

# БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В ИНТЕРНЕТЕ. Семейные правила для детей и подростков

**В** наши дни интернет является важной составляющей практически всех аспектов жизни современных детей и подростков. Именно интернет получает статус главного источника информации, ранее принадлежавший родителям и обществу. Напротив, в вопросах использования гаджетов многие дети могут выступить учителями для взрослых.

Дети и подростки воспринимают интернет свободным от родительского контроля пространством, где есть возможность «жить своей жизнью». Именно в виртуальном мире они узнают новое, развивают социальные навыки, знакомятся с новым цифровым миром, в котором им предстоит жить. Нельзя отрицать тот факт, что, несмотря на отсутствие возможности проконтролировать каждый шаг ребенка в интернете, невозможно и полностью оградить его от гаджетов, которые являются частью их настоящего и тем более будущего.

Однако виртуальный мир таит множество опасностей: кибермошенничество, кибергруминг, троллинг, кибершантаж, кибербуллинг. Важно, чтобы родители знали, что именно скрывается за каждым из этих терминов.

**Кибермошенничеством** называют один из видов киберпреступлений, целью которого является причинение



**Ильяна  
Игоревна  
МАТВИЕНКО,**

*педагог-психолог  
информационно-  
методического отдела  
Республиканского центра  
психологической помощи  
БГПУ им. Максима Танка*

материального или иного ущерба путем хищения личной информации пользователя. Так, через письма и поддельные сайты у пользователей похищают личные данные и материальные ценности.

Под **кибергрумингом** понимают формирование доверительных отношений с ребенком с целью его эксплуатации. Втираясь в доверие к пользователю сети, злоумышленник манипулирует им, создавая иллюзию близости, заботы и безопасности.

**Троллинг** — это форма социальной провокации или издевательства в сетевом общении. Чаще всего такой вид насилия встречается на площадках, где пользователи делятся своими фотографиями и результатами своего творчества.

**Кибершантаж** — вымогательство при помощи компьютерных технологий. Злоумышленник использует украденную, полученную обманом путем

информацию личного и компрометирующего характера.

**Кибербуллинг** определяют как намеренные оскорбления, угрозы, диффамации и сообщение другим людям компрометирующих данных с помощью современных средств коммуникации, как **правило**, в течение продолжительного периода времени.

В связи с этим возрастает необходимость в получении знаний о безопасном поведении в сети. Этими знаниями должен обладать не только сам ребенок или подросток, но и родитель, **для того**, чтобы помогать создавать и поддерживать безопасное интернет-пространство.

Можно предположить, что большая часть родителей не запрещает детям свободно пользоваться интернетом и не ограничивает их во времени, полагая, что обычные семейные правила, установленные для детей и подростков, автоматически распространяются и на виртуальный мир и работают там так же эффективно. В этой статье мы обсудим необходимость создания особенных правил, которые следует обсудить с детьми для того, чтобы сделать процесс использования интернета безопасным.

Для создания таких правил в своей семье недостаточно одного лишь знакомства с технической составляющей проблемы, нужно понимать и учитывать возрастные особенности детей. Поэтому правила для младших школьников будут отличаться от правил, актуальных для подростков.

Когда речь идет о младшем школьном возрасте, мы должны четко понимать, что уровень родительского контроля должен быть достаточно высоким. К важнейшим личностным характеристикам младшего школьника относятся: доверчивое подчинение авторитету, повышенная восприимчивость, внимательность. Младшие школьники внушаемы и податливы, они доверчивы, восприимчивы, склонны к подражанию; ведущий тип мышления —

наглядно-образный, поэтому они обращают внимание на все яркое. Эти особенности делают детей мишенью для злоумышленников и вредоносного контента, привлекающих внимание на вполне безобидных ресурсах.

Ребенок 7—10 лет еще только начинает различать внутренние мотивы, которые его ведут, и направление, в котором он следует, овладевать рефлексией — способностью рассматривать и оценивать собственные действия, умением анализировать содержание и процесс своей мыслительной деятельности.

