

زندگی با صفحات نمایشی



کودکان، صفحات نمایشی و والدین:
چگونه با هم زندگی کنیم؟

راهنمایی برای والدین

پیشنهاداتی برای چگونگی همراهی با کودکان
در موقع استفاده از فضای مجازی

FARSI

action
innocence



چند سالی میشود که صفحات نمایشی (فضای مجازی) و ابزارهای دیجیتال به بخشی جدایی ناپذیر از زندگی روزمره ما تبدیل شده اند. ما به عنوان والدین، هر روز از آنها برای برقراری ارتباط، کار یا سرگرمی استفاده می کنیم. کودکان ما نیز، از طریق عادت های ما و سپس به تدریج با تجربه های خود در معرض آن قرار می گیرند. آنها با توجه به سنشان، شروع به بازی های ویدئویی، گشت و گذار در اینترنت و استفاده از شبکه های اجتماعی می کنند. در میان این همه فضای مجازی، چگونه می توانیم به فرزندانمان کمک کنیم تا بتوانند از آنها به طور سالم و مسئولانه استفاده کنند ؟ برای حفظ تعادل در خانواده چه راهکارهایی را می توانیم در نظر بگیریم ؟

Action Innocence به شما توصیه هایی برای همراهی با فرزندان در این یادگیری ارائه می دهد.

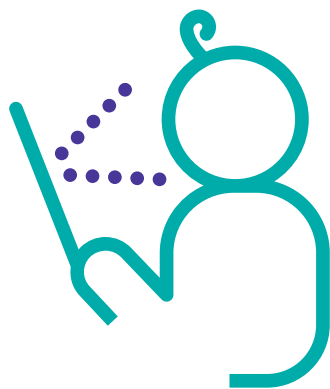
معرفی این بنیاد

بنیاد Action Innocence در سال ۱۹۹۹ در ژنو تأسیس شده و هدف آن ترویج استفاده سالم و متعادل از فضای مجازی است. این سازمان در مدارس فعالیت می کند، عوامل پیشگیری و برنامه های آموزشی را برای متخصصان آموزش و بهداشت توسعه می دهد و کمپین های بزرگ آگاهی عمومی را رهبری می کند.

فهرست مطالب

4	برای استفاده سالم از صفحات نمایشی در کودکان (0 تا 6 سال)
6	فرزند من بازی های ویدئویی میکند
12	فرزند من از اینترنت و شبکه های اجتماعی استفاده می کند
16	قرار گرفتن در معرض محتوای خشونت آمیز یا پورنوگرافیک (مستهجن)
20	آزار و اذیت و مزاحمت سایبری بین دانش آموزان
26	ارتباطات نا سالم در فضای مجازی (grooming)

برای استفاده سالم از صفحات نمایشی در کودکان (0 تا 6 سال)



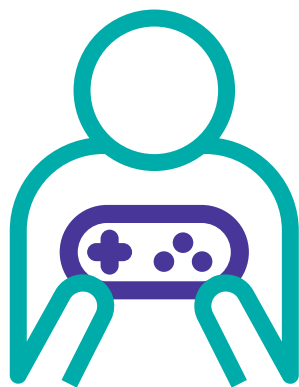
- اگر فرزندم کمتر از 3 سال دارد، از گذراندن وقت او در مقابل صفحات نمایشی جلوگیری می‌کنم.
- بازی آزاد، فعالیت بدنی و ارتباط و تعامل با اطرافیان را برای او ترجیح می‌دهم.
- مقررات مربوط به استفاده از صفحات نمایشی را از سن پایین تعیین می‌کنم.
- سن درج شده روی هر برنامه، بازی و یا اپلیکیشن را در نظر می‌گیرم و طبق آن عمل می‌کنم.
- محتوای هر برنامه دیدنی را بر اساس سن جوان ترین بیننده انتخاب می‌کنم.
- محتوایی را ترجیح می‌دهم که در آن کودک بتواند مشارکت در عمل و فعالیت داشته باشد.
- من در کنار کودکم می‌مانم و با او در مورد برنامه ای که می‌بیند صحبت می‌کنم.
- او را تشویق می‌کنم که در مورد آن چیز که احساس می‌کند صحبت کند.
- من کودکم را هنگام غذا خوردن و قبل از خواب در معرض صفحات نمایشی قرار نمی‌دهم.
- من استفاده خودم را از صفحات نمایشی در حضور او محدود می‌کنم.

