

«Дети и гаджеты. Как договориться с ребёнком?»

Уважаемые родители!

Согласно Федеральному закону от 29.12.2010 № 436-ФЗ (ред. от 01.07.2021) «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию», информационная безопасность детей – это состояние защищенности детей, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией вреда их здоровью и (или) физическому, психическому, духовному, нравственному развитию.

Специалисты ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей» предлагают расширенный список, включающий пять основных видов угроз.

Контентные риски – материалы, содержащие насилие, агрессию, эротику и порнографию, нецензурную лексику, информацию, разжигающую расовую ненависть, пропаганду анорексии и булимии, суицида, азартных игр, наркотических веществ и т.д.

Потребительские риски – злоупотребление в интернете правами потребителя.

Электронные (кибер-) риски – возможность столкнуться с хищением персональной информации, риск подвергнуться вирусной атаке, онлайн-мошенничеству, спам-атаке, шпионским программам и т.д.

**РИСКИ
В
ИНТЕРНЕТЕ**

Коммуникационные риски связаны с межличностными отношениями интернет-пользователей, например, незаконные контакты (например, груминг), киберпреследования, кибербуллинг и др.

Интернет-зависимость – навязчивое желание войти в интернет и невозможность выйти из интернета, патологическая, непреодолимая тяга к интернету, «оказывающая пагубное воздействие на бытовую, учебную, социальную, семейную или психологическую сферы деятельности».

Лаборатория Касперского»: больше половины российских школьников получают в соцсетях приглашение «дружить» от незнакомых людей, в 34% случаев это взрослые; к каждому девятому ребёнку в возрасте 11-14 лет уже пытались «втереться в доверие» незнакомые взрослые; каждый третий школьник даже встречался с людьми, с которыми познакомился в соцсетях.

Рекомендации для родителей

Что важно понимать взрослому в контексте информационной безопасности несовершеннолетнего?

- Средства массовой коммуникации играют важную роль в жизни современного ребенка и взрослого. Быть в онлайн-пространстве сегодня – быть частью общества. Запретить его не представляется возможным. Следует помочь ребенку развить навыки, необходимые для обеспечения его безопасности в интернете. И помощь эта должна быть основана на диалоге, регулярном общении, четко обозначенных границах и доступных инструментах контроля.
- Начинать диалог о безопасности в интернете необходимо с выбора правильного *момента для разговора*. Не стоит устанавливать правила во время ссоры или сразу после нее. Лучше выбрать утро выходного дня, когда не ожидается спешки, и на осмысление и возвращение к разговору у всех участников будет время.
- *Поводом для беседы* могут стать изменения в привычном графике жизни семьи, например, наступление каникул или учебного года, переход на домашнее обучение, посещение дополнительных кружков или отказ от них. Трудности в обучении, проблемы со здоровьем (зрение, опорно-двигательный аппарат, изменение веса) также могут стать основанием для разговора.
- В целом, диалог должен протекать в позитивной и спокойной обстановке. Его цель – сформулировать правила безопасности, принять их и определить зоны ответственности, инструменты контроля и санкции за нарушение. Этот диалог может стать основой безопасности ребенка, к которой в любой момент в дальнейшем можно обращаться для напоминания правил или их пересмотра.

Какие инструменты помогут обеспечить информационную безопасность детей?

Программы родительского контроля

это приложения или программы, ограничивающие те или иные функции смартфонов, планшетов, ноутбуков и компьютеров.

Семейный медиаконтракт

это инструмент, позволяющий семье договориться о правилах, способах контроля за их исполнением и санкциях за их нарушение.

Поощряйте детей делиться с Вами их опытом в Интернете. Посещайте Сеть вместе с детьми. Будьте внимательны к Вашим детям! Помните, что никакие технологические ухищрения не могут заменить простое родительское внимание к тому, чем занимаются дети за компьютером.

Программы родительского контроля

это приложения или программы, ограничивающие те или иные функции смартфонов, планшетов, ноутбуков и компьютеров.

Общие функции программ родительского контроля довольно широки:

- **Ограничение времени пользования гаджетом.** Если ребенок возвращается из школы в 14:00, программы позволяют установить ограничения на использование приложений, например, до 19:00, таким образом, не позволяя ребенку отвлекаться от выполнения домашних заданий.
- **Ограничение использования приложений.** Родители могут запретить ребенку играть в игры, содержащие сцены насилия или эротические элементы; ограничить установку программ, предлагающих электронные покупки, ставки и другие денежные операции.
- **Отслеживание местоположения.** Приложения позволяют узнать не только, где ребенок находится в данный момент, но и посмотреть историю перемещений. В отдельных случаях программа оповещает родителей, что ребенок вышел за пределы доверительной локации или подобрался к нежелательным районам.
- **Контроль общения.** Некоторые приложения позволяют родителю увидеть только список звонков, другие – читать СМС-сообщения и прослушивать телефонные звонки, третьи – дадут знать, что происходит в переписке в социальных сетях.
- **SOS.** Такой сигнал, как правило, встроен в операционную систему устройства. Если нет, помогут специальные приложения с такой функцией. Ребенок может подать сигнал, что попал в беду, и родители узнают, где он находится.



