

## **ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

### **«Основные правила защиты наших детей от Интернет опасностей»**

Интернет постепенно проникает в каждую организацию, общественное и учебное учреждение, в наши дома. Число пользователей Интернета в России стремительно растет и молодеет, доля молодежи и совсем юной аудитории среди пользователей Всемирной сети очень велика. Для многих из них, он становится информационной средой, без которой они не представляют себе жизнь. Вместе с тем, в Интернете содержатся огромные массивы информации, которая является запрещенной для детей, так как может нанести вред их физическому и психическому здоровью, духовному и нравственному развитию.

Согласно ст. 5 Федерального Закона от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию», к информации, запрещенной для распространения среди детей, относится информация:

- 1) побуждающая детей к совершению действий, представляющих угрозу их жизни и (или) здоровью, в том числе к причинению вреда своему здоровью, самоубийству;
- 2) способная вызвать у детей желание употребить наркотические средства, психотропные и (или) одурманивающие вещества, табачные изделия, алкогольную и спиртосодержащую продукцию, пиво и напитки, изготавливаемые на его основе, принять участие в азартных играх, заниматься проституцией, бродяжничеством или попрошайничеством;
- 3) обосновывающая или оправдывающая допустимость насилия и (или) жестокости либо побуждающая осуществлять насильственные действия по отношению к людям или животным, за исключением случаев, предусмотренных настоящим Федеральным законом;
- 4) отрицающая семейные ценности и формирующая неуважение к родителям и (или) другим членам семьи;
- 5) оправдывающая противоправное поведение;
- 6) содержащая нецензурную брань;
- 7) содержащая информацию порнографического характера.

Для защиты детей от опасностей в Интернете необходима активная позиция родителей. И, это не удивительно: ведь в Интернете можно найти информацию для реферата или доклада, послушать любимую мелодию, проверить свои знания в интернет конкурсах или on-line тестированиях, купить понравившуюся книгу или обсудить горячую тему на многочисленных форумах.

Интернет может быть прекрасным и полезным средством для обучения, отдыха или общения с друзьями. Но – как и реальный мир – Сеть тоже может быть опасна: в ней появилась своя преступность, хулиганство, вредительство и прочие малоприятные явления. Виртуальность общения предоставляет людям с недобрыми намерениями дополнительные возможности причинить вред детям. В последнее время в Интернете появляется много материалов агрессивного и социально опасного содержания.

Взрослым нужно помнить о существовании подобных угроз и уделять повышенное внимание вопросу обеспечения безопасности детей в Интернете.

## **Правило 1.**

Установите вместе с детьми четкие правила посещения сайтов. Определите, какие сайты они могут посещать, какие – посещать нельзя. Выберите сайты, которые можно посещать вашему ребенку, и заблокируйте доступ к неподходящим материалам. Настройте параметры безопасности вашего компьютера.

## **Правило 2.**

Помогите детям выбрать правильное регистрационное имя и пароль. Убедитесь в том, что они не содержат никакой личной информации.

## **Правило 3.**

Объясните детям необходимость защиты их конфиденциальности в сети Интернет. Настаивайте на том, чтобы они никогда не выдавали своего адреса, номера телефона или другой личной информации; например, места учебы или любимого места для прогулки.

## **Правило 4.**

Не позволяйте Вашему ребенку встречаться с онлайн-знакомыми без Вашего разрешения или в отсутствии взрослого человека. Если ребенок желает встретиться с новым интернет-другом, следует настоять на сопровождении ребенка на эту встречу. Интересуйтесь тем, куда и с кем ходит ваш ребенок.

Общение в Интернете может повлечь за собой коммуникационные риски, такие как незаконные контакты (например, груминг, кибербуллинг и др.). Даже если у большинства пользователей чат-систем (веб-чатов или IRC) добрые намерения, среди них могут быть и злоумышленники. В некоторых случаях они хотят обманом заставить детей выдать личные данные, такие как домашний адрес, телефон, пароли к персональным страницам в Интернете и др. В других случаях они могут оказаться преступниками в поисках жертвы. Специалисты используют специальный термин «груминг», обозначающий установление дружеских отношений с ребенком с целью вступления в сексуальный контакт. Знакомство чаще всего происходит в чате, на форуме или в социальной сети от имени родственника ребенка. Общаешься лично («в привате»), злоумышленник входит в доверие к ребенку, пытается узнать личную информацию и договориться о встрече.

