

GIÁO DỤC AN TOÀN MẠNG CHO TRẺ TIỂU HỌC

# SỔ TAY DÀNH CHO PHỤ HUYNH



Thân gửi phụ huynh,

Con bạn vừa học về cách giữ an toàn trên không gian mạng thông qua câu chuyện '**Cuộc Phiêu Lưu Online Của Linh và Danh**', ở dạng truyện tranh hoặc phim hoạt hình. Bạn có thể tải truyện tranh cũng như xem phim hoạt hình này tại trang web <https://gocantoan.saigonchildren.com>.

Nội dung của truyện và phim được thiết kế nhằm cung cấp cho trẻ những kiến thức cơ bản về các hành vi trên mạng cũng như những rủi ro mà mạng Internet có thể mang lại. Thông điệp được truyền tải một cách nhẹ nhàng thông qua hình ảnh và ngôn ngữ phù hợp với lứa tuổi tiểu học.

Câu chuyện '**Cuộc Phiêu Lưu Online Của Linh và Danh**' khuyến khích các con nên báo ngay với một người lớn đáng tin cậy, như cha mẹ hoặc thầy cô giáo, nếu con cảm thấy buồn, lo lắng hoặc sợ hãi về điều gì xảy ra với trẻ sau khi lên mạng.

Khi chúng ta lớn lên, rủi ro trên mạng là một khái niệm không tồn tại vì Internet lúc đó chưa xuất hiện hoặc chưa được phổ biến rộng rãi ở Việt Nam. Do đó, việc chúng ta thiếu tự tin và kiến thức trong việc bảo vệ trẻ trước những nguy hiểm trên mạng là điều hoàn toàn bình thường.

Vì vậy, Saigon Children's Charity đã phát triển bản hướng dẫn cơ bản dành cho phụ huynh, bao gồm một số lời khuyên hữu ích để phụ huynh có thể trao đổi với trẻ về các vấn đề an toàn mạng được đề cập trong '**Cuộc Phiêu Lưu Online Của Linh Và Danh**'. Hi vọng bạn sẽ cảm thấy bản hướng dẫn này hữu ích khi trao đổi với trẻ về các vấn đề liên quan đến an toàn trên mạng Internet.

Trân trọng,

Damien Roberts - Giám đốc Điều hành, Saigon Children's Charity

# SỔ TAY HƯỚNG DẪN TRẺ VỀ AN TOÀN MẠNG DÀNH CHO PHỤ HUYNH

Nếu quý phụ huynh chưa có cơ hội tìm hiểu về câu chuyện '**Cuộc Phiêu Lưu Online Của Linh và Danh**', xin vui lòng tìm hiểu tại trang web <https://gocantoan.saigonchildren.com>

Câu chuyện '**Cuộc Phiêu Lưu Online Của Linh và Danh**' đề cập đến các chủ đề sau đây :

- Thông tin cá nhân là gì và tầm quan trọng của việc không chia sẻ thông tin này với những người mà trẻ không biết và tin tưởng ngoài đời thực.
- Một số nội dung trên mạng có thể gây nguy hiểm cho trẻ và những người xung quanh nếu bắt chước theo, ví dụ: các video nhào lộn, phim hành động, kinh dị, xiếc, ảo thuật v.v.
- Không nhấp vào đường link gửi từ người lạ gửi vì điều đó có thể dẫn đến những mối đe dọa tiềm ẩn như: tấn công bằng vi rút, thu thập dữ liệu bất hợp pháp, tống tiền / buôn bán trẻ em v...v...
- Cần đối xử tử tế và tôn trọng với người khác trong không gian mạng giống như ngoài đời thực.
- Khi trẻ gặp phải bất cứ vấn đề gì gây lo lắng, buồn rầu, sợ hãi khi lên mạng, cần báo ngay cho người lớn đáng tin cậy để được giúp đỡ.