فضای مجازی نباید مانع :

- گشت و گذار و کنجکاوی
- تلاش و فعالیت بدنی
- استفاده از حواس 5 گانه
- ارتباط و تعامل با اطرافیان
- گسترش آموزش زبان
- بازی با کودکان دیگر
- خلاق بودن
- رویاپردازی کودک من شوند.



فرزند من بازی های ویدئویی میکند



من متوجه آن هستم که که بازی های ویدئویی به او این امکان را می دهند که :

- لذت ببرد و سرگرم شود
- مهارت های جدید را توسعه دهد
- پیشرفت کند و برنده شود
- احساس ارزشمندی کند
- با دوستان و همکلاسی های خودش بازی کند
- در مورد بازی هایش با دوستانش صحبت کند

من به محتوای آن بازی ها توجه میکنم :

- قبل از خرید یک بازی، از اینترنت و والدین دیگر اطلاعات کسب میکنم.
- درباره محتوای آن بازی و سن توصیه شده برای آن از سایت www.pegi.info اطلاعات کسب میکنم.
- درباره مدت زمان بازی ها اطلاعات بدست می آورم.
- می دانم که در برخی از بازی ها خریدهای درون برنامه ای ارائه می شود.



من متوجه آن هستم که سیستم عامل های بازی ویدیویی (پلتفرم‌ها) به او این امکان را می دهند که :

- با دیگر بازیکنان که ممکن است آنها را شناسد گفتگو کند
- برای آنها پیام، عکس و فیلم بفرستد

من به او آموزش می دهم که چطور از خودش محافظت کند :

- حفاظت از اطلاعات شخصی، زندگی شخصی و حریم خصوصی در اینترنت مهم است.
- استفاده از رمز عبور های مختلف، تغییر آنها به طور منظم و مخفی نگه داشتن آنها ضروری است.
- انتشارات او (پست های او یعنی عکس ها، ویدئوها، پیام ها و غیره) برای همیشه در اینترنت باقی می ماند از او پیشینه میسازند و اعتبار ایجاد می کنند .
- اطلاعات شخصی ای که او ارسال می کند ممکن است علیه او استفاده شوند.
- افرادی که او با ایشان در تماس است ممکن است دروغ بگویند. ما هرگز نمیدانیم چه کسی پشت صفحه است.
- بعضی از مطالب برای سن و سال او مناسب نیستند و ممکن است او را شوکه کنند.



به او توضیح می‌دهم که یلتفرم‌های بازی ویدیویی آنلاین فضا‌های بی‌قانونی نیستند :

- از نظر قانون :
- توهین یا تهدید به هر شخص در این سکوها ؛
- لطمه و آسیب رساندن به اعتبار و حیثیت آن شخص ؛
- انتشار یک عکس یا ویدیو از فردی بدون رضایت وی ممنوع است.
- اگر فرزندی در یکی از این شرایط قرار بگیرد، حق دارد شکایت کند.
- در سوئیس، فرزند من از سن 10 سالگی در برابر قانون مسئول اعمال خودش است.

من مقرراتی را مشخص میکنم :

- من زمان استفاده از فضای مجازی را محدود می‌کنم تا فرزندم بتواند :
- فعالیت بدنی داشته باشد ؛
- خواب کافی داشته باشد ؛
- فعالیت‌های متنوعی انجام دهد.
- در مورد این مقررات با او گفت و گو میکنم.
- به او پیشنهاد میکنم که آنها را بنویسیم و در جایی که دیده میشود نصب کنیم.
- مقررات را با توجه به سن فرزندم تغییر می‌دهم.
- با او در مورد نتایج عدم رعایت مقررات صحبت می‌کنم.



برای اینکه بتوانم این چهار چوب مقرراتی را حفظ کنم :

- برای رفاه فرزندم است که مقررات و محدودیت هایی تعیین می کنم.
- به او یاد می دهم که هنگام بازی یا زمانی که باید بازی را متوقف کند، احساسات خود را مدیریت کند.
- برنامه کنترل والدین را روی دستگاه های او نصب می کنم.
- از یک تایمر برای محدود کردن زمان بازی استفاده می کنم.
- زمان استفاده از صفحات نمایشی خود را کاهش می دهم تا برای او الگو باشم.
- هنگامی که کودکم مشغول بازی است، زمانی را برای تماشا کردن او صرف می کنم، به او تبریک می گویم و تشویقش می کنم.
- با او بازی ویدئویی می کنم.