Предупреждение груминга: Будьте в курсе, с кем контактирует в Интернете ваш ребенок, старайтесь регулярно проверять список контактов своих детей, чтобы убедиться, что они лично знают всех, с кем они общаются.

Объясните ребенку, что нельзя разглашать в Интернете информацию личного характера (номер телефона, домашний адрес, название/номер школы и т.д.), а также пересыпать интернет-знакомым свои фотографии. Если ребенок интересуется контактами с людьми намного старше его, следует провести разъяснительную беседу. Не позволяйте Вашему ребенку встречаться с онлайн-знакомыми без Вашего разрешения или в отсутствии взрослого человека. Если ребенок желает встретиться с новым интернет-другом, следует настоять на сопровождении ребенка на эту встречу; Интересуйтесь тем, куда и с кем ходит ваш ребенок.

Кибербуллинг — преследование сообщениями, содержащими оскорбления, агрессию, запугивание, хулиганство, социальное бойкотирование с помощью различных интернет-сервисов. Предупреждение кибербуллинга: Объясните детям, что при общении в Интернете они должны быть дружелюбными с другими пользователями, ни в коем случае не писать грубых слов – читать грубости также неприятно, как и слышать. Научите детей правильно реагировать на обидные слова или действия других пользователей. Объясните детям, что нельзя использовать Сеть для хулиганства, распространения сплетен или угроз. Страйтесь следить за тем, что Ваш ребенок делает в Интернете, а также следите за его настроением после пользования Сетью.

На что следует обращать внимание родителям, чтобы вовремя заметить, что ребенок стал жертвой кибербуллинга:

**1) Беспокойное поведение.** Даже самый замкнутый школьник будет переживать из-за происходящего и обязательно выдаст себя своим поведением. Депрессия и нежелание выходить из дома – самые явные признаки того, что ребенок подвергается агрессии.

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

**3) Нервозность при получении новых сообщений.** Негативная реакция ребенка на звук электронного письма должна насторожить родителя. Если ребенок регулярно получает сообщения, которые расстраивают его, поговорите с ним и обсудите содержание этих сообщений.

#### **Правило 5.**

Научите детей уважать других в Интернете. Убедитесь, что они знают о том, что правила хорошего поведения действуют везде – даже в виртуальном мире.

#### **Правило 6.**

Настаивайте, чтобы дети уважали собственность других в Интернете. Объясните, что незаконное копирование и использование чужой работы – текста, музыки, компьютерных игр и других программ – является кражей.

#### **Правило 7.**

Обращайте внимание, сколько времени проводят ваши дети в Интернете, чтобы вовремя заметить признаки возникающей интернет-зависимости. Предвестниками «интернет-зависимости» (синонимы: интернет-аддикция, виртуальная аддикция) и зависимости от компьютерных игр («геймерство») являются: навязчивое стремление постоянно проверять электронную почту; предвкушение следующего сеанса онлайн; увеличение времени, проведенного онлайн; увеличение количества денег, расходуемых онлайн. Если Вы считаете, что ваши дети, страдают от чрезмерной увлеченности компьютером, что 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.

Контролируйте деятельность детей в Интернете с помощью современных программ. Они помогут отфильтровать вредное содержимое, выяснить, какие сайты посещает ребенок и с какой целью. Однако открытое, честное общение всегда предпочтительнее вторжения в личную жизнь.

Поощряйте детей делиться с вами их опытом в Интернете. Посещайте Сеть вместе с детьми. Если ваш ребенок ведет интернет дневник, регулярно посещайте его. Будьте внимательны к вашим детям! Помните, что никакие технологические ухищрения не могут заменить простое родительское внимание к тому, чем занимаются дети за компьютером.

### **Обеспечение безопасности детей при работе в Интернет**

Сегодня все больше и больше компьютеров подключаются к работе в сети Интернет. При этом все большее распространение получает подключение по высокоскоростным каналам, как на работе, так и дома. Все большее количество детей получает возможность работать в Интернет. Но вместе с тем все острее встает проблема обеспечения безопасности наших детей в Интернет. Так как изначально Интернет развивался вне какого-либо контроля, то теперь он представляет собой огромное количество информации, причем далеко не всегда безопасной. В связи с этим и с тем, что возраст, в котором человек начинает работать с Интернет, становится все моложе, возникает проблема обеспечения безопасности детей. А кто им может в этом помочь, если не их родители и взрослые? Следует

понимать, что, подключаясь к Интернет, ваш ребенок встречается с целым рядом угроз, о которых он может даже и не подозревать. Объяснить ему это обязаны родители перед тем, как разрешить ему выход в Интернет.

