

## **Методические рекомендации для родителей по обеспечению безопасности детей в Интернет-пространстве**

Даже при самых доверительных отношениях в семье родители иногда не могут вовремя заметить грозящую ребенку опасность и, тем более, не всегда знают, как ее предотвратить.

Вот на что следует обратить внимание родителям, чтобы вовремя заметить, что ребенок стал жертвой кибербуллинга:

### **- Беспокойное поведение**

Даже самый замкнутый школьник будет переживать из-за происходящего и обязательно выдаст себя своим поведением. Депрессия и нежелание идти в школу – самые явные признаки того, что ребенок подвергается агрессии.

### **- Неприязнь к Интернету**

Если ребенок любил проводить время в Интернете и внезапно перестал это делать, следует выяснить причину. В очень редких случаях детям действительно надоедает проводить время в Сети. Однако в большинстве случаев внезапное нежелание пользоваться Интернетом связано с проблемами в виртуальном мире.

### **- Нервозность при получении новых сообщений**

Негативная реакция ребенка на звук письма на электронную почту должна насторожить родителя. Если ребенок регулярно получает сообщения, которые расстраивают его, поговорите с ним и обсудите содержание этих сообщений.

### **Как научить ребенка быть осторожным в Сети и не стать жертвой**

#### **интернет-мошенников**

Кибермошенничество — один из видов киберпреступления, целью которого является обман пользователей: незаконное получение доступа либо хищение личной информации (номера банковских счетов, паспортные данные, коды, пароли и др.), с целью причинить материальный или иной ущерб

Предупреждение кибермошенничества:

1. Проинформируйте ребенка о самых распространенных методах мошенничества и научите его советоваться со взрослыми перед тем, как воспользоваться теми или иными услугами в Интернете;

2. Установите на свои компьютеры антивирус или, например, персональный брандмауэр. Эти приложения наблюдают за трафиком и могут быть использованы для выполнения множества действий на зараженных системах, наиболее частым из которых является кража конфиденциальных данных;

3. Прежде чем совершить покупку в интернет-магазине, удостоверьтесь в его надежности и, если Ваш ребенок уже совершает онлайн-покупки самостоятельно, объясните ему простые правила безопасности:

- Ознакомьтесь с отзывами покупателей;
- Проверьте реквизиты и название юридического лица – владельца магазина
- Уточните, как долго существует магазин. Посмотреть можно в поисковике или по дате регистрации домена (сервис WhoIs)
- Поинтересуйтесь, выдает ли магазин кассовый чек

- Сравните цены в разных интернет-магазинах.
- Позвоните в справочную магазина
- Обратите внимание на правила интернет-магазина
- Выясните, сколько точно вам придется заплатить

### **Как распознать интернет и игровую зависимость**

Сегодня в России все более актуальны проблемы так называемой «интернет-зависимости» (синонимы: интернет-аддикция, виртуальная аддикция) и зависимости от компьютерных игр («геймерство»). Первыми с ними столкнулись врачи-психотерапевты, а также компании, использующие в своей деятельности Интернет и несущие убытки, в случае, если у сотрудников появляется патологическое влечение к пребыванию онлайн.

Согласно исследованиям Кимберли Янг, предвестниками интернет-зависимости являются:

- навязчивое стремление постоянно проверять электронную почту;
- предвкушение следующего сеанса онлайн;
- увеличение времени, проводимого онлайн;
- увеличение количества денег, расходуемых онлайн.

Если Вы считаете, что Ваши близкие, в том числе дети, страдают от чрезмерной увлеченности компьютером, это наносит вред их здоровью, учебе, отношениям в обществе, приводит к сильным конфликтам в семье, то Вы можете обратиться к специалистам, занимающимся этой проблемой. Они помогут построить диалог и убедить зависимого признать существование проблемы и согласиться получить помощь. Помощь может быть оказана как в специальных терапевтических группах, так и стационарно, с использованием специальных медицинских процедур.

### **Как научить ребенка не загружать на компьютер вредоносные программы**

Вредоносные программы (вирусы, черви, «тройные кони», шпионские программы, боты и др.) могут нанести вред компьютеру и хранящимся на нем данным. Они также могут снижать скорость обмена данными и даже использовать Ваш компьютер для распространения вируса, рассылать от Вашего имени спам с адреса электронной почты или профиля какой-либо социальной сети.

