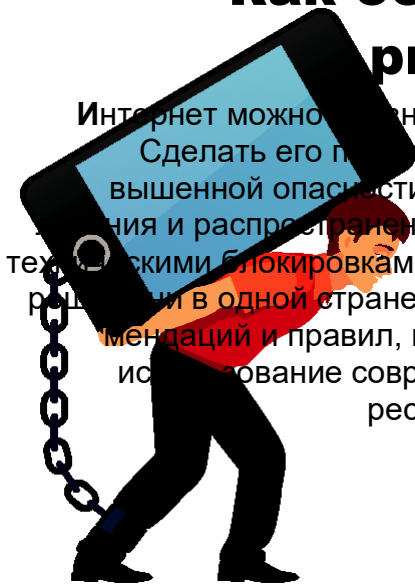


Как обезопасить подростка от рисков в интернете?¹



Интернет можно сравнить со стихией, с мировым информационным океаном. Сделать его полностью безопасным невозможно, сеть – это средство повышенной опасности. Прежде всего потому, что современные средства поиска и распространения информации стали доступны каждому. Запретами и техническими блокировками проблему безопасности детей в интернете не смогли решить ни в одной стране мира. Однако существует целый ряд несложных рекомендаций и правил, которые необходимо знать родителям для того, чтобы использование современных телекоммуникационных устройств и сетевых ресурсов ребенком не угрожало его личной безопасности.

Современный родитель, осознавая риски и угрозы интернет-пространства, должен четко понимать свою ответственность и вести постоянный контроль за интернет-активностью ребенка, внимательно наблюдать за тем, кто и что пишет ребенку публично, например, в социальных сетях. Однако осуществлять такой контроль необходимо деликатно, не ущемляя права ребенка, не унижая его достоинство. В ином случае вы можете столкнуться с протестом ребенка и потеряете его доверие.

Родителю необходимо помнить, что общение играет огромную роль в развитии ребенка в подростковом возрасте. Интернет, хотим мы того или нет, предоставляет огромные возможности подростку для общения – чаты, форумы, общение во время онлайн игр и пр. Преимущество виртуального общения (с точки зрения подростков), заключается в том, что можно оставаться как бы «за кадром», примеривать на себя разные роли и маски. Особенно это актуально для подростков с низкой самооценкой (например, связанной с изменениями во внешности). Через какое-то время у ребенка в сети образуется круг общения, где можно что-то обсудить, «выпустить пар», обменяться полезной информацией и пр. Однако в ситуациях реального общения со сверстниками (например, в школе) ситуация начинает неизбежно ухудшаться – «да с ними же не о чем поговорить!». Что понятно, ведь в реальном общении нужно «подстраиваться», «следить» за своими и чужими реакциями (одновременно за речью, позой, мимикой и пр.). Иногда подростку легче отказаться от реального общения («они меня не понимают», «среди них нет интересных людей») и полностью погрузиться в комфортную виртуальную среду.

¹ Создано на основе материалов:

– Методические рекомендации: Методика организации недели «Безопасность Интернет» / Авторы составители: Селиванова О.В., Иванова И.Ю., Примакова Е.А., Кривопапова И.В. Тамбов: ИПКРО, 2012

– Интернет-зависимость: причины, признаки, риски // сайт Правмир. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.pravmir.ru/internet-zavisimost-prichiny-priznaki-riski/>

Психологи советуют родителям с самого начала обсуждать с ребенком его деятельность в сети. Например, попросить его: «Покажи мне свой чат (свой любимый форум). Я не буду ничего комментировать, мне просто интересно – что это такое?», или найти тему для разговора, интересную для ребенка «Я вижу тебе очень нравится игра, в которую ты играешь, но я не понимаю, что это за герой?» (как распределяются роли? кто еще в игре? и пр.). Очень важно помочь подростку найти свой (не виртуальный) круг общения (через увлечения, хобби), когда у подростка появятся реальные друзья, ему незачем будет с головой уходить в виртуальное общение.



Знайте друзей ребенка, одноклассников, интересуйтесь ими, тогда вы не пропустите появление нового человека в жизни ребенка.

Следите за настроением ребенка и его переменами. Если вы видите, что ребенок вчера был веселым, а сегодня чем-то расстроен, не списывайте это на сложный возраст или детские капризы, а поговорите и узнайте, что случилось. Не преуменьшайте серьезность его переживаний, а наоборот, расскажите похожие случаи из вашей жизни.