Какие угрозы встречаются наиболее часто? Прежде всего:

- **Угроза заражения вредоносным ПО.** Ведь для распространения вредоносного ПО и проникновения в компьютеры используется целый спектр методов. Среди таких методов можно отметить не только почту, компакт-диски, дискеты и прочие сменные носители информации или скачанные из Интернет файлы. Например, программное обеспечение для мгновенного обмена сообщениями сегодня являются простым способом распространения вирусов, так как очень часто используются для прямой передачи файлов. Дети, неискушенные в вопросах социальной инженерии, могут легко попасться на уговоры злоумышленника. Этот метод часто используется хакерами для распространения троянских вирусов.
  - **Доступ к нежелательному содержимому.** Ведь сегодня дела обстоят таким образом, что любой ребенок, выходящий в Интернет, может просматривать любые материалы. А это насилие, наркотики порнография, страницы, подталкивающие молодежь к самоубийствам, анорексии (отказ от приема пищи), убийствам, страницы с националистической или откровенно фашистской идеологией и многое-многое другое. Ведь все это доступно в Интернет без ограничений. Часто бывает так, что просмотр этих страниц даже не зависит от ребенка, ведь на многих сайтах отображаются всплывающие окна содержащие любую информацию, чаще всего порнографического характера;
  - **Контакты с незнакомыми людьми с помощью чатов** или электронной почты. Все чаще и чаще злоумышленники используют эти каналы для того, чтобы заставить детей выдать личную информацию. В других случаях это могут быть педофилы, которые ищут новые жертвы. Выдавая себя за сверстника жертвы, они могут выведывать личную информацию и искать личной встречи;
  - **Неконтролируемые покупки.** Несмотря на то, что покупки через Интернет пока еще являются экзотикой для большинства из нас, однако недалек тот час, когда эта угроза может стать весьма актуальной. Именно обеспечению безопасности наших детей при пребывании в сети Интернет и будет посвящена наша статья. Интернет — это прекрасное место для общения, обучения и отдыха. Но стоит понимать, что, как и наш реальный мир, всемирная паутина так же может быть весьма и весьма опасна.
- Рекомендации, с помощью которых посещение Интернет может стать менее опасным для ваших детей:**
1. Посещайте Интернет вместе с детьми. Поощряйте ваших детей делиться с вами их успехами и неудачами в деле освоения Интернет;
  2. Объясните детям, что если в Интернет что-либо беспокоит их, то им следует не скрывать этого, а поделиться с вами своим беспокойством;
  3. Объясните ребенку, что при общении в чатах, использовании программ мгновенного обмена сообщениями (типа Skype, WhatsApp, Viber, Microsoft Messenger и т.д.), использовании он-лайн игр и других ситуациях, требующих регистрации, нельзя использовать реальное имя, помогите вашему ребенку выбрать регистрационное имя, не содержащее никакой личной информации;
  4. Объясните ребенку, что нельзя выдавать свои личные данные, такие как домашний адрес, номер телефона и любую другую личную информацию, например, номер школы, класс, любимое место прогулки, время возвращения домой, место работы отца или матери и т.д.;
  5. Объясните своему ребенку, что в реальной жизни и в Интернет нет разницы между неправильными и правильными поступками;
  6. Научите ваших детей уважать собеседников в Интернет. Убедитесь, что они понимают, что правила хорошего тона действуют одинаково в Интернет и в реальной жизни;

7. Скажите им, что никогда не стоит встречаться с друзьями из Интернет. Ведь люди могут оказаться совсем не теми, за кого себя выдают;

8. Объясните детям, что далеко не все, что они могут прочесть или увидеть в Интернет – правда. Приучите их спрашивать о том, в чем они не уверены;

9. Не забывайте контролировать детей в Интернет с помощью специального программного обеспечения. Это поможет вам отфильтровывать вредоносное содержание, выяснить, какие сайты на самом деле посещает ваш ребенок и что он там делает. Как научить детей отличать правду от лжи в Интернет?