Популярные программы родительского контроля

Google Family Link

- бесплатно для пользователей (необходимо иметь аккаунт в Google);
- позволяет отследить, сколько часов ребенок проводит в смартфоне или планшете, какие приложения открывает, что скачивает или собирается купить в Google Play;
- позволяет удаленно запретить загрузку подозрительного контента, ограничить время использования приложений, заблокировать телефон на ночь или в любое другое время;
- позволяет установить, где находится ребенок;
- отрезает пользователям младше 13 лет доступ к сервисам YouTube.



Kaspersky
Safe Kids

Kaspersky Safe Kids

- имеет бесплатную версию и премиум-вариант с недельным пробным периодом;
- содержит более 100 рекомендаций для родителей;
- *Бесплатная версия* содержит инструменты, показывающие, что ребенок ищет в интернете, на какие сайты заходит, какими программами пользуется и сколько времени проводит в Сети. Все это можно регулировать, ограничивать и отключать.
- *Премиум-версия* позволяет следить за зарядом батареи, отслеживать активность в социальных сетях, просматривать историю запросов на YouTube и составлять расписание, по которому ребенок будет пользоваться устройством; доступна геолокация с возможностью очертить безопасный периметр для прогулок.

Крайне важно донести до ребенка, что программа устанавливается не для полного ограничения его действий, а для обеспечения его безопасности. Ребенок должен ощущать заботу и внимание со стороны родителя, а не постоянную слежку.

Семейный медиаконтракт

это инструмент, позволяющий семье договориться о правилах, способах контроля за их исполнением и санкциях за их нарушение.

- Семейные медиаконтракты помогают научить ребенка безопасно пользоваться современными гаджетами и установить определенные рамки. Более того, они позволяют родителю начать открытый разговор с детьми и поощрять их к участию в принятии решений. Совместная работа над созданием медиаконтракта даст детям знание не только о своих границах, но и последствиях за их нарушения.
- В семейный медиаконтракт принято включать положения, относящиеся к следующим аспектам:

1. Ограничения по времени.

В соответствующем пункте следует согласовать четкие ограничения по времени использования каждого устройства. Эти ограничения время от времени можно корректировать. В контракте должно быть четко прописано, когда и в каких ситуациях нельзя использовать те или иные устройства (например, «нельзя использовать гаджеты за обеденным столом», «нельзя пользоваться никакими устройствами за час до сна»).

2. Ограничения по контенту.

В соответствующем пункте следует согласовать, какой контент является допустимым. Если медиасоглашение относится к видеоиграм, будет полезно указать, игры с каким рейтингом или характеристиками могут быть разрешены для ребенка. Если речь идет о мобильном телефоне, можно указать, какие приложения можно использовать, а какие – нет.

3. Ограничения, связанные с распространением информации.

Для согласования правил, связанных с личной информацией, обсудите с ребенком, какая информация относится к персональной и конфиденциальной и ни при каких условиях не может быть передана никому в интернет-пространстве. Обсуждая эти пункты с ребенком, родитель озвучивает свои требования и опасения и объясняет их ребенку, возможно, впервые.

В образце контракта, размещённого на сайте МБОУ «Холмовская СШ» в разделе «Психологическая служба», представлены минимальные правила безопасности. Родители могут дополнять их по мере необходимости.

Профилактика

Если Ваш ребёнок активно пользуется интернетом, то Вы, без сомнения, задумываетесь о том, как уберечь его от неприятностей в интернете. Для этого Вам помогут четыре важных действия:

- постоянно изучать актуальную информацию об интернете, новых трендах и опасностях (очень сложно уберечь ребёнка «от того, не знаю чего»),
- информировать ребёнка о правилах пользования интернетом и неприятностях, которые могут возникнуть, если эти правила не соблюдать,
- контролировать действия ребёнка в сети (чтобы не допустить возникновения проблем или своевременно их выявить, необходимо пользоваться контент-фильтрами, мониторить социальные сети, пользоваться функцией «родительский контроль» и тд.),
- самое главное поддерживать с ребёнком доверительные отношения (если Вы имеет такие отношения с ребёнком или сможете их выстроить, то Ваш ребёнок, вероятно, будет с Вами советоваться в части пользования интернетом, а также сообщать Вам о своих успехах или неудачах в освоении мира интернета.