Предупреждение столкновения с вредоносными программами:

- Установите на все домашние компьютеры специальные почтовые фильтры и антивирусные системы для предотвращения заражения программного обеспечения и потери данных. Такие приложения наблюдают за трафиком и могут предотвратить как прямые атаки злоумышленников, так и атаки, использующие вредоносные приложения.
- Используйте только лицензионные программы и данные, полученные из надежных источников. Чаще всего вирусами бывают заражены пиратские копии программ, особенно игр.
- Объясните ребенку, как важно использовать только проверенные информационные ресурсы и не скачивать нелегальный контент.
- Периодически старайтесь полностью проверять свои домашние компьютеры.
- Делайте резервную копию важных данных.

- Старайтесь периодически менять пароли (например, от электронной почты) и не используйте слишком простые пароли.

### **Что делать, если ребенок все же столкнулся с какими-либо рисками**

Установите положительный эмоциональный контакт с ребенком, расположите его к разговору о том, что случилось. Расскажите о своей обеспокоенности тем, что с ним происходит. Ребенок должен Вам доверять и знать, что Вы хотите разобраться в ситуации и помочь ему, а не наказать.

- Постарайтесь внимательно выслушать рассказ о том, что произошло, понять насколько серьезно произошедшее и насколько серьезно это могло повлиять на ребенка;
- Если ребенок расстроен чем-то увиденным (например, кто-то взломал его профиль в социальной сети), или он попал в неприятную ситуацию (потратил Ваши или свои деньги в результате интернет-мошенничества и пр.) — постарайтесь его успокоить и вместе с ним разберитесь в ситуации — что привело к данному результату, какие неверные действия совершил сам ребенок, а где Вы не рассказали ему о правилах безопасности в Интернете;
- Если ситуация связана с насилием в Интернете по отношению к ребенку, то необходимо выяснить информацию об агрессоре, выяснить историю взаимоотношений ребенка и агрессора, выяснить существует ли договоренность о встрече в реальной жизни; узнать были ли такие встречи и что известно агрессору о ребенке (реальное имя, фамилия, адрес, телефон, номер школы и т.п.), жестко настаивайте на избегании встреч с незнакомцами, особенно без свидетелей, проверьте все новые контакты ребенка за последнее время;
- Соберите наиболее полную информацию о происшествии, как со слов ребенка, так и с помощью технических средств — зайдите на страницы сайта, где был Ваш ребенок, посмотрите список его друзей, прочтите сообщения. При необходимости скопируйте и сохраните эту информацию — в дальнейшем это может Вам пригодиться (например, для обращения в правоохранительные органы);
- Если Вы не уверены в оценке серьезности произошедшего с Вашим ребенком, или ребенок недостаточно откровенен с Вами или вообще не готов идти на контакт, или Вы не знаете как поступить в той или иной ситуации — обратитесь к специалисту (телефон доверия, горячая линия и др.), где Вам дадут рекомендации о том, куда и в какой форме обратиться, если требуется вмешательство других служб и организаций (МВД, МЧС, Сестры и др.)

### **Основные правила, которые помогут оградить детей от информации сомнительного содержания и противоречащей общепринятой этике**

Правило №1 Родители должны знать интересы и цели детей, которые используют сеть Интернет.

Правило №2 Рекомендуется допускать использование сети Интернет детьми в присутствии взрослых. Доступ к данному информационному ресурсу должен быть эффективным и безопасным.

Правило №3 Необходимо исключить доступ детей к ресурсам сети Интернет, содержание которых противоречит законодательству Российской Федерации, может оказать негативное влияние на несовершеннолетних (информацию, пропагандирующую порнографию, культ насилия и жестокости, наркоманию, токсикоманию, антиобщественное поведение, сайты, содержащие описание или изображение убийств, мертвых тел, насилия и т.п.).

Правило №4 В случае самостоятельного доступа детей к сети Интернет, родители должны контролировать использование информации несовершеннолетними. О характере и объеме информации, полученной детьми в интернет – ресурсах, необходимо узнавать в «Журнале обозревателя» программы "Internet Explorer" . Как ограничить доступ детей к негативной информации в сети Интернет? С целью ограничения доступа детей к «вредным» материалам родители и другие члены семьи могут установить на компьютеры программу «Касперский Интернет секьюрити 2010»: в настройке программы применить вкладку «Родительский контроль», при этом произойдет блокировка информации, связанной с порнографическими сюжетами, жестокостью, нецензурной лексикой и др., оказывающей негативное влияние на детей и подростков.

