

## **Памятка для родителей и педагогов по информационно-психологической безопасности несовершеннолетних.**

Виртуальная угроза, подстерегающая детей в Интернете, становится более опасной, чем очевидные опасности, от которых мы пытаемся защитить наших детей. Оставить ребёнка в Интернете без присмотра – всё равно, что оставить его одного в большом городе.

Детское любопытство или случайный клик по интересной ссылке легко уведут его на опасные сайты.

Родители! Научите своего ребенка использовать Интернет в качестве инструмента для самопознания и источника информации, необходимой для успешного существования в социуме!

Помните! Интернет с одной стороны открыл пространство для чистого творчества и свободного выражения, но с другой стороны позволил развиваться процессам, пагубно сказывающимся на психологическую безопасность и психологическое здоровье ребенка, подростка!

### Какие опасности для детей таятся в Интернете:

- явные опасности  
Пропаганда суицидов,
- порнография,
- пропаганда насилия,
- экстремизм,
- агрессия,
- кибербуллинг,
- киднеппинг.

К сожалению, в Интернете этого много.

Социальные сети, форумы, чаты – всё, это позволяет свободно вливать в детские умы подобную информацию, нанося непоправимый ущерб психике.

### **Опасные молодёжные течения.**

Подросший ребёнок будет обращаться в сфере его возрастной группы, которая часто так и называется – сложный возраст. Сайты всевозможных фанатов, социальные сети, объединяющие людей с неуравновешенной психикой в разного рода группы депрессивных течений и группы суицидальной направленности, толкают порой детей к суициду (буллициду) – всё это нужно заблокировать для ребёнка.

Также опасение вызывает тот факт, что ряд экстремистских групп используют Интернет для распространения своих идей, пропаганды насилия в отношении национальных меньшинств и иммигрантов.

Часто в подростковом возрасте возникает повышенный интерес к своей формирующейся личности. Подростки много времени уделяют своей внешности, пытаются обнаружить у себя часто не существующие косметические дефекты, самостоятельно исправить их. Подписываясь на такие сообщества или группы в социальных сетях как «0 калорий», «Типичная анорексичка» и т.д. ребенок может заинтересоваться и применить на себе опасные диеты и тем самым испортить здоровье.

### **Виды информации, причиняющей вред здоровью и (или) развитию детей**

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.

### **Родители ПОМНИТЕ!**

На страницах Интернета, которые посещает Ваш ребенок, маркерами пропаганды СУИЦИДА являются:

- ® наличие предложения, просьбы, приказа совершить самоубийство;
- ® наличие указания на самоубийство как на способ решения проблемы;
- ® выражение положительной оценки, либо одобрение: совершения самоубийства, либо действий, направленных на самоубийство, или намерений реального (воображаемого) собеседника или третьего лица совершить самоубийство, а также призыва, побуждающего совершить

самоубийство;

® информация, содержащая аргументы, побуждающие к совершению самоубийства, в том числе представление самоубийства как обыденного явления (приемлемого, логичного и закономерного в современном обществе поступка);

® выражение осуждения, высмеивания неудавшейся попытки совершить самоубийство, в том числе, включая описание отношения, чувств и обсуждения темы лицами, имеющими опыт попытки самоубийства;

® наличие любого объявления, в том числе о знакомстве, с целью совершения самоубийства, группового и (или) ассистированного самоубийства, а также в целях попытки совершения самоубийства;

® наличие опроса (голосования), теста, рейтинга на предмет выбора самоубийства как способа решения проблемы, равно как на предмет выбора наиболее безболезненного, надежного, доступного, эстетичного способа самоубийства;

® наличие информации об одном и более способах совершения самоубийства;

® наличие описания (демонстрации): процессов, процедур, изображающих (воспроизводящих) любую последовательность действий и (или) возможных результатов (последствий) совершения самоубийства, средств и (или) мест для совершения самоубийства в контексте рассматриваемого на странице в сети «Интернет» способа самоубийства;

® наличие информации о совокупности необходимых для самоубийства условий (выбор места, времени, способа, иные подготовительные действия, которые необходимо совершить для достижения цели самоубийства);

® наличие повышенного интереса к психоактивным веществам. Учитывая, что дети зачастую обмениваются информацией в социальных сетях с помощью картинок, зрительных образов, интерес к измененным состояниям сознания проявляется наличием изображений различных психоактивных веществ (алкоголь, наркотики и пр.), информации о способах их употребления, возможных положительных эффектах и отсутствии негативных последствий.