Исходя из этих особенностей, родителям могут быть полезны следующие **рекомендации**:

- необходимо определить временные рамки использования гаджетов и интернет-ресурсов. Обсудите с ребенком его распорядок дня, какое время в нем будет отведено на использование интернета для развлечений, учебы, игры, просмотра мультфильмов. Разделение необходимо для того, чтобы и ребенок и родители могли отследить время, которое затрачивается на каждый из видов занятий;
- обсудите и составьте список разрешенных интернет-ресурсов. С одной стороны, это даст возможность отслеживать контент, к которому ребенок имеет доступ, с другой — даст возможность проявить интерес к тому, что важно для ребенка, позволит ему стать частью интернет-мира;
- научитесь использовать приложения, помогающие осуществлять родительский контроль на гаджетах ваших детей. Важно не скрывать этот факт от ребенка и оговорить особую важность таких приложений как проявления вашей заботы о нем. Проговорите не только

моменты ограничения, но и то, что будет находиться под контролем ребенка (выбор мультфильмов, конкретных ресурсов из списка разрешенных), и в будущем уважительно относитесь к его решениям в «подконтрольных» ему моментах;

- обсудите с ребенком ситуации, в которых можно и нельзя разглашать личную информацию в интернете. Разработайте «секретное письмо» с теми данными, которые будут являться семейной тайной и не будут подлежать разглашению никому и никогда;
- решите, есть ли необходимость подключать ребенка к какому-либо мессенджеру, социальной сети. Научитесь пользоваться этим приложением сами и научите этому ребенка. Желательно, чтобы такой мессенджер был один и вы были к нему подключены;
- обсудите список «странных ситуаций», в которых дети без страха могли бы обратиться к вам (на экране появилось страшное, смущающее изображение; пишут незнакомые люди; окошко просит что-то оплатить; на сайте просят сообщить личные данные). Часто в ситуации мошенничества или угроз дети считают себя виноватыми, так как «сами сделали что-то не так», и утаивают информацию от родителей. Если вы заранее обсудите возможные ситуации с ребенком, он сможет обратиться к вам. Объясните, что вы, как родитель, будете делать в ситуации, если в интернете с ним произойдет что-то непонятное, и что важно сделать ему самому (в первую очередь сообщить взрослому). Ребенок должен понимать, что даже если какие-то его действия привели к непонятным результатам, важно попросить

вас о помощи, и вы прежде всего поможете и поддержите его, а не накажете и не отберете гаджет. Это необходимо для формирования доверительных отношений без страха наказания, но с принятием собственной ответственности.

Вспоминая то, что детям этого возраста свойственно наглядно-образное мышление, все договоренности важно фиксировать на больших листах, вместе с ребенком ярко их оформлять, вешать в доступном месте, желательно там, где ребенок пользуется компьютером.

Следует отметить, что многие правила, установленные в младшем школьном возрасте, являются хорошей основой для формирования правил по интернет-безопасности в подростковом возрасте (время использования, список доступных ресурсов). Однако изменения, происходящие с самим подростком, его окружением и семьей создают необходимость создания правил, учитывающих новые ситуации.

Одним из важнейших процессов подросткового периода является появление чувства взрослости, стремления к эмансипации, желания выглядеть «повзрослому» и обладать достаточной самостоятельностью и свободой принятия решений, получая при этом одобрение от авторитетных взрослых. Это делает подростка легкой мишенью для манипуляторов, которые, цепляясь за потребность в одобрении или желание проявить себя, могут подавить их волю.

В подростковом периоде у детей актуализируется потребность в дружбе, желание быть принятым группой сверстников. Подростки чувствуют острую потребность в самоутверждении в отношениях со взрослыми и со сверстниками. Формы самоутверждения бывают как позитивными (творчество, спорт, помощь другим людям, образование), так и негативными (разные формы отклоняющегося от нормы поведения).



Появление потребности в самопознании и самопринятии возникает в раннем подростковом возрасте. В 11—12 лет у детей возникает интерес к своему внутреннему миру. Подросток анализирует свои переживания, личные черты, поступки, формирует представления о своем идеальном образе. В такие моменты он может обнаружить расхождения между желаемым и реальным, которые в сочетании с гормональными изменениями могут привести к повышенной конфликтности, эмоциональной возбудимости, частой смене настроения, обидчивости, раздражительности, проявлению агрессии и неуверенного поведения.