Khi đọc câu chuyện '**Cuộc Phiêu Lưu Online Của Linh và Danh**', trẻ sẽ học được cách phát hiện những dấu hiệu ban đầu của hành vi gây áp lực, thao túng. Đồng thời, nhận biết được những nơi tin cậy để nhận được giúp đỡ từ người lớn, từ đó, giúp trẻ có được trải nghiệm tích cực hơn khi lên mạng. Phụ huynh có thể củng cố kiến thức trên bằng cách sử dụng một số gợi ý trong trong tài liệu này.

## THỬ THÁCH ĐỐI VỚI CHA MẸ

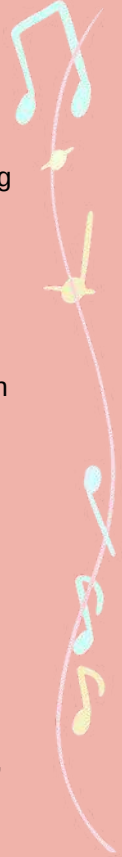
Thách thức đối với cha mẹ là Internet và công nghệ luôn thay đổi. Đồng thời, rất khó để có thể theo sát việc sử dụng Internet của trẻ một cách thường xuyên.

Điều này càng rõ ràng hơn khi một đứa trẻ ở nhóm tuổi lớn hơn, khi phụ huynh cảm thấy con mình có kỹ năng về công nghệ tốt hơn quý vị. Tuy rằng trẻ em lớn lên với công nghệ nhưng cần giúp trẻ hiểu rõ rằng thế giới trên mạng và thế giới thực không hề giống nhau. Nhưng, dù trẻ hoạt động trên không an mạng hay ngoài đời thực, trẻ luôn luôn cần sự trợ giúp của phụ huynh khi có bất kỳ vấn đề gì xảy ra.





## CHA MẸ NÊN



- **Nói chuyện với trẻ thường xuyên** về những gì các con đang làm trên mạng, giống như về những gì chúng học ở trường, thể hiện sự quan tâm thực sự. Trò chuyện thường xuyên với trẻ sẽ giúp phụ huynh và trẻ gắn kết và thấu hiểu nhau hơn. Khi trẻ có niềm tin vững chắc vào cha mẹ, con sẽ sẵn sàng chia sẻ cũng như tìm kiếm sự giúp đỡ khi cần.
- **Trao đổi với trẻ về sở thích và thói quen của con khi lên mạng.** Con có thể đang sử dụng Internet cho nhiều mục đích khác nhau, chẳng hạn như chơi trò chơi điện tử, nói chuyện với bạn bè hoặc tìm hiểu thông tin. Phụ huynh có thể đặt ra quy định rằng trẻ chỉ được sử dụng Internet ở những nơi mà cha mẹ có thể quan sát được. Giải thích với trẻ rằng đó là cách để người lớn giữ an toàn cho trẻ khi lên mạng.
- **Phụ huynh cần nắm được bạn bè của con là ai,** dù là trên mạng hay ngoài đời thực.

# NHẬN BIẾT CẢM XÚC CỦA TRẺ

Khi nói chuyện với trẻ về vấn đề an toàn trên mạng, cha mẹ có thể nhận thấy những cảm xúc khác nhau (vui buồn, thích thú, lo sợ...). Nếu nghi ngờ có điều gì đó không ổn, hãy khuyến khích trẻ chia sẻ với mình về cảm xúc, trải nghiệm không tốt đó cũng như vấn đề gì đã khiến trẻ không vui vẻ.