Если вы знаете, что ребенок собирается встречаться с новым другом или новой компанией, обязательно участвуйте в этом: пригласите их домой, отвезите ребенка до места встречи, поговорите с родителями этих детей. Ну и конечно, предупрежден, значит, вооружен – ребенка необходимо просвещать. Если вы обучаете ребенка вежливости и навыкам сотрудничества, то почему бы не рассказать ему о правилах поведения в интернете? Если у вас недостает знаний, посетите специальные курсы по кибербезопасности. Объясните ребенку, что незнакомые люди в сети могут иметь дурные намерения и представлять опасность, поэтому общаясь с ними, важно придерживаться определенных правил. Объясняйте психологию мошенников и кибер-хулиганов, рассказывайте про то, что они могут сделать, подростков постарше можно посвятить и в юридические аспекты проблемы.

Далее более подробно рассмотрим некоторые рекомендации для родителей по безопасности ребенка в сети интернет в зависимости от возраста ребенка.

От 9 до 12 лет

В этом возрасте дети уже определенным образом могут быть осведомлены о том, что может содержать в себе сеть. Они жаждут новой информации и готовы читать, слушать и смотреть все подряд.

Надо понимать, что встроенные в современное программное обеспечение «средства родительского контроля» не всегда могут блокировать потенциально опасную информацию, способную нанести вред вашему ребенку. С другой стороны, дети, протестуя против несправедливых, по их мнению, блокировок интернет-ресурсов, чаще всего находят способы и легко обходят или отключают настроенные родителями параметры безопасности компьютеров и мобильных устройств.

Лучше всего планировать и осуществлять поиск и использование информации в интернете совместно с ребенком. Заранее предложите ему список сайтов, с которыми вы предварительно познакомились и убедились, что эти ресурсы отражают достоверную информацию на заданные темы. Разделите темы на несколько категорий. Заранее подберите ссылки на страницы и документы, которые могут быть полезными для подготовки школьных домашних заданий, развития увлечений и хобби ребенка.

Интернет может стать отличным способом составления семейных планов. Обсуждая с ребенком домашние дела, можно поговорить о том, каким сайтам можно доверять и какие ресурсы не подходят для поиска необходимой информации или решения.



Основные правила поведения ребенка в сети интернет, которые нужно знать

1. Научите ребенка работать с информацией. Анализировать найденные им данные, проверять сведения и факты в разных источниках. Относиться к любой информации, распространяемой в интернете скептически и с определенной долей недоверия.

2. Сформируйте у ребенка умение и навык распознавания недостоверных новостей, сообщений и другой информации социального, коммерческого или иного типа.

3. Расскажите ребенку о способах ограждения себя от информации и общения, которые могут причинить вред его физическому, психическому здоровью или нравственному развитию. Поговорите о том, каким образом та или иная информация, публикуемая в интернете, может нанести урон репутации, чести и достоинству человека.

4. Научите ребенка понимать механизмы и сценарии, которыми пользуются злоумышленники в попытках вовлечь молодых людей в противоправные действия. Расскажите о мошеннических и иных схемах, которые применяются преступниками в целях совершения преступлений в виртуальной среде и в несетевом общественном пространстве. Объясните ребенку, каким именно образом криминальные личности и организации пользуются неопытностью и доверчивостью детей, планируя совершение преступлений. Расскажите о видах преступлений против личности, которые существуют в интернет пространстве.

5. Расскажите ребенку о том, как действуют рекламные и другие технологии, манипулирующие сознанием и психикой человека. Сформируйте у ребенка навык самостоятельного ухода от чужих попыток навязчивого личного или опосредованного психологического воздействия и давления посредством программ и сервисов в сети.

6. Научите относиться с недоверием к незнакомым людям, которые проявляют интерес к ребенку и всячески стремятся войти с ним в непосредственный контакт.

7. Самое главное – внушите ребенку опасность публикации в интернете любой личной информации, касаю-

щейся как непосредственно его самого, так и членов его семьи. Расскажите о ситуациях, когда публикация личных фотографий, адреса проживания и других подобных данных могут быть использованы преступниками и стать причиной совершения противоправных или насильственных действий по отношению к ребенку, стать причиной причинения морального или физического ущерба.