من حق دارم نگران باشم اگر :

- فرزندم وقت خود را بیشتر و بیشتر صرف بازی کردن می کند و فعالیت های دیگر را کنار می گذارد.
- اگر او نتواند بازی کند یا وقتی مجبور شود بازی را متوقف کند، مرتب عصبانی می شود.
- زیاد از مدرسه غیبت می کند.
- نمرات تحصیلی او پایین می آیند.
- کمبود خواب دارد.
- او پرخاشگر می شود.
- گوشه گیر میشود و از دیگران کناره میگیرد.



فرزند من از اینترنت و شبکه های اجتماعی استفاده می کند



من متوجه آن هستم که اینترنت و شبکه های اجتماعی به او این امکان را می دهند که :

- با دوستانش در تماس باشد
- در بحث ها و گفت و گو هایی که برای او لذت بخش هستند شرکت کند
- تایید و به رسمیت شناخته شود
- خلاقیت و تخیل خود را توسعه دهد
- تحقیق کند
- چیزهای جدید بیاموزد و کشف کند

من به او آموزش می دهم که از خودش مراقبت کند :

- حفاظت از اطلاعات شخصی، زندگی شخصی و حریم خصوصی در اینترنت مهم است.
- استفاده از رمز عبور های مختلف، تغییر آنها به طور منظم و مخفی نگه داشتن آنها ضروری است.
- انتشارات او (پست های او یعنی عکس ها، ویدئوها، پیام ها و غیره) برای همیشه در اینترنت باقی می ماند از او پیشینه میسازند و اعتبار ایجاد می کنند.
- اطلاعات شخصی که او ارسال می کند می توانند علیه او استفاده شوند.
- افرادی که او با ایشان در تماس است ممکن است دروغ بگویند. ما هرگز نمیدانیم چه کسی پشت صفحه است.
- بعضی از مطالب برای سن و سال او مناسب نیستند و ممکن است او را شوکه کنند.
- اگر عکسی از او بدون اجازه اش منتشر شده باشد، او حق دارد درخواست کند که آن عکس حذف شود.



به او توضیح می‌دهم که اینترنت فضای بی‌قانونی نیست :

- از نظر قانون :
- توهین یا تهدید به هر شخص روی اینترنت ؛
- آسیب رساندن به اعتبار و آبروی آن شخص ؛
- انتشار یک عکس یا ویدیو بدون رضایت شخص موجود در آن ممنوع است.
- اگر فرزندم در یکی از این شرایط قرار بگیرد، حق دارد شکایت کند.
- در سوئیس، فرزند من از سن 10 سالگی در برابر قانون مسئول اعمال خودش است.

او را همراهی می‌کنم :

- به فرزندم کمک میکنم تا بتواند حریم خصوصی و محرمانه شبکه های اجتماعی را تنظیم کند.
- در مورد برنامه هایی که نصب می کند اطلاعات کسب میکنم.
- اگر سوالی داشته باشد یا با شرایط سختی روبرو شود به حرف و درد دل های او گوش میدهم.
- زمان استفاده از صفحات نمایشی خود را کاهش می دهم تا برای او الگو باشم.



من مقرراتی را مشخص میکنم :

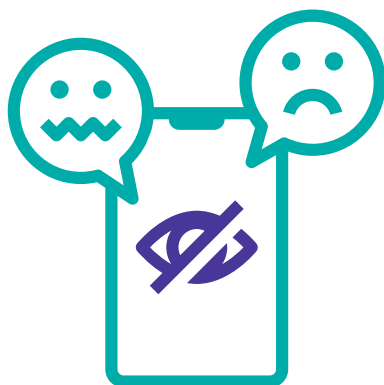
- من زمان استفاده از صفحات نمایشی را محدود می کنم تا فرزندم بتواند :
- فعالیت بدنی داشته باشد ؛
- خواب کافی داشته باشد ؛
- فعالیت های متنوعی انجام دهد.
- در مورد این مقررات با او گفت و گو میکنم.
- به او پیشنهاد میکنم که مقررات را بنویسیم و در جایی که دیده میشود نصب کنیم.
- مقررات را با توجه به سن فرزندم تغییر می دهم.
- با او در مورد نتایج عدم رعایت مقررات صحبت می کنم.