® наличие в социальной сети на странице ребенка видео- и аудиозаписей с деструктивной тематикой, количество просмотров подобных видеороликов в совокупности с частым упоминанием о них ребенком в повседневной жизни демонстрирует повышенный интерес к подобному поведению.

## **Наркотики, алкоголь.**

Мы говорим нашим детям о том, что алкоголизм – это страшная болезнь, а наркотики убивают, но мы не говорим о том, что они вызывают чувство временной эйфории и что именно в этом кроется опасность. Это наша

ошибка. Будьте уверены: об этом они узнают от сверстников, прочитают в Интернете, и тогда беда застанет их врасплох. Не допустите, чтобы ложь опередила вас, найдите время и нужные слова, чтобы верно пояснить проблему.

### **Секты.**

Следите за тем, с кем и на каких сайтах общается ребёнок в Сети. Проверяйте сообщества, форумы, чаты и сразу блокируйте подозрительные из них.

Сектанты - вербовщики всегда принимают облик друзей и обещают что-то хорошее – разберитесь в вопросе сами, насколько это возможно. И помните! Всякое дерево познаётся по плодам.

**Не позволяйте встречаться с незнакомыми виртуальными собеседниками.**

### **Вирусы, трояны, обманщики**

Помимо опасностей человеческих, есть ещё опасности чисто технические. Заблудившись в Сети, очень легко заразить компьютер вредоносными программами, которые могут добавить вам головной боли: кража паролей и прочей конфиденциальной информации, спам от вашего имени, хулиганство, вымогательство, угрозы – всё это может быть плодами вирусов.

### **Интернет-магазины**

Сейчас развелось множество различных сайтов, предлагающих огромный ассортимент различного вида товара: от дисков до компьютера последнего поколения. К сожалению, в погоне за количеством, теряется качество, а методы привлечения клиентов у многих Интернет-магазинов давно уже вышли за рамки законов и совести. Вам могут запросто прислать подделку или вовсе оставить ни с чем. Кто-то скажет – если целиком оградить ребёнка от всего этого, то он окажется неподготовленным к жизни и сильно пострадает, столкнувшись один на один с жестокой реальностью. Это очень опасное заблуждение. Вы никогда не сможете оградить ребёнка от мира целиком. Поверьте, он в достаточной мере получит контакт с враждебной внешней средой в школе, на улице, со сверстниками и даже по телевизору. Если и в семье ребёнок не увидит стремления к чистым и светлым принципам, то как же он сделает правильный выбор в будущем? Помните!

**Оградить ребёнка от всего чистого и светлого – ничего не стоит.  
Достаточно просто ничего не делать.**

## **Рекомендации по обеспечению информационно-психологической безопасности**

1. Как можно больше общайтесь со своим ребенком, чтобы избежать возникновения Интернет-зависимости. Приобщайте ребенка к культуре и спорту, чтобы он не стремился заполнить свободное время компьютерными играми. Запомните! Не существует детей, которых бы не интересовало ничего, кроме компьютера. Помните! «Ребенку для полного и гармоничного развития его личности необходимо расти в семейном окружении, в атмосфере счастья, любви и понимания».
2. Существуют определенные механизмы контроля пользования Интернетом, например:
  - размещать компьютер в общих комнатах, или быть рядом, когда дети пользуются Интернетом;
  - совместное с ребенком пользование Интернетом;
  - устанавливать специальные системы фильтрации данных, самостоятельно закрывающие доступ к определенной информации. Критерии фильтрации задает взрослый, что позволяет устанавливать определенное расписание пользования интернетом. В ссылках указаны сайты, на которых специалисты ответят на Ваши вопросы о том, как это сделать.
3. Возможные Соцсети, в которых могут «сидеть» Ваши дети – это Вконтакте, Одноклассники, Facebook, Фотострана, MySpace. Также обратите внимание на ресурс «Мой Мир» на почтовом сайте Mail. При общении в Сети у ребенка завязываются виртуальные отношения с новыми «знакомыми» и «друзьями», которые кажутся безобидными, поскольку Интернет-друг является как бы «ненастоящим». Предупредите своего ребенка, что под именем «нового друга» может скрываться мошенник или извращенец. Виртуальное хамство и розыгрыши часто заканчиваются киберпреследованием и киберунижением, доставляя объекту травли множество страданий.
4. Научите детей не оставлять в публичном доступе личную информацию: контакты, фото, видео. Запомните принцип Интернет: «Все, что вы выложили, может быть использовано против вас». Желательно оставлять только электронные способы связи. Например, специально выделенный для подобного общения e-mail или номер icq.
5. Станьте «другом» Вашего ребенка в Соцсетях. Это Вам поможет контролировать виртуальные отношения ребенка с новыми

