

COMUNICAR EM **SEGURANÇA**

GAME OVER



JOGOS E DEPENDÊNCIA ONLINE



COMUNICAR
EM SEGURANÇA



altice
fundação

COMO JOGOS E DEPENDÊNCIA ONLINE

O QUE É? DEPENDÊNCIA ONLINE

As crianças e jovens gostam de jogar. O jogo é uma forma divertida de passar o tempo, tendo também um caráter social uma vez que pode incentivar o espírito de equipa e desenvolver determinadas competências. Frequentemente, os pais consideram que os seus filhos passam um tempo excessivo a jogar, mas em algumas situações pode ser o tempo que as crianças e jovens têm para se divertir, além das atividades curriculares e extra-curriculares.

As preocupações dos pais são inúmeras desde situações de cyberbullying, predadores online ou compras online. É muito importante os pais estabelecerem um diálogo com os seus filhos sobre segurança online, explicar os riscos que podem acontecer na Internet, e que também se manifestam nos jogos online.

Os jogos online podem ter vários benefícios, mas é fundamental perceber que existem alguns riscos associados e que é preciso as crianças e jovens terem consciência destes riscos para se conseguirem proteger. Ao jogarem, as crianças e jovens têm uma sensação de fuga do mundo real, e em alguns jogos, sentem-se parte de uma comunidade, reforçando o caráter social dos jogos online.

Todavia, à semelhança do “mundo real”, as crianças e jovens precisam de orientação e acompanhamento para não serem vítimas de situações de cibercrime. Com o apoio e a orientação dos pais, as crianças podem desenvolver a sua criatividade, cultivar relacionamentos com amigos e melhorar o seu pensamento estratégico. O jogo pode também ajudá-los a ter perseverança e resiliência para atingir certos objetivos e melhorar as suas habilidades de comunicação.



ASPETOS POSITIVOS /BENEFÍCIOS

AJUDA NA APRENDIZAGEM

Numa fase precoce, existem inúmeros jogos que ajudam a aprendizagem da escrita e leitura, bem como do raciocínio matemático. O “gaming” é cada vez mais usado na aprendizagem.

AUMENTA A MEMÓRIA, A VELOCIDADE DO CÉREBRO E A CONCENTRAÇÃO

Muitos jogos exigem estratégia, são imersivos, pelo que exigem a resolução de problemas e capacidade de memória. Determinados jogos aumentam a capacidade de concentração e resiliência dos jogadores.

MULTITAREFAS

Alguns jogos requerem que os jogadores façam várias ações em simultâneo, e de forma rápida.

DESENVOLVIMENTO DE COMPETÊNCIAS DE ESTRATÉGIA E DE ANÁLISE, PENSAMENTO RÁPIDO, RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS.

TRABALHO DE EQUIPA

Alguns jogos com vários jogadores promovem o trabalho de equipa e confiança nas ações e responsabilidades que cada jogador tem no jogo.

DICAS/ SUGESTÕES

ONLINE

Ensine o seu filho a não partilhar os seus dados pessoais

(nome, data de nascimento, morada, escola, email, etc).

As crianças e jovens não devem colocar o seu nome verdadeiro nos jogos,

idade nem indicar a sua localização.

É importante as crianças e jovens estarem atentos às conversas no chat,

para não partilharem informação pessoal. No caso de se sentirem incomodados com a conversa, bloquear o utilizador/jogador e pedir ajuda aos pais.

Ter antivírus instalado e atualizado,

para que as crianças não descarreguem jogos falsos com malware.