من حق دارم نگران باشم اگر :

- فرزندم وقت خود را بیشتر و بیشتر در اینترنت می گذراند و فعالیت های دیگر را کنار می گذارد.
- او زمان کمتری را با دوستانش می گذراند.
- زیاد از مدرسه غیبت می کند.
- نمرات تحصیلی او پایین می آیند.
- کمبود خواب دارد.
- او پرخاشگر می شود.
- گوشه گیر میشود و از دیگران کناره میگیرد.



قرار گرفتن در معرض محتوای خشونت آمیز یا پورنوگرافیک (مستهجن)



در حین استفاده از فضای مجازی، امکان دارد که کودک من با محتوای خشونت آمیز یا پورنوگرافیک مواجه شود.

این نوع محتوا می تواند :

- در یک پیام (از طریق ایمیل، از طریق پیام و غیره)
- هنگام جستجو در اینترنت
- در شبکه های اجتماعی
- زمانی که او بازی ویدیویی می کند یا سریال یا فیلمی می بیند که برای سنش مناسب نیست ظاهر شود.

من به او آموزش می دهم که چطور از خودش مراقبت کند :

- مهم است که روی لینکی (پیوندی) که شخصی ناشناس از طریق ایمیل، پیام یا در شبکه های اجتماعی ارسال می کند، کلیک نکند.
- هنگام جستجو در اینترنت، ممکن است محتوای نامناسب ظاهر شود، حتی اگر جستجو مربوط به یک موضوع خشونت آمیز یا مستهجن نباشد.
- در شبکه های اجتماعی، ممکن است محتوای ناراحت کننده در جریان اخبار (استوری) او ظاهر شود.

او را همراهی می کنم :

- به شخصیت ها (اینفلوئنسرها) و مطالبی که فرزندم در اینترنت و شبکه های اجتماعی دنبال می کند توجه میکنم.
- به او به طور واضح می گویم که می تواند در هر زمان در مورد مطالبی که دیده با من صحبت کند، حتی اگر از دیدن آن محتویات ناراحت یا خجالت زده باشد.
- به او توصیه می کنم بزرگسالان مورد اعتمادی را که می تواند با آنها صحبت کند (معلمان، پرستاران مدرسه و غیره) را به خاطر داشته باشد.
- با توجه به سن او، کنترل والدین را تنظیم می کنم.



به او توضیح می دهیم که چرا نباید چنین محتوایی را به اشتراک بگذارد :

- ممکن است محتویات خشونت آمیز یا پورنوگرافی دیگران را ناراحت و یا شوکه کند.
- امکان دارد این نوع محتوا غیرقانونی باشد. داشتن و به اشتراک گذاشتن این نوع محتوا ممکن است توسط قانون مجازات شود.
- در سوئیس، فرزند من از سن 10 سالگی در برابر قانون مسئول اعمال خودش است.

من حق دارم نگران باشم اگر :

- فرزندم وقت خود را بیشتر و بیشتر در اینترنت می گذراند و یا برعکس از اینترنت دوری میکند.
- زیاد از مدرسه غیبت می کند.
- نمرات تحصیلی او پایین می آیند.
- سر درد و یا شکم درد دارد.
- کمبود خواب دارد.
- او پرخاشگر می شود.
- گوشه گیر میشود و از دیگران کناره میگیرد.



فرزند من در معرض محتوای خشونت آمیز یا مستهجن قرار گرفته. چکار می توانم بکنم ؟

- به حرفهای او گوش می دهم و تشویقش می کنم که تعریف کند و حرف بزند.
- به او کمک میکنم تا آن چه دیده را درک کند و او را آرام میکنم :
- به او اجازه می دهم احساساتش را بیان کند. فرزندم ممکن است احساس ترس، اضطراب، چنندش، خجالت و غیره داشته باشد.
- او را قضاوت نمی کنم.
- به او توضیحاتی می دهم که متناسب با سن و سطح زبان او باشد. هر چه او جوان تر باشد، کلمات انتخاب شده باید ساده تر بیان شوند.
- به او به طور کلی توضیح میدهم، و اجازه میدهم که فرزندم سوال بپرسد، تا او بتواند تشخیص دهد که چه چیز او را نگران میکند، و یا چه پرسشی در ذهن اوست.