Рекомендации по безопасности для родителей детей 9–12 лет

Вместе с ребенком создайте и оформите список правил поведения в интернете. Обязательно обозначьте первым пунктом правил рамки, ограничивающие время, проводимое ребенком перед монитором компьютера или мобильного устройства. Следите за неукоснительным соблюдением этих правил.

Объясните ребенку причину вашего строго контроля за доступом в интернет. Покажите ему, что вы беспокоитесь о его безопасности. Не оставляйте ребенка одного во время предоставленного доступа в интернет.

Настройте антивирусные компьютерные программы и другие средства безопасности. Заблокируйте нежелательные к демонстрации материалы, рекламу, возможность использования платежных и банковских услуг в браузерах компьютера и на мобильных устройствах, которыми пользуется ребенок.

Обсуждайте с ребенком странички и материалы его друзей в интернете.

Четко сформулируйте и обоснуйте абсолютный запрет на личные встречи ребенка с незнакомцами из интернета.

Настаивайте на использовании ребенком только тех сайтов, список которых вы для него подготовили, запрещайте вход на страницы, которых нет в вашем списке.

Внушите детям опасность публикации в интернете материалов, которые прямо или косвенно могут выдавать злоумышленникам личную информацию. Научите ребенка правилам и нормам заполнения регистрационных форм для доступа к тем или иным виртуальным ресурсам. Объясните, какая информация, будучи размещенной публично или отправленной посредством мессенджеров или других программных продуктов, может быть использована при планировании организации преступления против ребенка.

Установите на устройствах, доступных для детей, запрет на скачивание и установку любых программных продуктов и приложений. Объясните эти ограничения правилами антивирусной безопасности. Расскажите ребенку

о том, как вирусы и вредоносные программы могут проникать в компьютерные системы, какой ущерб они могут причинить владельцу электронного устройства.

Создайте для ребенка отдельные учетные записи во всех системах, которые им будут использоваться.



Личные учетные записи пользователя, интегрированные во многие популярные ресурсы и приложения, позволяют родителю оценивать и регулировать параметры информационной безопасности, анализировать журналы действий ребенка в сети, оперативно реагировать на появление активности незнакомых людей по отношению к вашему ребенку, получать другие сообщения о возникновении потенциальной опасности.

Объясните ребенку острую необходимость незамедлительно сообщать вам о любых необычных контактах, угрозах или тревожных состояниях, связанных с интернетом. Постоянно напоминайте ему о том, что любую негативную информацию, полученную в сети, необходимо обсуждать с родителями для того, чтобы нейтрализовать или избежать потенциально опасную ситуацию.

В случае возникновения таких действий действуйте спокойно: похвалите ребенка за своевременное оповещение вас о возникших трудностях или проблемах. Дайте ему понять, что он правильно сделал, поделившись своими тревогами с вами.

Убедите ребенка предоставить вам доступ к его электронной почте и мессенджерам. Контролируйте его публичную и приватную переписку. Объясните детям, что использование интернета для распространения сплетен, угроз, вредоносных программ, также как сетевое хулиганство и другие формы асоциального поведения в сети, чреваты уголовным или административным наказанием.

Взрослым и детям необходимо прийти к четким договоренностям о том, что разрешено делать в интернете и что делать категорически запрещается. В процессе обсуждения правил использования детьми интернета должны быть учтены все потребности и мнения.

Четко обозначьте, какую личную информацию ребенок может публиковать или разглашать и в каких случаях.

Подробно объясните риск последствий разглашения информации о месте жительства, планах семьи, паролях и так далее.

Регулярно обновляйте данные систем безопасности, установленных на компьютере или мобильных устройствах, которыми пользуются дети.

Сообщите ребенку о существовании запрета на самостоятельную регистрацию в социальных сетях для лиц, не достигших 13 лет.

От 13 до 16 лет

Для этой возрастной группы социальные сети и интернет становятся продолжением социального пространства и частью общественной жизни.

В сети молодые люди знакомятся, общаются, пользуются услугами мгновенного обмена сообщениями, скачивают музыку и фильмы. Мальчики в этом возрасте чаще ищут в интернете грубый юмор, азартные игры, картинки и видео эротического содержания. Девочки общаются в чатах и чаще подвергаются сексуальным домогательствам в виртуальном пространстве.