- Trẻ có cảm thấy lo lắng, khó chịu hoặc tức giận khi sử dụng Internet không? Nếu có hãy thử tìm hiểu lý do tại sao trẻ lại có những cảm xúc như vậy. Có thể trẻ đang bị thua trong một trò chơi, hoặc có thể ai đó đang đối xử không tốt với chúng trên mạng. Cân nhắc giới hạn thời gian để trẻ nghỉ mắt, vào lúc đó phụ huynh có thể kiểm tra xem có gì không ổn từ trò chơi không.
- Để hiểu được các thói quen, sở thích trên mạng của trẻ, cha mẹ có thể yêu cầu trẻ hướng dẫn cách truy cập hoặc tham gia vào các trang web hay ứng dụng mà trẻ yêu thích.
- Cha mẹ có thể nhận thấy trẻ cảm thấy xấu hổ lúng túng về điều gì đó mà chúng đã xem hoặc làm trên mạng, hoặc bối rối bởi một cái gì đó chúng đã thấy. Phụ huynh cần tạo cho trẻ một môi trường để chúng có thể sẵn sàng chia sẻ mà không lo lắng về việc bị trách phạt, phán xét, hoặc phải chịu trách nhiệm về những gì mình đã nghe, đã thấy, đã làm ở trên không gian mạng.
- Đối với những trẻ ở nhóm tuổi lớn hơn, khi đã được tiếp xúc nhiều với mạng xã hội, cha mẹ có thể nhận thấy rằng con em mình rất vui vì chúng nhận được lượt "thích" khi đăng một nội dung nào đó. Ngược lại, con có thể không hài lòng khi không nhận được "đủ" lượt thích. Tùy thuộc vào những gì trẻ đã chia sẻ và những người trẻ đã chia sẻ nội dung, có thể có những rủi ro tiềm ẩn với trẻ. Phụ huynh cần trao đổi với trẻ về những gì chúng đã đăng và những người có thể xem được nội dung đó.



# CÁC CHỦ ĐỀ CỐ TRONG TRUYỆN

## 1

### Chia sẻ thông tin cá nhân

Thông thường các trò chơi trên mạng (ngay cả những trò chơi được thiết kế cho trẻ nhỏ) cũng tạo ra cơ hội tương tác giữa trẻ và những người chơi khác. Gặp gỡ người lạ trên mạng là một trong những chủ đề được đề cập trong câu chuyện '*Cuộc Phiêu Lưu Online Của Linh và Danh*'. Trong câu chuyện, các nhân vật nhí đã gặp một nhân vật có ý định không tốt và tìm cách thu thập, đánh cắp thông tin cá nhân từ trẻ. Vì vậy, hãy trò chuyện thường xuyên với trẻ để giúp chúng hiểu ai là người thân quen, và ai là người lạ. Giúp trẻ hiểu thông tin cá nhân là gì (địa chỉ, tên trường học, v.v.). Từ đó, phụ huynh cần trao đổi với trẻ rằng dù trên không gian mạng hay ngoài đời thực, trẻ nên nhớ rằng không nên chia sẻ thông tin cá nhân của mình (địa chỉ, tên trường học,..) cho người lạ.

Hãy dạy trẻ phân biệt sự khác nhau giữa quyền riêng tư và bí mật. Quyền riêng tư là quyền của mọi người, còn bí mật do người khác bắt trẻ phải giữ kín thường không đúng đắn.

Lưu ý với trẻ rằng trẻ có quyền giữ bí mật thông tin cá nhân và sự riêng tư của mình. Nhưng nếu có một ai đó bắt trẻ phải giữ bí mật về chúng với gia đình và người thân thì đó có thể là người không tốt và cần báo ngay cho cha mẹ.

Sẽ rất hữu ích nếu trẻ có thể hiểu được sự khác biệt giữa bí mật **tốt** và bí mật **xấu**.

Những **bí mật tốt** thường giống như những điều bất ngờ, không mang tới tổn thương hay gây hại cho bất kỳ ai. Mặt khác, những **bí mật không tốt** là những điều gây tổn thương đến một ai đó và người đó bị bắt buộc phải giữ im lặng với những người thân về vấn đề đó.