قانون سوئیس چه می گوید ؟

- نشان دادن خشونت، ماده 135 بند 1 و 2 قانون کیفری
- پورنوگرافی، ماده 197 بند 1 قانون کیفری



آزار و اذیت و مزاحمت سایبری بین دانش آموزان



آزار و اذیت بین دانش‌آموزان می‌تواند زمانی که فرزند من با سایر جوانان در ارتباط است، مثلاً در مدرسه، در اوقات فراغت و یا در راه مدرسه اتفاق بیفتد. آزار و اذیت به منظور حملات مکرر است مانند مسخره کردن، توهین، تحقیر، هل دادن، ضرب و شتم، کنار گذاشتن و غیره. آزار و اذیت یک پدیده گروهی است که در طول زمان رخ می‌دهد. قربانی در انزوا و تنهایی قرار می‌گیرد و نمیتواند از خودش دفاع کند.

مزاحمت سایبری

استفاده از ابزارهای دیجیتال باعث می‌شود که انتشار به طور گسترده‌تر و سریع‌تر بدون هیچ محدودیت زمانی و مکانی 24 ساعته و همه روزه انجام شود و این مسئله است که پدیده آزار و اذیت را تشدید می‌کند.

آزار و اذیت و مزاحمت سایبری می‌تواند عواقب جدی بر سلامت جسمی و روانی کودک داشته باشد.

من از فرزندم حمایت می‌کنم:

- به او به طور واضح می‌گویم که می‌تواند در هر زمان نزد من بیاید و با من گفت و گو کند.
- به او توصیه می‌کنم بزرگسالان مورد اعتمادی را که می‌تواند در صورت بروز مشکل با آنها صحبت کند (معلم، پرستاران مدرسه و غیره) را به خاطر داشته باشد.
- من به او توضیح می‌دهم که اگر قربانی تمسخر توسط دیگران شده است، او مسئول نیست.
- به او می‌گویم که من از او حمایت می‌کنم. که اگر او را تهدید کردند، من مراقب او هستم و از او محافظت می‌کنم.



من حق دارم نگران باشم اگر :

- فرزندم همیشه دیر سر کلاس می آید. شاید سعی می کند از همکلاسی ها در حیاط یا راهروها دوری کند.
- او دیگر نمی خواهد در فعالیت های مدرسه و فعالیت های فوق برنامه شرکت کند.
- زیاد از مدرسه غیبت می کند.
- نمرات تحصیلی او پایین می آیند.
- اغلب سر درد و یا شکم درد دارد.
- کمبود خواب دارد.
- در او علائم اختلالات تغذیه ای دیده میشوند.
- او پرخاشگر می شود.
- گوشه گیر میشود و از دیگران کناره میگیرد.
- عزت نفس پایینی را از خود نشان می دهد.



کودک من مورد آزار و اذیت و مزاحمت سایبری در فضای مجازی قرار گرفته. چه کار میتوانم بکنم؟

- از او می‌خواهم وضعیتی را که در آن قرار دارد برایم تعریف کند.
- بدون اینکه در مورد فرزندم قضاوت کنم، به حرفهایش گوش میدهم.
- از او می‌خواهم که بتوانم پیام‌ها، عکس‌ها یا ویدئوهایی را که در مورد او در اینترنت در حال پخش است، ببینم.
- به معلم و مدیریت مدرسه او اطلاع می‌دهم تا به این وضعیت رسیدگی کنند و هر چه زودتر متوقف شود.
- به یاد می‌آورم که بر اساس واقعیت‌ها، قانون می‌تواند از کودک من محافظت کند.
- با رضایت فرزندم، شواهد (عکس، فیلم یا اسکرین‌شات از پیام‌ها) را جمع‌آوری و ذخیره می‌کنم.
- می‌توانم با نزدیکترین ایستگاه پلیس تماس بگیرم تا این مورد را اعلام کنم.
- با توجه به توصیه‌های پلیس،
- با مدارک همراه با فرزندم یا بدون او به ایستگاه پلیس می‌روم.
- شکایت می‌کنم.
- مطالب را گزارش میدهم و حساب مزاحمان را مسدود می‌کنم.