Подростки в этот период очень остро реагируют на родительские попытки их контролировать. Юношеский максимализм и склонность молодых людей к авантюрам и риску сводят на нет любые запреты, технические ограничения и другие меры родительского контроля. Кроме того, в этом возрасте дети зачастую гораздо



лучше своих родителей разбираются в компьютерной и телекоммуникационной технике и технологиях. Родители вероятно столкнутся с тем, что подросток будет стараться скрывать то, чем он занимается в интернете.

В этой связи нужно чаще проявлять открытую заинтересованность и стремиться совместно обсуждать события, происходящие в жизни ребенка, подробнее узнавать кто входит в круг его общения, что определяет его интересы.

Тем не менее, правила поведения в интернете должны строго соблюдаться, быть четкими и подкрепленными особой договоренностью с подростком. Помимо этого, необходимо регулярно просматривать отчетную хронику деятельности ребенка в интернете. Настройки и пароли администратора компьютеров и мобильных устройств необходимо держать в секрете от детей.

Подростку, в связи с отсутствием жизненного опыта, может понадобиться ваша помощь, когда он решит размещать информацию о себе, например, в популярных социальных сетях. Обсудите с ним вопросы этики, разъясните, в чем заключается личная ответственность молодого человека в сетевом пространстве. Например, загрузка определенного рода материалов, хакерского или вредоносного программного обеспечения, игнорирование лицензионных и авторских прав, нарушение сетевого этикета должны расцениваться как злоупотребление вашим доверием со стороны ребенка и серьезный проступок.

Подросток должен осознавать опасность публикации информации о себе, а также понимать недопустимость публикации информации, распространение которой запрещено законодательством Российской Федерации.



Рекомендации по безопасности для родителей детей 13–16 лет

Проявляйте интерес к собеседникам детей в сети. Выясните, чем эти друзья интересуются, какого они возраста, где проживают и так далее. Контролируйте чаты и мессенджеры, которыми пользуются ваши дети. Объясните опасность общения с незнакомцами в интернете в приватном режиме. Убедите детей никогда не встречаться лично и в одиночку с незнакомыми людьми из сети.

Четко обозначьте категории и параметры личной информации, которой ребенку запрещено делиться с кем-либо с использованием электронной почты, социальных сетей, игр, других интерактивных платформ и сервисов.

Убедите ребенка в том, что проявляете заботу о его безопасности. Просите его незамедлительно рассказывать о случаях психологического давления со стороны знакомых и незнакомых людей в интернете, попытках сетевой травли, конфликтах и других подобных проблемах.



Некоторые признаки интернет-зависимости ребенка

- Интернет для ребенка становится сверхзначимым. У ребенка появляется острая необходимость чаще бывать в интернете.
- В поведении и настроении ребенка можно наблюдать волнообразные изменения, зависящие от возможности или невозможности присутствовать в сети.
- Если по каким-то причинам ребенок не может получить доступ в интернет, у него может наблюдаться заметное ухудшение психофизического состояния, сравнимого с так называемым синдромом отмены (в т.ч. повышенная тревожность, головные и мышечные боли).
- Интернет-зависимый подросток чаще испытывает сложности с обучением. Ребенок игнорирует выполнение домашних заданий, значительно снижается школьная успеваемость. При этом ребенок начинает пренебрегать реальными друзьями, предпочитая им виртуальных.
- Явным симптомом зависимости являются чрезмерные реакции на незначительные события интернет-пространства. Негативные комментарии, большое или маленькое количество лайков или просмотров его сообщений могут существенно изменять настроение и поведение ребенка.
- Пренебрежение правилами личной гигиены, потеря сна и аппетита, нервная возбудимость, антисоциальное поведение также могут являться опасными симптомами компьютерной и интернет-зависимости.
- Интернет-зависимый ребенок не может самостоятельно регулировать время, которое он проводит в интернете. И даже после длительного перерыва возвращается к виртуальной жизни с прежней интенсивностью.

Наблюдая совокупно несколько признаков, родителю необходимо задуматься об обращении к специалистам.

Родителям важно помнить, что если в семье есть проблемы, постоянные конфликты или давление со стороны родителей (завышенные, недостижимые для ребенка цели, требования), ребенку проще погрузиться, сбежать в виртуальный (игровой) мир и забыть обо всем. Нехватка эмоционального контакта с близкими, их безусловной, безоценочной любви и поддержки – тоже одна из причин ухода подростка в виртуальный мир. В такой ситуации объяснять зависимость ребенка наличием компьютера, интернета не имеет смысла – необходимо искать причину, почему подросток предпочитает виртуальный мир реальному.

??~