# CÁC CHỦ ĐỀ CÓ TRONG TRUYỆN

## 2

### Nói chuyện với người lạ trên mạng

- Trên mạng xã hội, các kết nối thường được gọi là 'bạn bè'. Sử dụng các từ như "bạn bè" có thể khiến trẻ dễ hiểu lầm giữa ai là người lạ và ai mới là bạn thực sự. Giải thích với trẻ vì sao nói chuyện với những người lạ có thể gây nguy hiểm cho chúng. Nếu phụ huynh phát hiện ra trẻ đã gặp điều gì đó không ổn khi nói chuyện với người lạ, hãy bình tĩnh, tìm hiểu xem trẻ đang trò chuyện với ai, về vấn đề gì. Hãy đặt mình vào trẻ để hiểu được tâm tư tình cảm của con.
- Giải thích với trẻ rằng có những người trên mạng rất thích giấu danh tính thực sự của mình nhằm một mục đích nào đó, nên cho dù họ có tỏ ra thân thiện, quan tâm thì trẻ cũng không nên trò chuyện với họ vì những người đó vẫn là người lạ. Dẫn dắt trẻ cần báo ngay cho phụ huynh khi có ai đó yêu cầu muốn gặp trẻ một mình.
- Trong bài học này, trẻ được khuyến khích nói '**Không**' với những điều trẻ không thích hoặc cảm thấy không thoải mái. Điều này có thể sẽ hơi khó hiểu với trẻ nếu phụ huynh đã dạy trẻ luôn phải vâng lời người lớn. Giải thích với chúng về việc khi nào nói "**Không**" là thiếu tôn trọng và khi nào là cần thiết. Khi ai đó yêu cầu trẻ làm những điều mà chúng cảm thấy không thoải mái, không an toàn, hãy dạy trẻ biết nói '**Không**'.

## 3

### Đừng tin mọi thứ trên mạng là thật

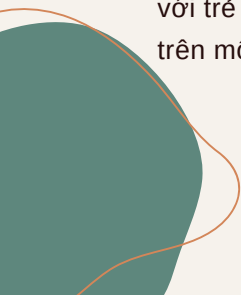
'*Cuộc Phiêu Lưu Online Của Linh và Danh*' cũng dạy trẻ không nên bắt chước theo bất cứ hành vi nào mà chúng nhìn thấy trên mạng. Khi xem TV hoặc sử dụng Internet cùng nhau, phụ huynh hãy tận dụng cơ hội để trao đổi với con về điều gì là có thật và đâu chỉ là kỹ xảo, hoặc đâu là những thứ mà trẻ không thể làm theo được vì có thể gây nguy hiểm cho mình và những người xung quanh.



# NẾU TÔI PHÁT HIỆN ĐIỀU GÌ ĐÓ ĐÃ XẢY RA VỚI CON MÌNH?

Một số trẻ có thể bị tổn thương hoặc bị làm hại khi lên mạng Internet. Lạm dụng là một chủ đề nhạy cảm và khó nói đối với bất kỳ phụ huynh nào, bất kể bản chất của hành vi lạm dụng là gì hay thủ phạm là ai. Nó tác động rất lớn đến chính bản thân đứa trẻ lẫn gia đình của chúng. Việc lạm dụng có thể xảy ra với trẻ ở bất cứ đâu, kể cả trên môi trường mạng, vì vậy, đừng đổ lỗi cho bản thân hoặc con trẻ nếu có việc không may xảy ra. Hãy xem chúng như một tai nạn và giải quyết vấn đề với một tâm thế bình tĩnh nhất.

Nếu phụ huynh phát hiện ra rằng con mình đã bị làm hại trên mạng:

- Phụ huynh cần giữ bình tĩnh và không thể hiện rằng mình đang bị sốc, mặc dù có thể bản thân phụ huynh đang cảm thấy như vậy.
  - Phụ huynh cần kiềm chế sự tức giận vì sự nóng nảy này sẽ khiến trẻ hoảng sợ và sẽ không thoải mái tường thuật lại sự việc đã xảy ra.
  - Phụ huynh cần lắng nghe, tin tưởng và tôn trọng câu chuyện mà trẻ kể. Đừng để những định kiến của bản thân ảnh hưởng đến niềm tin vào những gì trẻ chia sẻ.
  - Dưới đây là một số lời khuyên giúp phụ huynh trong việc nói chuyện với trẻ sau khi có một vấn đề nào đó không may xảy ra với chúng trên môi trường Internet:
- 

