

# ความปลอดภัยออนไลน์สำหรับผู้ปกครองและผู้ดูแล

## Online Safety

## Start the Chat

อินเทอร์เน็ตเป็นส่วนสำคัญสำหรับโลก  
ของลูก – เพื่อการศึกษา การเข้าสังคม  
และความบันเทิง

ในฐานะผู้ปกครองและผู้ดูแล คุณสามารถ  
ช่วยเด็ก ๆ สำรวจโลกดิจิทัลและสอนพวก  
เขาให้รู้จักป้องกันตนเองจากภัยออนไลน์  
และรู้วิธีจัดการกับภัยออนไลน์เมื่อเกิดขึ้น

เริ่มพูดคุยกับลูกของคุณแต่เนิ่นๆ และหมั่นถามลูกบ่อยๆ  
ว่าทำอะไรในโลกออนไลน์บ้าง สำหรับเคล็ดลับและคำ  
แนะนำเกี่ยวกับวิธีการช่วยเหลือลูกให้รู้จักป้องกันตนเอง  
จากภัยออนไลน์ ไปดูเว็บไซต์ของ eSafety ได้ที่ [esafety.gov.au/parents](https://esafety.gov.au/parents)

### การรังแกบนโลกออนไลน์

การรังแกบนโลกออนไลน์มีหลากหลายรูปแบบเช่น การ  
ส่งข้อความด่าทอ รูปภาพหรือคลิปวิดีโอล้อเลียนทำร้าย  
จิตใจ นินทาใส่ร้ายป้ายสี หรือกีดกันให้ออกจากกลุ่ม  
หรือทำให้ผู้อื่นอับอายทางออนไลน์ ลูกของคุณอาจกังวล  
ว่าจะถูกรังแกมากขึ้นหากเขาบอกให้คุณทราบ หรือคุณ  
อาจไม่ให้ใช้อินเทอร์เน็ตหรือโทรศัพท์มือถือ

สัญญาณบางอย่างที่อาจบ่งบอกว่าลูกของคุณกำลังถูกรังแก มีดังนี้

- แสดงอารมณ์เสียใจหลังจากใช้อินเทอร์เน็ตหรือโทรศัพท์มือถือ หรือทำตัวสับสนเกี่ยวกับกิจกรรมออนไลน์และการใช้โทรศัพท์มือถือ
- แยกตัวจากสังคม กังวล หรือโกรธ รู้สึกโดดเดี่ยวหรือเป็นทุกข์
- ไม่อยากไปโรงเรียน ผลการเรียนตก

หาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับวิธีพูดคุยกับลูกของคุณเกี่ยวกับ  
กับพฤติกรรมออนไลน์ที่เคารพผู้อื่นตั้งแต่วัยเด็ก และให้  
ลูกรู้ว่าคุณพร้อมให้คำปรึกษาหากพวกเขามีปัญหาใดๆ  
ก็ตาม ไปดูเว็บไซต์ของ eSafety ได้ที่ [esafety.gov.au/parents/big-issues/cyberbullying](https://esafety.gov.au/parents/big-issues/cyberbullying)

### ผู้ติดต่อที่ไม่พึงประสงค์

คุณรู้หรือไม่ว่าลูกของคุณกำลังคุยกับใครทางออนไลน์  
เราทุกคนต่างต้องการปกป้องเด็กๆ จากการติดต่อกับคน  
แปลกหน้าโดยเฉพาะคนที่อาจเป็นอันตรายต่อลูกของคุณ

ติดตามเว็บไซต์และแอปพลิเคชันที่ลูกของคุณใช้  
สม่ำเสมอ และส่งเสริมให้พวกเขาพูดคุยกับคุณหากมี  
ผู้คนที่พบทางออนไลน์ขอให้พวกเขาทำบางสิ่งที่ไม่เหมาะสม  
สอนลูกของคุณให้ตั้งตัวต่อสัญญาณบ่งบอกผู้คนที่  
พบทางออนไลน์ที่ผิดปกติ อย่างเช่นถูกถามคำถามดัง  
ต่อไปนี้

- คำถามมากมายเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวหลังจากการติดต่อครั้งแรกไม่นาน
- ขอให้ช่วยเหลือ โดยเสนอของกำนัลและคำมั่นสัญญาเป็นการตอบแทน
- ให้ติดต่อกันโดยวิธีอื่นเช่น การสนทนาออนไลน์และส่งข้อความ
- ใช้คอมพิวเตอร์ร่วมกับใครบ้าง และคอมพิวเตอร์อยู่ในห้องไหน
- ถามข้อมูลล่อไปในทางเพศ
- ให้เก็บความสัมพันธ์เป็นความลับ
- ให้ไปพบเขา

ค้นหาวิธีบล็อกผู้ติดต่อที่ไม่พึงประสงค์ และคำแนะนำที่  
ครอบคลุมการจัดการผู้ติดต่อที่ไม่ประสงค์ ไปดูเว็บไซต์  
ของ eSafety ได้ที่ [esafety.gov.au/parents/big-issues/unwanted-contact](https://esafety.gov.au/parents/big-issues/unwanted-contact)

## การส่งข้อความที่มีเนื้อหาทางเพศและส่งรูปเปลือย

เมื่อลูกของคุณเติบโตขึ้นคุณจำเป็นต้องพูดคุยเกี่ยวกับผลที่อาจเกิดขึ้นตามมาจากการส่งหรือแชร์ภาพถ่ายหรือวิดีโอเปลือยไปยังเพื่อนทางเพศ ซึ่งมักใช้คำสแลงคือ Nudes หรือ Noods

การส่งข้อความที่มีเนื้อหาทางเพศอาจไม่ใช่เรื่องที่เกิดขึ้นปกติ แต่ก็ต้องตระหนักถึงความเสี่ยงจากการแชร์ภาพถ่ายทางเพศ แม้แต่กับเพื่อนที่ไว้ใจ เพราะอาจเกิดความผิดพลาดขึ้นได้

การแชร์ภาพส่วนตัวที่ไม่พึงประสงค์อาจส่งผลให้เกิดความอับอาย การกลั่นแกล้ง และสร้างความเสียหายต่อชื่อเสียงของเยาวชน เมื่อรูปภาพถูกแชร์ออกไปแล้ว เด็กไม่สามารถนำรูปภาพกลับคืนมาได้ และอาจถูกเผยแพร่ไปที่ใดก็ได้ทางอินเทอร์เน็ต

**หมายเหตุ:** การสร้างหรือแชร์ภาพที่มีเนื้อหาขบถทางเพศของเด็กและเยาวชนที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปีถือเป็นการกระทำที่ผิดกฎหมาย และอาจมีความผิดและถูกลงโทษทางอาญา

คุณเรียนรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับวิธีการพูดคุยกับลูกของคุณเกี่ยวกับการส่งข้อความที่มีเนื้อหาทางเพศและการส่งภาพถ่ายเปลือย และคำแนะนำช่วยเหลือเมื่อลูกของคุณส่งหรือได้รับภาพเปลือย ไปดูเว็บไซต์ของ eSafety ได้ที่

[esafety.gov.au/parents/big-issues/sending-nudes-sexting](https://esafety.gov.au/parents/big-issues/sending-nudes-sexting)



## เครื่องมือ เคล็ดลับและคำแนะนำ

คุณมีบทบาทสำคัญในการช่วยให้ลูกของคุณเข้าสู่โลกออนไลน์อย่างปลอดภัย การเปิดกว้าง พูดคุย และให้การสนับสนุนเป็นสิ่งสำคัญ เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้พวกเขาก้าวเข้าสู่โลกออนไลน์ในทิศทางที่ดี และสร้างอัจฉริยะทางเทคโนโลยีดิจิทัล

ทำความเข้าใจกับอุปกรณ์ดิจิทัลที่ลูกของคุณใช้ และสร้างกฎกติกาสำหรับการเข้าถึงโลกออนไลน์ร่วมกัน ทบทวนกฎกติกาเหล่านี้เมื่อเด็กเติบโตขึ้น

ที่สำคัญที่สุดให้เปิดช่องทางการสื่อสาร รับฟังความคิดเห็นของเด็ก และอย่าตัดสินเขา

ข้อมูลเพิ่มเติมไปที่ [eSafety.gov.au/languages](https://esafety.gov.au/languages)

ช่วยป้องกันลูกของคุณ  
จากภัยออนไลน์  
เริ่มต้นพูดคุย