

Как обезопасить ребёнка

Научные исследования Интернета приводят такие данные: 23% родителей используют какие-либо средства обеспечения безопасности в сети, кроме антивирусов. За последние 3 года увеличилось число семей, использующих настройки безопасного (детского) поиска, с 5% до 23%. В 3 раза выросла популярность услуги «Детского Интернета» от провайдера. Причина этих изменений в том, что информационной безопасности стали больше уделять внимания, а также появились «продвинутые» молодые родители.

Что может сделать родитель, чтобы обезопасить ребёнка от влияния нежелательного контента?

16 правил Интернет-безопасности для детей

1. Ограничить время проведения в сети.
2. Использовать средства обеспечения безопасности (антивирусная программа, настройки безопасного поиска, безопасный режим в соцсетях, использовать контентные фильтры).
3. Подключить у провайдера услугу «Детский Интернет».
4. «Родительский контроль». С помощью этой функции в системе Windows можно регулировать использование компьютера детьми.
5. Установить бесплатную программу «Интернет Цензор». Она блокирует сайты, на которые вы не хотите, чтобы заходили с вашего компьютера.
6. Следить, чтобы ребёнок смотрел программы/фильмы с соответствующей маркировкой по возрасту (0+, 6+, 12+, 16+, 18+).
7. Объяснять детям, что не всё то, что пишут в Интернете – правда. Рассказать, в чём опасность «всемирной паутины».
8. Донести до ребёнка, что нельзя где-либо при регистрации указывать своё реальное имя и фамилию. Помогите юному пользователю подобрать надёжный логин.
9. Мониторить друзей и подписчиков ребёнка в соцсетях (нет ли среди них взрослых людей, незнакомых ребят с другой школы/города/района).
10. Объяснить, что онлайн-друзья могут отличаться при встрече. И пусть онлайн-дружба такой и остаётся (по крайней мере для младших школьников).
11. Быть внимательными к ребёнку. Убедитесь, что он не жертва интернет-буллинга. Если у ребёнка в подписках нет друзей, то, возможно, он удалил их именно потому, что подвергся издёвкам со стороны.
12. Слушать и поддерживать ребёнка в любой ситуации. Проводите больше совместного времени. Старайтесь вместе читать и рассуждать над

прочитанным. Отдавайте предпочтение активным играм, чем нахождению в четырёх стенах.

13. Рассказать, что нельзя скачивать файлы, полученные от незнакомых пользователей.

14. Вводить компьютерные игры следует только после формирования игровой и творческой деятельностью, то есть после 6 лет. До этого времени малыш может вполне обойтись без виртуального мира.

15. Помните, что до 7 лет ребёнку не нужен Интернет. Младшим школьникам достаточно 30 минут в день, по мнению педиатров. В 10-12 лет ребёнок может проводить в Интернете не более 1 часа. Старше 12 – не более 1,5 часа.

Кроме того, родители тоже должны с осторожностью использовать свои социальные сети. Очень часто взрослые размещают в своём аккаунте фото и видео своих детей. У каждого для этого свои цели: кто-то хочет поделиться с онлайн друзьями фотографиями своих малышей, кто-то использует их для продвижения своего профиля (вспомним блогеров). В любом случае это большая информационная база для мошенников.

16. *Читайте специальную литературу (и детям, и взрослым):*

- Ефимова, Л.Л. «Информационная безопасность детей»
- Цветкова М.С., Якушина Е.В. «Информационная безопасность/Правила безопасного Интернета». Пособие для 2-4 классов
- Цветкова М.С., Якушина Е.В. «Информационная безопасность/Безопасное поведение в сети Интернет». Пособие для 5-6 классов
- Цветкова М.С., Хлобыстова И.Ю. «Информационная безопасность/Кибербезопасность». Пособие для 7-9 классов
- Министерство образования и науки РФ ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей». Памятка для родителей «Родителям о психологической безопасности детей и подростков». Москва, 2018

Да, избавить ребёнка полностью от гаджетов сегодня невозможно. Минимум, что может сделать родитель, это тщательно следить за контентом и уметь ставить чёткие рамки пользования Интернетом. При этом, нам, взрослым, самим стоит задуматься над фразой «счастье любит тишину» и как можно меньше «сидеть» на своих страницах и делиться личными фото.

Семейный психолог Людмила Петрановская советует насильно не вытаскивать детей из гаджетов, а предложить им альтернативу:

– «Если они слышат от родителей нелюбезные вещи, назидания и указы – зачем им выныривать из понятного виртуального мира? Смысла-то нет. Сделайте реальный мир ребёнка таким, чтобы он ему понравился».