които ще ви помогнат да разберете мотивите му и неговата готовност да се справи с отговорностите, свързани с тази стъпка.

2. Как да създадем профил безопасно?

След като сте решили, че вашето дете е достатъчно подготвено да има профил в социална мрежа, е важно да го направите заедно, по подходящия начин:

Изберете заедно подходяща платформа: има много социални мрежи, всяка с различни характеристики и ограничения. Изберете тази, която най-добре отговаря на нуждите и интересите на вашето дете, като в същото време вземете предвид и нейната безопасност. Добре е да имате предвид, че в Instagram профилът е защитен, само ако е поверителен/частен (private) и само ако родителят включи всички настройки и филтри. В TikTok условията са сходни, като и в двата случая, не можете чрез родителски контрол да заключите профила да е само поверителен, което означава, че може да разчитате само на

изградената връзка и отношения детето да не промени профила от поверителен към публичен. Обикновено го правят – за повече лайкове и последователи.

Запознайте се с настройките за безопасност: Обикновено социалните медии предлагат настройки за поверителност, които позволяват на потребителите да контролират коя информация да е достъпна за всички и коя да е само за приятели. Уверете се, че профилът на вашето дете е зададен така, че да осигурява най-добра защита на личните му данни. Профилната снимка на детето ви винаги е публична, тоест видима от всички, затова ви съветваме тя да не е на детето, а нещо, което харесва (куче, котка, любим герой) или аниме.

3. Как да се уверим, че детето използва социалните медии отговорно?

Постоянно следене на дейността на вашето дете в социалните мрежи е невъзможно и дори нежелателно. Разбира се, можете да използвате програми за родителски контрол, но истината е, че те са подходящи за деца до 12 години. След тази възраст е по-подходящо е да разчитате на изграденото доверие. Затова посветете достатъчно време да му покажете как да използва социалните мрежи отговорно:

- **Поддържайте открит диалог:** Разговаряйте с вашето дете за това какво прави в социалните мрежи, с кого комуникира и как се чувства за различни ситуации, които може да срещне. Не настоявайте да му станете приятел във Facebook или Instagram, ако то само не ви добави. Негово право е да има лично пространство, включително и онлайн, и само да прецени до къде да ви допусне. Уважавайте това право, това ще ви се отплати.

- **Подкрепяйте го да бъде добър и примерен онлайн потребител:** Обяснете на вашето дете дигиталния етикет (netiquette) и защо е важно да се държи уважително с другите потребители, да спазва правилата на платформата и да сигнализира за неподходящо съдържание или поведение.

Съвети към родителите:

- **Не създавайте профил на вашето дете в социалните медии преди да навърши 13 години.** Ако го направи зад гърба ви – не се шокирайте и не го наказвайте. Покажете му, че е нарушило доверието помежду ви и изговорете спокойно ситуацията и последствията от нея. Не бързайте да изтривате профила.
- **Проверете дали профилът му е защитен със силна парола и филтри,** дали личните данни са защитени и кои са приятелите, които е приело в профила си (всички те реални деца ли са, познава ли ги лично и на живо).
- **Поддържайте открита комуникация с детето** за неговата онлайн активност – какво прави в социалните медии, с кого общува, какво гледа, кого следва, кои са любимите му инфлуенсъри. Така, от една страна ще сте наясно какво го вълнува, а от друга – то ще знае, че може да ви се довери и да ви потърси за съвет или помощ при проблем.
- **Бъдете пример с вашето собствено онлайн поведение** – то може да бъде сериозен стимул за вашето дете. Покажете му как да използва социалните медии отговорно, като споделяте позитивно и вдъхновяващо съдържание, и като се отнасяте с уважение към другите онлайн потребители.
- Ако имате нужда да поговорите с експерт по темата, не се колебайте да потърсите консултантите на Националния център за безопасен интернет на Консултативната линия 124 123 или в чата на safenet.bg.