برای اینکه بتوانم فرزندم را همراهی کنم :

- به یاد دارم که او قربانی است، ایجاد احساس گناه در او، مسئله را حل نمی کند و باعث آن میشود که او به من اطمینان نکند و حداکثر اطلاعات را با من در میان نگذارد.
- من صبور هستم. فرزندم به زمان نیاز دارد تا برایم تعریف کند چه اتفاقی برایش افتاده است.
- به فرزندم پیشنهاد میکنم تا تحت مراقبت یک روانشناس باشد.

اگر فرزند من شاهد آزار و اذیت و یا مزاحمت در فضای مجازی است :

- به او توضیح می دهم که او برای اینکه بزرگسالان بتوانند موقعیت را تشخیص دهند و مدیریت کنند نقش مهمی دارد.
- من از او دعوت می کنم که با من یا با یک بزرگسال مورد اعتماد در مدرسه اش صحبت کند.
- از او می خواهم که در مسخره کردن ها شرکت نکند.
- او را تشویق می کنم که از فرد قربانی حمایت کند.
- در صورتی که فرزندم از انتقام جویی میترسد و از این موقعیت ابراز نارضایتی میکند، به او توصیه میکنم که با دوستانش در این مورد گفت و گو کند شاید که آنها بتوانند با هم همکاری کنند.



قانون سوئیس چه می گوید ؟

در هنگام ثبت شکایت می توان به این مواد قانونی اشاره کرد :

- حمایت از شخص / در برابر آزارها، ماده 28 بند 1 قانون مدنی
- لطمه و آسیب رساندن به اعتبار و حیثیت، ماده 173 بند 1 قانون کیفری
- نسبت دروغ، ماده 174 بند 1 و 2 قانون کیفری
- توهین، ماده 177 بند 1 قانون کیفری
- تهدید، ماده 180 بند 1 قانون کیفری



ارتباطات نا سالم در فضای مجازی (*grooming*)



به عنوان یک والد، باید به خاطر داشته باشیم که فرزندانم ممکن است در اینترنت با افراد غریبه آشنا شود. یکی از خطراتی که ممکن است فرزندانم با آن مواجه باشد، تعرض و اغفال شدن در فضای مجازی (grooming) است.

grooming چیست ؟

تماس و تلاش برای برقراری رابطه با کودکان و نوجوانانی که به سن بلوغ جنسی 16 سال نرسیده اند به منظور لذت جنسی یا رابطه جنسی.

آشنایی چگونه اتفاق می افتد ؟

در بیشتر موارد، یک فرد می تواند ابتدا سعی کند با استفاده از یک سرویس آنلاین با یک کودک ارتباط برقرار کند. برای مثال، او می تواند در یک شبکه اجتماعی، یک انجمن یا یک پلتفرم بازی ویدیویی آنلاین در حالی که هویت خود را حفظ می کند یا وانمود می کند که هم سن کودک است، گفتگو یی را آغاز کند.



ایجاد اعتماد :

آن فرد میتواند سعی کند تا اعتماد کودک را به خود جلب کند. مثلا میتواند :

- در مورد موضوعات مورد علاقه کودک از او پرسش کند
 - رابطه را پیرامون موضوعات مورد علاقه مشترک گسترش دهد
 - به طور تدریجی از کودک بپرسد که چه احساسی دارد، سعی کند بداند که آیا در رابطه با دوستان یا والدینش با مشکل مواجه است
 - اگر کودک مشکلی دارد سعی کند بداند مشکلش چیست
 - به عنوان یک محرم راز رفتار کند
- پس از جلب اعتماد و برقراری یک رابطه دوستانه و یا عاشقانه، آن فرد میتواند سؤال های خصوصی تری بپرسد.