Исходя из этих особенностей, можно сформулировать рекомендации, которые помогут договориться о правилах безопасного использования интернета.

**1. Родителям необходимо перейти от контроля к сотрудничеству.** Следует договариваться о правилах, учитывая аргументы самого подростка, проявлять понимание и гибкость в отношении его желаний. В этот период именно доверительные отношения станут гарантом безопасности.

**2. Отдельно обсудите с подростком вопросы, связанные с социальными сетями.** Вместе изучите важные для него соцсети, разберитесь в настройках, позвольте ребенку самостоятельно, но с вашей поддержкой настроить приватность странички и другие ее параметры.

**3. Следует уважать личное пространство подростка, в том числе и в социальных сетях.** Не следует читать его переписку, заходить в аккаунт без спроса, менять его личные данные, удалять или добавлять записи от его имени.

**4. Оговорите правило «ЧП».** Обсудите ситуации, в которых вы сможете получить доступ к странице или переписке, придумайте, где и как будут храниться пароли от аккаунтов. Это даст подростку возможность простроить границы с учетом сложных и непредвиденных ситуаций.

**5. Уделите внимание интернет-знакомствам.** Необходимо обсудить условия встреч с онлайн-друзьями (только в присутствии родителей, при условии предварительного знакомства

с родителями, только в общественных местах, периодичность звонков родителям в таких ситуациях и т. п.).

**6. Ясно дайте понять подростку, какие формы поведения недопустимы в интернете** (агрессия, грубость, размещение нежелательного контента на своих страничках). Обсудите, каким образом вы будете регулировать соблюдение таких правил (например, возможность в «гостевом» режиме просматривать страничку), штрафные санкции при их нарушении и прочие особенности реагирования.

**7. Разработайте вместе «сеть поддержки» для кризисных ситуаций в интернете.** Иногда в трудных ситуациях (преследование, кибербуллинг, троллинг) подростку труднее всего обратиться за помощью именно к родителям. Вместе найдите и изучите ресурсы, к которым он мог бы обратиться в случае необходимости, объясните ребенку, что совершенно нормально просить помощи не только у вас, но и у них.

**8. Периодически разбирайте вместе с подростком ситуации, связанные с угрозами безопасности в интернете** (мошенничество, преследование, троллинг, кибербуллинг, шантаж и т. д.). Обсуждайте варианты их разрешения (удачные и неудачные), поощряйте рассуждения подростков, не обвиняйте в неправильных решениях, а подсказывайте верные шаги, придумывайте вместе план действий для таких ситуаций.

Подводя итог, хотелось бы дать рекомендации по подготовке и проведению **разговора о правилах**, который важен независимо от возраста ребенка:

- проявляйте максимум терпения и всегда отслеживайте реакцию ребенка на ту или иную информацию;
- спокойно и открыто выражайте свое мнение. Некоторую информацию стоит обсудить несколько раз для ее лучшего понимания;

- готовьтесь к диалогу о правилах. Ознакомьтесь с информацией, запишите вопросы, которые хотите обсудить;
- договоритесь с ребенком о таком разговоре заранее: так он сможет подумать над вопросами, которые его волнуют, а вы будете уверены в том, что сможете обсудить все без спешки;
- не стоит проводить такой разговор параллельно с «разбором полетов» после какой-то проблемной ситуации. В этом случае все договоренности будут восприниматься как наказание и вызовут большее сопротивление;
- правила необходимо формулировать максимально четко и конкретно, учитывая при этом особенности жизни всей семьи, и ребенка в частности. Желательно уточнить, как ребенок понял эти правила;
- старайтесь ограничиться небольшим количеством правил — это поможет детям в их соблюдении, а вам — в контроле за этим процессом;
- визуализировать соглашение будет полезно и эффективно для детей любого возраста. Для младшего школьника правила можно оформить как плакат, для подростка — в виде соглашений.

Важно помнить, что ответственность за соблюдение правил несут и взрослые и дети. Обсуждайте причины нарушения правил, последствия их несоблюдения для самого ребенка или подростка и возможности «работы над ошибками» в таких ситуациях. Важная задача родителей заключается в том, чтобы правила безопасного поведения в интернете стали правилами для всей семьи. Лучший пример такого поведения — сами родители.