Следует объяснить детям, что нужно критически относиться к полученным из Интернет материалам, ведь опубликовать информацию в Интернет может абсолютно любой человек. Объясните ребенку, что сегодня практически каждый человек может создать свой сайт и при этом никто не будет контролировать, насколько правдива размещенная там информация. Научите ребенка проверять все то, что он видит в Интернет. Как это объяснить ребенку?

- Начните, когда ваш ребенок еще достаточно мал. Ведь сегодня даже дошкольники уже успешно используют сеть Интернет, а значит нужно как можно раньше научить их отделять правду от лжи;
- Не забывайте спрашивать ребенка об увиденном в Интернет. Например, начните с расспросов, для чего служит тот или иной сайт.
- Убедитесь, что ваш ребенок может самостоятельно проверить прочитанную в Интернет информацию по другим источникам (по другим сайтам, газетам или журналам). Приучите вашего ребенка советоваться с вами. Не отмахивайтесь от их детских проблем.
- Поощряйте ваших детей использовать различные источники, такие как библиотеки или подарите им энциклопедию на диске, например, «Энциклопедию Кирилла и Мефодия» или Microsoft Encarta. Это поможет научить вашего ребенка использовать сторонние источники информации;
- Научите ребенка пользоваться поиском в Интернет. Покажите, как использовать различные поисковые машины для осуществления поиска;
- Объясните вашим детям, что такое расизм, фашизм, межнациональная и религиозная вражда. Несмотря на то, что некоторые подобные материалы можно заблокировать с помощью специальных программных фильтров, не стоит надеяться на то, что вам удастся отфильтровать все подобные сайты.

### **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.

Научите вашего ребенка использовать службу мгновенных сообщений.

При использовании службы мгновенных сообщений напомните вашему ребенку некоторые несложные правила безопасности:

- Никогда не заполняйте графы, относящиеся к личным данным, ведь просмотреть их может каждый;
- Никогда не разговаривайте в Интернет с незнакомыми людьми;
- Регулярно проверяйте список контактов своих детей, чтобы убедиться, что они знают всех, с кем они общаются;
- Внимательно проверяйте запросы на включение в список новых друзей. Помните, что в Интернете человек может оказаться не тем, за кого он себя выдает;
- Не следует использовать систему мгновенных сообщений для распространения слухов или сплетен. Родителям не стоит надеяться на тайную слежку за службами мгновенных сообщений, которыми пользуются дети. Гораздо проще использовать доброжелательные отношения с вашими детьми.

### **Может ли ваш ребенок стать интернет-зависимым?**

Не забывайте, что Интернет — это замечательное средство общения, особенно для стеснительных, испытывающих сложности в общении детей. Ведь ни возраст, ни внешность, ни физические данные здесь не имеют ни малейшего значения. Однако этот путь ведет к формированию Интернет-зависимости. Осознать данную проблему весьма сложно до тех пор, пока она не становится очень серьезной. Да и кроме того, факт наличия такой болезни как Интернет-зависимость не всегда признается. Что же делать? Установите правила использования домашнего компьютера и постарайтесь найти разумный баланс между нахождением в Интернет и физической нагрузкой вашего ребенка. Кроме того, добейтесь того, чтобы компьютер стоял не в детской комнате, а в комнате взрослых. В конце концов, посмотрите на себя, не слишком ли много времени вы проводите в Интернет.

### **Подростки с 13 до 17 лет**

В данном возрасте родителям часто уже весьма сложно контролировать своих детей, так как об Интернет они уже знают значительно больше своих родителей. Тем не менее, особенно важно строго соблюдать правила Интернет-безопасности — соглашение между родителями и детьми. Кроме того, необходимо как можно чаще просматривать отчеты о деятельности детей в Интернет. Следует обратить внимание на необходимость содержания родительских паролей (паролей администраторов) в строгом секрете и обратить внимание на строгость этих паролей.

### **Советы по безопасности в этом возрасте**

В этом возрасте подростки активно используют поисковые машины, пользуются электронной почтой, службами мгновенного обмена сообщениями, скачивают музыку и фильмы. Мальчикам в этом возрасте больше по нраву сметать все ограничения, они жаждут грубого юмора, азартных игр, картинок «для взрослых». Девочки предпочитают общаться в чатах, при этом они гораздо более чувствительны к сексуальным домогательствам в Интернет.