نمونه سوالات :

- آیا دوست داری لخت بخوابی ؟
- آیا تا به حال کسی را بوسیدی ؟
- آیا کمرست و یا استرینگ میپوشی ؟
- آیا بدنت مو در آورده ؟
- آیا سینه هایت در حال بزرگ شدن هستند ؟
- آیا تا بحال آلت تناسلی خود را اندازه گرفتی ؟



وقتی که کودک به او اعتماد میکند و کمتر مراقب است، ممکن است فرد سعی کند درخواست های بیشتری را مطرح کند :

- از کودک بخواهد عکس های لخت بفرستد
- عکس های اندام تناسلی خود را برای کودک بفرستد
- پیشنهاد کند تا کودک را به صورت آنلاین (به عنوان مثال، یک جلسه ویدئویی) ببیند
- به او پیشنهاد قرار ملاقات حضوری بدهد

من حق دارم نگران باشم اگر :

- فرزندم وقت خود را بیشتر و بیشتر در اینترنت می گذراند و فعالیت های دیگر را کنار می گذارد.
- او زمان کمتری را با دوستانش می گذراند.
- اغلب با فردی که من نمی شناسم صحبت می کند.
- هنگامی که من در نزدیکی او هستم، به سرعت تصویر صفحه نمایش خود را تغییر می دهد.
- از افرادی که من نمی شناسم نامه، بسته یا تماس تلفنی دریافت می کند.
- پولی را دارد که من به او نداده ام، یا لباس یا وسایلی را دارد که من برایش نخریده ام.
- او به طور مکرر از مدرسه غیبت می کند.
- نمرات تحصیلی او پایین می آیند.
- او پرخاشگر می شود.
- گوشه گیر میشود و از دیگران کناره میگیرد.
- اعتماد به نفس پایینی از خود نشان میدهد.



فکر می کنم فرزندم قربانی گرومینگ شده است. چه کار میتوانم بکنم؟

- در مورد ترس ها و نگرانی هایم با فرزندم صحبت می کنم.
- از او می خواهم در مورد رابطه اش بیشتر به من توضیح بدهد.
- بدون اینکه در مورد فرزندم قضاوت کنم، به حرفهایش گوش میدهم.
- از او می خواهم که پیام هایی را که با این فرد رد و بدل کرده به من نشان بدهد.
- به یاد می آورم که بر اساس واقعیت ها، قانون می تواند از کودک من محافظت کند.
- با رضایت فرزندم، شواهد (عکس یا اسکرین شات از پروفایل آن فرد و فرزندم و پیام های رد و بدل شده) را جمع آوری و ذخیره می کنم.
- می توانم با نزدیکترین ایستگاه پلیس تماس بگیرم تا این مورد را اعلام کنم.
- با توجه به توصیه های پلیس،
- با مدارک همراه با فرزندم یا بدون او به ایستگاه پلیس می روم.
- شکایت می کنم.
- مطالب را گزارش میدهم و حساب آن فرد را مسدود می کنم.



برای اینکه بتوانم فرزندم را همراهی کنم :

- من به خاطر دارم که او قربانی است. اگر من در او احساس گناه ایجاد کنم مسئله ای حل نمیشود و باعث میشود که او به من اطمینان نکند و حد اکثر اطلاعات را با من در میان نگذارد.
- من متوجه این موضوع هستم، که ممکن است برای فرزند من سخت باشد که به یک رابطه دوستانه و یا حتی عاشقانه که با نظر او حقیقی و صادقانه بوده، خاتمه دهد.
- من وقت می گذارم و به فرزندم توضیح می دهم که
- کاری که این شخص می کند غیرقانونی است و به همین دلیل است که ما به پلیس مراجعه می کنیم؛
- قوانینی برای محافظت از او وجود دارند.
- به فرزندم پیشنهاد میکنم تا تحت مراقبت یک روانشناس باشد.



قانون سوئیس چه می گوید ؟

در هنگام ثبت شکایت می توان به این مواد قانونی اشاره کرد :

- اعمال جنسی با کودکان، ماده 187 قانون کیفری
- پورنوگرافی، ماده 197 بند 1، 3، 4 یا 5 قانون کیفری
- تهدید، ماده 180 بند 1 قانون کیفری
- اجبار، ماده 181 قانون کیفری
- اخاذی و باج گیری، ماده 156 قانون کیفری



تماس با ما

Action Innocence

Rue Viollier 4

1207 ژنو، سویس

تلفن : +41 22 735 50

contact@actioninnocence.org

www.actioninnocence.org