Passwords Fortes

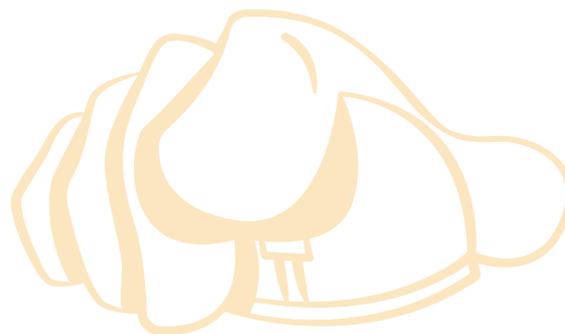
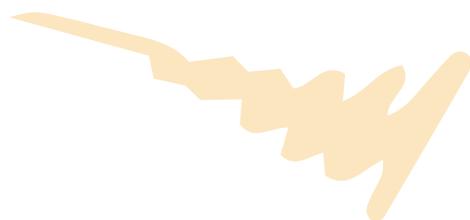
É importante que as crianças tenham passwords fortes, com combinações para que outros jogadores ou hackers não descubram as passwords das crianças. Nunca devem dar as passwords a outros jogadores ou amigos virtuais. Ter passwords diferentes para cada jogo.

Ter a câmara desligada e tapada,

caso não seja necessária no jogo. Qualquer equipamento com câmara e audio pode ser controlado por hackers e as imagens serem partilhadas em outros sites.

Jogos Falsos

Existem jogos falsos, pelo que é importante descarregar jogos de fontes oficiais e seguras, ou optar por versões pagas.



Cyberbullying

Também pode ocorrer nos jogos online, quando os jogadores criam “boatos” sobre outros jogadores, quando ofendem nos Chats ou quando propositadamente “matam monstros” ou “destroem jogadas”, irritam os jogadores, colocam o jogo lento, etc. São chamados “griefers”. Há jogos que permitem o bloqueio do chat, e todos permitem o bloqueio destes jogadores e reportar a situação.

Predadores Online

Os jogos são muito utilizados para pessoas mais velhas entrarem em contacto com crianças/menores. É muito fácil atrair os mais novos e ganhar a sua confiança. Em algumas situações, colocam as crianças “contra” os pais, dizendo que são os únicos que os compreendem. É fundamental que as crianças percebam que esta situação é um risco real, e que não acontece só aos outros.

Ter atenção às compras online.

Muitos jogos têm partes gratuitas, mas depois tem de se ir comprando novos serviços. Não permita que o seu filho tenha acesso aos seus cartões de crédito online, ou que crie cartões online para compras.

Os pais devem sempre autorizar a instalação dos jogos

nos equipamentos dos menores. Instalar sempre jogos de fontes e sites seguros e credíveis.

Tenha interesse nos jogos que as crianças jogam,

e perceba se poderá jogar com elas.

Configure contas separadas para crianças de diferentes idades

em sua casa para poder personalizar as interações.

Manter os equipamentos dos menores em espaços partilhados

(Ex: sala de estar).

Ligar para a Linha Internet Segura – 800 21 90 90 (gratuita)

TOME NOTA

DEPENDÊNCIA ONLINE



A Organização Mundial da Saúde (OMS) acrescentou “jogos” na seção que lida com “Transtornos devidos a comportamentos de dependência”



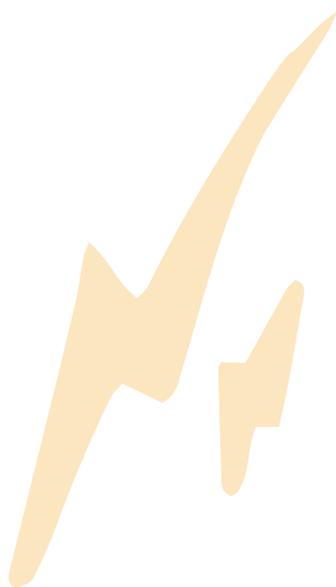
A criança que joga muitos jogos não é viciada. Só quando o jogo está em detrimento de outras partes da vida, e acaba por existir um comportamento obsessivo e compulsivo, é considerado doença e dependência.



Importante limitar e regular o tempo que os menores jogam.



Se estiver preocupado com o uso excessivo dos jogos online e do comportamento do seu filho, procure ajuda especializada.



OS JOGOS PODEM SER DIVERTIDOS!

CONHEÇA OS RISCOS
E INTERESSE-SE PELOS HÁBITOS
DE JOGOS ON-LINE DOS SEUS FILHOS.

LINHA **INTERNET SEGURA**
800 21 90 90

PROJETO



PROMOTOR



COFINANCIADOR