- «знакомыми» и «друзьями». Объясните ему, что другом должен быть только тот, кто хорошо известен.
6. Контролируйте время, которое Ваш ребенок проводит в Интернете. Длительное времяпрепровождение в Сети может быть связано с «заигрываниями» со стороны педофилов, особенно в блогах, социальных сетях.
  7. Несмотря на моральный аспект, периодически читайте электронную почту ребенка, если вы видите, что после прочтения почты Ваш ребенок расстроен, растерян, запуган.
  8. Главное средство защиты от мошенника, педофила – ребенок должен твердо усвоить, что виртуальные знакомые должны оставаться виртуальными. То есть – никаких встреч в реальном мире с теми друзьями, которых он обрел в Интернете. По крайней мере, без родительского присмотра.
  9. Средство защиты от хамства и оскорблений в Сети – игнорирование пользователя - ни в коем случае не поддаваться на провокации. Объясните ребенку, как пользоваться настройками приватности; как блокировать нежелательного «гостя»: добавить пользователя в «черный список», пожаловаться модератору сайта.
  10. Избежать неприятного опыта с покупками в Интернет-магазинах можно, придерживаясь нескольких правил: проверьте «черный список», читайте отзывы в Интернете. Вас должна насторожить слишком низкая цена товара, отсутствие фактического адреса и телефона продавца на сайте, стопроцентная предоплата.
  11. Для защиты компьютера от вирусов установите специальные для этого программы и периодически обновляйте их. Объясните ребенку, что нельзя сохранять на компьютере неизвестные файлы, переходить по ссылкам от незнакомцев, запускать неизвестные файлы с расширением \*.exe, так как большая вероятность, что эти файлы могут оказаться вирусом или трояном.
  12. Для избегания необдуманных путей решения ребенком своих проблем (в том числе, в сети интернет), обсудите с ним возможность обращения за помощью в **службу детского телефона доверия с общероссийским номером 8 800 2000 122** в том случае, если он не хочет делиться проблемой с Вами. Объясните ему, что звонок анонимный и бесплатный, что ему помогут квалифицированные специалисты. Позвоните в службу совместно с ребенком, чтобы сформировать у него навык обращения за помощью; снизить страх данного мероприятия.

## ГЛОССАРИЙ

Деструктивное поведение – это разрушительное поведение, отклоняющееся от медицинских и психологических норм, приводящее к нарушению качества жизни человека, снижению критичности к своему поведению, когнитивным искажениям восприятия и понимания происходящего, снижению самооценки и эмоциональным нарушениям, что, в итоге, приводит к состоянию социальной дезадаптации личности, вплоть до ее полной изоляции.

Деструктивность неизбежно присутствует у каждого индивида, однако обнаруживается, как правило, в переломные периоды его жизни. Прежде всего, это относится к подросткам, возрастные особенности психики которых, в совокупности с проблемой социализации и недостатком внимания со стороны взрослых, приводят к деструктивным изменениям личности.

Медиаграмотность – грамотное использование инструментов, обеспечивающих доступ к информации, развитие критического анализа содержания информации и привития коммуникативных навыков, содействие профессиональной подготовке детей и их педагогов в целях позитивного и ответственного использования ими информационных и коммуникационных технологий и услуг. Развитие и обеспечение информационной грамотности признаны эффективной мерой противодействия посягательствам на детей с использованием сети Интернет.

Медиаобразование выполняет важную роль в защите детей от негативного воздействия средств массовой коммуникации, способствует осознанному участию детей и подростков в медиасреде и медиакультуре, что является одним из необходимых условий эффективного развития гражданского общества.

Согласно российскому законодательству, информационная безопасность (медиабезопасность) детей - это состояние защищенности детей, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией, в том числе - распространяемой в сети Интернет, вреда их здоровью, физическому, психическому, духовному и нравственному развитию.

Интернет-зависимость (как вид нехимической зависимости) – это навязчивая потребность в использовании Интернета,

сопровождающаяся социальной дезадаптацией и выраженными психологическими симптомами. Патология проявляется в разрушении обычного образа жизни, смене жизненных ориентиров, проявлении депрессии, нарастании социальной изоляции. Происходит социальная дезадаптация, нарушаются значимые общественные связи.

Гэмблинг (игромания) - патологическая склонность к азартным играм. Заключается в частых повторных эпизодах участия в азартных играх, которые доминируют в жизни человека и ведут к снижению социальных, профессиональных, материальных и семейных ценностей.