### **Что посоветовать в этом возрасте?**

- 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 Интернет должен находиться в общей комнате. Часы работы в Интернет могут быть легко настроены при помощи средств Родительского контроля Kaspersky Internet Security 7.0
- 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 моделируемых чатов и настаивайте, чтобы дети не общались в приватном режиме.
- Настаивайте на том, чтобы дети никогда не встречались лично с друзьями из 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.
- Расскажите детям о порнографии в Интернет.
- 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 дети.
- 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 по закону дети не могут играть в эти игры. Обеспечивать родительский контроль в Интернет можно с помощью различного программного обеспечения.

### **Рекомендации Центра безопасности**

Данные краткие рекомендации помогут вам обеспечить безопасность членов вашей семьи в Интернете, даже если вам вечно не хватает времени.

**1. Поговорите с ребенком о безопасности в Интернете.** Объясните основные правила, возможности различных технологий и последствия нарушений. Самое главное: убедите ребенка, что в любой непонятной или пугающей ситуации ему следует обращаться к родителям, чтобы найти безопасное решение.

**2. Используйте компьютер и смартфон вместе с детьми.** Это хороший способ научить их правилам безопасности в Интернете. При этом дети поймут, что решать возможные проблемы лучше всего вместе.

**3. Расскажите детям больше о сайтах и сервисах в Интернете.** Поговорите о том, что их интересует в Интернете и какие страницы им можно посещать.

**4. Безопасные пароли.** Помогите своей семье приобрести правильные привычки в отношении паролей. Расскажите об их использовании. Напомните, что пароли никому нельзя передавать, за исключением лиц, которым можно доверять, например, родителям. Убедитесь, что у детей вошло в привычку выходить из своих аккаунтов, когда они используют общественные компьютеры в школе, кафе или библиотеке.

**5. Используйте настройки конфиденциальности и управления доступом.** В Интернете немало сайтов, на которых можно публиковать свои комментарии, фото и видео, рассказывать о том, что с вами произошло, как

вы живете и т. д. Обычно такие сервисы позволяют определить уровень доступа к вашей информации ещё до ее публикации. Поговорите с членами своей семьи и определите, о чем не следует рассказывать всем. Научите детей уважать конфиденциальность друзей и родных.

**6. Проверьте возрастные ограничения.** Многие онлайн-сервисы, в том числе Google, предоставляют доступ ко всем функциям только совершеннолетним. А создавать аккаунты Google могут только пользователи не моложе 13 лет. Прежде чем ваш ребенок зарегистрируется на том или ином сайте, самостоятельно проверяйте условия его использования и соответствие материалов правилам, принятым в вашей семье.

**7. Научите детей ответственному поведению в Интернете.** Помните золотое правило: то, что вы не сказали бы человеку в личном общении, не стоит отправлять ему по SMS, электронной почте, в чате или комментариях на его странице. Поговорите с детьми о том, как другие могут воспринимать их слова, и разработайте для своей семьи правила общения.

**8. Посоветуйтесь с другими взрослыми.** Привлеките к обсуждению этой темы друзей, родственников и педагогов. Другие родители и специалисты по работе с детьми могут оказать вам неоценимую помощь в том, как научить детей и родственниковциальному использованию самых разных информационных технологий.

**9. Защитите свой компьютер и личные данные.** Используйте антивирусное программное обеспечение и регулярно его обновляйте. Поговорите со своей семьей о типах личной информации – например, номер социального страхования, номер телефона или домашний адрес – эти данные не должны быть размещены в Интернете. Научите свою семью не принимать файлы или открывать вложения в электронной почте от неизвестных людей.

**10. Не останавливайтесь на достигнутом.** Безопасность в Интернете требует постоянного внимания, поскольку технологии непрерывно совершенствуются. Страйтесь всё время держать руку на пульсе. Пересматривайте правила пользования Интернетом в семье, следите за тем, как ваши близкие осваивают новые технологии, и время от времени давайте им советы.

*Если вы нуждаетесь в консультации специалиста по вопросам безопасного использования Интернета или если ваш ребенок уже столкнулся с рисками в Сети, обратитесь «Всероссийская Линия помощи «Дети онлайн» по телефону: 8 800 25 000 15 (звонок по России бесплатный). На линии помощи профессиональную психологическую и информационную поддержку оказывают психологи факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова и Фонда Развития Интернет.*