# NẾU TÔI PHÁT HIỆN ĐIỀU GÌ ĐÓ ĐÃ XẢY RA VỚI CON MÌNH?

- **Bình tĩnh** – Cố gắng bình tĩnh nhất có thể, đừng suy đoán, phán xét. Nếu cảm thấy cuộc nói chuyện quá căng thẳng, phụ huynh có thể dừng, hít thở sâu, uống nước và trở lại trò chuyện với trẻ khi thực sự đã bình tĩnh trở lại.
- **Đặt câu hỏi** - Đặt những câu hỏi mở, tránh câu hỏi 'tại sao' vì có thể khiến trẻ không thoải mái, khó xử và không muốn chia sẻ.
- **Trấn an** - Cho trẻ hiểu rằng trẻ đã có quyết định rất đúng đắn khi đã chia sẻ câu chuyện với phụ huynh.
- **Thông cảm và thấu hiểu** - Cha mẹ cần đặt mình vào trường hợp của trẻ để thấu hiểu hơn về vấn đề trẻ đã gặp phải, vì bản thân trẻ cũng có thể không hiểu những gì đã diễn ra với mình.
- **Tìm kiếm sự hỗ trợ** - Tìm kiếm sự hỗ trợ từ các cơ quan chức năng, đừng tự trách mình vì quý vị không có lỗi trong việc này. Sự việc đã xảy ra là một tai nạn và lỗi thuộc về thủ phạm. Vì vậy, đừng thay đổi cách đối xử với trẻ để trẻ không gặp phải những xáo trộn, lo lắng trong sinh hoạt hằng ngày.

## Những điều quan trọng cần nói với trẻ

- Ba/mẹ tin tưởng những gì con kể.
- Đây chỉ là tai nạn, và lỗi không phải của con, mà là của kẻ xấu.
- Thật tốt khi con đã chia sẻ vấn đề cùng ba/mẹ.
- Ba/mẹ luôn yêu thương, thấu hiểu con dù có chuyện gì xảy ra.
- Ba/mẹ sẽ tìm cách giúp đỡ con.
- Việc gì cũng có cách giải quyết cả.

Nếu trẻ không may bị xâm hại, thì chúng chỉ là nạn nhân và sự việc xảy ra chỉ là tai nạn. Trẻ rất cần nhận được sự trấn an và thấu hiểu của phụ huynh, vì vậy cha mẹ cần tránh việc trách phạt, đổ lỗi cho trẻ.

## HỖ TRỢ THÊM & TRÌNH BÁO

Sau khi thảo luận với trẻ, nếu phụ huynh cảm thấy cần thêm sự hỗ trợ từ cơ quan chức năng, các địa chỉ dưới đây có thể giúp đỡ phụ huynh và trẻ giải quyết các vấn đề về bảo vệ trẻ em:

- **Đường dây Quốc gia Bảo vệ Trẻ em 111:** 111 là một kênh đáng tin cậy, nơi cha mẹ có thể tìm thấy sự hỗ trợ cho lo lắng, nghi ngờ rằng trẻ đã bị xâm hại. Tổng đài cũng có thể giúp phụ huynh trình báo sự việc với cơ quan chức năng, nếu cần được hỗ trợ pháp lý.
- **Trường học của trẻ:** Giáo viên chủ nhiệm và ban giám hiệu nhà trường cũng có thể là những địa chỉ đáng tin cậy mà phụ huynh có thể liên hệ để được nhận sự hỗ trợ, đặc biệt nếu vấn đề diễn ra ở trường. Trường học cũng có thể hỗ trợ phụ huynh liên hệ với các cơ quan chức năng nếu cần.