Для того, чтобы интернет стал для Вашего ребёнка безопасным, необходимо выполнять все указанные действия.

СОВЕТЫ СПЕЦИАЛИСТОВ

1. Создайте при участии ребёнка список домашних правил Интернета, в котором укажите список запрещенных сайтов, часы нахождения в Сети и руководство по общению в Интернете (в том числе и в чатах).
2. Как можно чаще просматривать отчеты о деятельности детей в Интернете. Убедитесь, что дети не посещают сайты с оскорбительным содержанием, не публикуют личную информацию или свои фотографии.
3. Беседуйте с детьми об их друзьях в Интернете и о том, чем они там занимаются, спрашивайте о людях, с которыми подростки общаются, используя мгновенный обмен сообщениями, и убедитесь, что эти люди им знакомы.
4. Настаивайте, чтобы они никогда не соглашались на личные встречи с друзьями из Интернета без вашего сопровождения на первой встрече (или сопровождения другого взрослого, которому вы доверяете).
5. Напоминайте детям об ответственном, достойном поведении в Интернете. Ребята ни в коем случае не должны использовать Сеть для хулиганства, распространения сплетен или угроз другим людям.
6. Убедитесь, что подростки советуются с Вами перед покупкой или продажей чего-либо в Интернете.

Помните! Эти простые меры, а также доверительные беседы с детьми о правилах работы в Интернете позволят вам чувствовать себя спокойно, отпуская ребенка в познавательное путешествие по Всемирной сети.

Если говорить о профилактике уже поздно....

К сожалению, не всегда взрослым удаётся уберечь ребёнка от неприятностей в интернете. В таком случае важно вовремя заметить, что ребёнок попал в неприятную ситуацию, и помочь ему выйти из данной ситуации.

На что стоит обратить внимание

- ✓ Ребенок проводит много времени в Интернете.
- ✓ В компьютере или телефоне появились материалы откровенного содержания.
- ✓ Ребенку звонят люди, которых Вы не знаете, или он сам звонит по номерам, которые вам незнакомы.
- ✓ Ребенок получает письма, подарки или посылки от неизвестного Вам лица.
- ✓ Ребенок сторонится семьи и друзей и быстро выключает монитор компьютера или переключается на другое окно, если в комнату входит взрослый.
- ✓ Ребенок использует чью-то чужую учетную запись для выхода в Интернет.
- ✓ В истории браузера Вы видите, что ребёнок проявляет интерес к террористическим и экстремистским организациям.
- ✓ Ребёнок состоит в группах «Хочу в игру», «Разбуди меня в 4.20» «Дай мне номер», «Дай инструкцию» «Я готов в путь вечный», «Найдите. Где я?» «Звезды. Путь млечный» (использует хештеги с указанными фразами).

Что делать

- ✓ Не вините детей. Если, несмотря на все меры предосторожности, ваши дети познакомились в Интернете со злоумышленником, вся полнота ответственности всегда лежит на правонарушителе.
- ✓ Поговорите с ребёнком, обсудите ситуацию, постарайтесь как можно лучше понять ситуацию (насколько сильно ребёнок вовлечён), помогите ребёнку сделать правильные выводы из ситуации.
- ✓ Обратитесь к специалистам, чтобы ребёнок получил квалифицированную психологическую помощь
- ✓ Если речь идёт о преступлении в отношении ребёнка, то все имеющиеся у Вас материалы и обратитесь в правоохранительные органы.
- ✓ Усиьте контроль за использованием ребёнка в сети или ограничьте использование ребёнком интернета.

Для получения психологической помощи Вы можете обратиться

- в Психологическую службу МБОУ «Холмовская СШ». Адрес: пгт. Холм-Жирковский, ул. Советская, д. 13 «А», этаж 2, каб. 28. E-mail:psyholm67@gmail.com.
- в СОГБОУ «Центр психолого-медико-социального сопровождения». Адрес: г. Смоленск, ул. Неверовского, д. 26. Телефон: 8 (4812) 383142.
- в службу **Единого Общероссийского телефона доверия для детей, подростков и их родителей 8-800-2000-122.**
- в иные организации, где оказывают квалифицированную психологическую помощь.

Интересуйтесь жизнью своего ребенка, с кем он общается, на каких сайтах он сидит, проведите беседу, не строгую, а душевную, ведь всем детям хочется быть важными, понятыми и услышанными.