### **Семейное соглашение о работе в Интернет**

Если ваши дети хотят посещать Интернет, вам следует выработать вместе с ними соглашение по использованию Интернет. Учтите, что в нем вы должны однозначно описать права и обязанности каждого члена вашей семьи. Не забудьте четко сформулировать ответы на следующие вопросы:

- Какие сайты могут посещать ваши дети и что они могут там делать;
- Сколько времени дети могут проводить в Интернет;
- Что делать, если ваших детей что-то беспокоит при посещении Интернет;
- Как защитить личные данные;
- Как следить за безопасностью;
- Как вести себя вежливо;
- Как пользоваться чатами, группами новостей и службами мгновенных сообщений.

Не забудьте, что формально составленное соглашение не будет выполняться! Регулярно, по мере необходимости, вносите изменения в данное соглашение. Не забывайте, что вы должны проверять выполнение соглашения вашими детьми.

### **Правила работы в сети Интернет**

1. Не входите на незнакомые сайты.
2. Если к вам по почте пришел файл Word или Excel, даже от знакомого лица, прежде чем открыть, обязательно проверьте его на вирусы.
3. Если пришло незнакомое вложение, ни в коем случае не запускайте его, а лучше сразу удалите и очистите корзину.

4. Никогда не посылайте никому свой пароль.
5. Старайтесь использовать для паролей трудно запоминаемый набор цифр и букв.
6. При общении в Интернет не указывайте свои личные данные, а используйте псевдоним (ник)
7. Без контроля взрослых ни в коем случае не встречайтесь с людьми, с которыми познакомились в сети Интернет.
8. Если в сети необходимо пройти регистрацию, то должны сделать ее так, чтобы в ней не было указано никакой личной информации.
9. Не всей информации, которая размещена в Интернете, можно верить.
10. Не оставляйте без присмотра компьютер с важными сведениям на экране
11. Не сохраняйте важные сведения на общедоступном компьютере.

### **Возраст от 7 до 8 лет**

В Интернете ребенок старается посетить те или иные сайты, а возможно и чаты, разрешение на посещение которых он не получил бы от родителей. Поэтому родителям (законным представителям) особенно полезны будут те отчеты, которые предоставляются программами по ограничению использования Интернета, т. е. Родительский контроль или то, что вы сможете увидеть во временных файлах Интернет (папки c:\Users\User\AppData\Local\Microsoft\Wmdows\Temporary Internet Files в операционной системе Windows Vista). В результате, у ребенка не будет ощущения, что за ним ведется постоянный контроль, однако, родители будут по-прежнему знать, какие сайты посещает их ребенок. Дети в данном возрасте обладают сильным чувством семьи, они доверчивы и не сомневаются в авторитетах. Они любят играть в сетевые игры и путешествовать по Интернет, используя электронную почту, заходить на сайты и чаты, не рекомендованные родителями.

### **Советы по безопасности в сети Интернет для детей 7-8 лет**

- Создайте список домашних правил посещения Интернет при участии детей и требуйте его выполнения.
- Требуйте от вашего ребенка соблюдения временных норм нахождения за компьютером. Покажите ребенку, что вы наблюдаете за ним не потому что вам это хочется, а потому что вы беспокоитесь о его безопасности и всегда готовы ему помочь.
- Компьютер с подключением в Интернет должен находиться в общей комнате под присмотром родителей.
- Используйте специальные детские поисковые машины, типа MSN Kids Search.
- Используйте средства блокирования нежелательного контента как дополнение к стандартному Родительскому контролю.
- Создайте семейный электронный ящик чтобы не позволить детям иметь собственные адреса.
- Блокируйте доступ к сайтам с бесплатными почтовыми ящиками с помощью соответствующего ПО.
- Приучите детей советоваться с вами перед опубликованием какой-либо информации средствами электронной почты, чатов, регистрационных форм и профилей.
- Научите детей не загружать файлы, программы или музыку без вашего согласия.
- Не разрешайте детям использовать службы мгновенного обмена сообщениями.
- В «белый» список сайтов, разрешенных для посещения, вносите только сайты с

хорошей репутацией.

- Не забывайте беседовать с детьми об их друзьях в Интернет, как если бы речь шла о друзьях в реальной жизни.
- Приучите вашего ребенка сообщать вам о любых угрозах или тревогах, связанных с Интернет. Оставайтесь спокойными и напомните детям, что они в безопасности, если сами рассказали вам о своих угрозах или тревогах. Похвалите их и посоветуйте подойти еще раз в подобных случаях.