Виктимизация детей – это процесс функционального воздействия насильственных отношений на ребенка, в результате чего ребенок превращается в жертву насилия, т.е. приобретает виктимные физические, психологические и социальные черты и признаки. Обычно «виктимизацию» определяют как действия, предпринятые одним человеком или несколькими людьми с намерением воздействовать, дискриминировать, нанести физический ущерб или причинить психологическую боль другому человеку.

Киберпреступления – формы: от мошеннических махинаций и нарушений авторских прав до распространения детской порнографии, пропаганды педофилии, торговли детьми.

Киднеппинг (от англ. kidnap «похищать») — противоправные умышленные действия, направленные на тайный или открытый, либо с помощью обмана, захват человека, изъятие его из естественной микросоциальной среды, перемещение с его места жительства с последующим удержанием помимо его воли в другом месте. Большой частью совершается из корыстных побуждений и имеет целью получение выкупа от родственников или близких к похищенному лицу, а также принуждение этих лиц к выполнению необходимых для похитителей действий.

Кибербуллинг – нападение с целью нанесения психологического вреда, которое осуществляется через электронную почту, сервисы мгновенных сообщений, в чатах, социальных сетях, на веб-сайтах, а также посредством мобильной связи.

Виды кибербуллинга:

Киберпреследование – скрытое отслеживание жертвы с целью организации нападения, избиения, изнасилования и т.д.

Хеппислеппинг (Happy Slapping – счастливое хлопанье, радостное

избиение) – видеоролики с записями реальных сцен насилия.

Кибервандализм – хулиганство в Сети.

Суицид, самоубийство, (от лат. sui caedere — убивать себя) — целенаправленное лишение себя жизни, как правило, добровольное, и самостоятельное (в некоторых случаях осуществляется с помощью других людей).

Буллицид – доведение до самоубийства путем психологического насилия.

Спам (англ. spam) — массовая рассылка коммерческой, политической и иной рекламы или иного вида сообщений (информации) лицам, не выразившим желания их получать.

Троян - вредоносная программа, распространяемая людьми. В отличие от вирусов и червей, которые распространяются самопроизвольно.

Фишинг - вид интернет-мошенничества, целью которого является получение доступа к конфиденциальным данным пользователей — логинам и паролям. Это достигается путём проведения массовых рассылок электронных писем от имени популярных брендов, а также личных сообщений внутри различных сервисов, например, от имени банков (Ситибанк, Альфа-банк), сервисов (Rambler, Mail.ru) или внутри социальных сетей (Facebook, Вконтакте, Одноклассники.ru). В письме часто содержится прямая ссылка на сайт, внешне неотличимый от настоящего, либо на сайт с редиректом. После того, как пользователь попадает на поддельную страницу, мошенники пытаются различными психологическими приёмами побудить пользователя ввести на поддельной странице свои логин и пароль, которые он использует для доступа к определенному сайту, что позволяет мошенникам получить доступ к аккаунтам и банковским счетам.

www.detionline.com Линия помощи «Дети онлайн» — бесплатная всероссийская служба телефонного и онлайн-консультирования для детей и взрослых по проблемам безопасного использования интернета и мобильной связи. На Линии помощи профессиональную психологическую и информационную поддержку оказывают психологи факультета психологии МГУ имени М.В.Ломоносова и Фонда Развития Интернет. Обратиться на Линию помощи можно, позвонив на бесплатный федеральный номер: 8-800-25-000-15 (с 9 до 18 (по

московскому времени в рабочие дни) или отправив письмо по электронной почте: [helpline@detionline.com](mailto:helpline@detionline.com).

[www.detivrunete.ru](http://www.detivrunete.ru) Телефонная Линия помощи поддерживается партнерами Центра безопасного Интернета в России. По телефону 8-800-200-24-00 предоставляются психологические консультации по проблемам насилия и принуждения к сексуальной эксплуатации, а также - жертвам подобных преступлений. Все консультации, а также звонок на телефон Линии помощи, бесплатны. [www.saferunet.ru](http://www.saferunet.ru) Интернет-СМИ «Национальный узел Интернет безопасности».

<http://www.ya-roditel.ru/parents/> Официальный сайт «Я-родитель». Можно получить консультацию специалистов, в том числе по детской безопасности в сети интернет.

<http://xn--b1afankxqj2c.xn--p1ai/riski-v-seti-2/104-kiber-bulling-ili-virtualnoeizdevatelstvo/> Сетивечок.рф. Советы детям о том, как избавиться от кибербуллинга.

<http://www.edu22.info/projects/27-proekty.html> Методическое пособие с рекомендациями по проведению Единого урока по безопасности в сети Интернет.