### **Советы по безопасности для детей от 9 до 12 лет**

В данном возрасте дети, как правило, уже слышаны о том, какая информация существует в Интернет. Совершенно нормально, что они хотят это увидеть, прочесть, услышать. При этом нужно помнить, что доступ к нежелательным материалам можно легко заблокировать при помощи средств Родительского контроля.

- Создайте список домашних правил посещения Интернет при участии детей и требуйте его выполнения.
- Требуйте от вашего ребенка соблюдения временных норм нахождения за компьютером.
- Покажите ребенку, что вы наблюдаете за ним не потому, что вам это хочется, а потому что вы беспокоитесь о его безопасности и всегда готовы ему помочь.
- Компьютер с подключением в Интернет должен находиться в общей комнате под присмотром родителей.
- Используйте средства блокирования нежелательного контента как дополнение к стандартному Родительскому контролю.
- Не забывайте беседовать с детьми об их друзьях в Интернет.
- Настаивайте, чтобы дети никогда не соглашались на личные встречи с друзьями по Интернет.
- Позволяйте детям заходить только на сайты из «белого» списка, который создайте вместе с ними.
- Приучите детей никогда не выдавать личную информацию средствами электронной почты, чатов, систем мгновенного обмена сообщениями, регистрационных форм, личных профилей и при регистрации на конкурсы в Интернет.
- Приучите детей не загружать программы без вашего разрешения. Объясните им, что они могут случайно загрузить вирусы или другое нежелательное программное обеспечение.
- Создайте вашему ребенку ограниченную учетную запись для работы на компьютере.
- Приучите вашего ребенка сообщать вам о любых угрозах или тревогах, связанных с Интернет. Оставайтесь спокойными и напомните детям, что они в безопасности, если сами рассказали вам, если сами рассказали вам о своих угрозах или тревогах. Похвалите их и посоветуйте подойти еще раз в подобных случаях.
- Настаивайте на том, чтобы дети предоставляли вам доступ к своей электронной почте, чтобы вы убедились, что они не общаются с незнакомцами.
- Объясните детям, что нельзя использовать сеть для хулиганства, распространения сплетен или угроз.

### **Советы по безопасности в этом возрасте от 13 до 17 лет**

- Создайте список домашних правил посещения Интернет при участии подростков и требуйте безусловного его выполнения. Укажите список запрещенных сайтов («черный список»), часы работы в Интернет, руководство по общению в Интернет (в том числе в чатах).
- Компьютер с подключением к сети Интернет должен находиться в общей комнате.
- Не забывайте беседовать с детьми об их друзьях в Интернет, о том, чем они заняты таким образом, будто речь идет о друзьях в реальной жизни. Спрашивайте о людях, с которыми дети общаются посредством служб мгновенного обмена сообщениями, чтобы убедиться, что эти люди им знакомы.
- Используйте средства блокирования нежелательного контента как дополнение к стандартному Родительскому контролю.
- Необходимо знать, какими чатами пользуются ваши дети. Поощряйте использование модерлируемых чатов и настаивайте, чтобы дети не общались в приватном режиме.
- Настаивайте на том, чтобы дети никогда не встречались лично с друзьями из сети Интернет.
- Приучите детей никогда не выдавать личную информацию средствами электронной почты, чатов, систем мгновенного обмена сообщениями, регистрационных форм, личных профилей и при регистрации на конкурсы в Интернет.
- Приучите детей не загружать программы без вашего разрешения. Объясните им, что они могут случайно загрузить вирусы или другое нежелательное программное обеспечение.
- Приучите вашего ребенка сообщать вам о любых угрозах или тревогах, связанных с Интернет. Оставайтесь спокойными и напомните детям, что они в безопасности, если сами рассказали вам, если сами рассказали вам о своих угрозах или тревогах. Похвалите их и посоветуйте подойти еще раз в подобных случаях.
- Помогите им защититься от спама. Научите подростков не выдавать в Интернет своего реального электронного адреса, не отвечать на нежелательные письма и использовать специальные почтовые фильтры.
- Приучите себя знакомиться с сайтами, которые посещают подростки.
- Объясните детям, что ни в коем случае нельзя использовать Сеть для хулиганства, распространения сплетен или угроз другим людям.
- Обсудите с подростками проблемы сетевых азартных игр и их возможный риск. Напомните, что дети не могут играть в эти игры согласно закону.