

БЕЗОПАСНОСТЬ ПОДРОСТКОВ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ

К.А. Рогальская,
начальник отдела социальной работы
и правовой защиты детства
ГУО «Минский городской институт
развития образования»

Цель – углубление знаний по вопросам безопасного поведения в сети интернет и безопасности личного информационного пространства.

Задачи:

расширить представления об интернет-рисках несовершеннолетних;
ознакомить с основными навыками безопасного поведения в сети интернет (сайты, социальные сети, мессенджеры);
сформировать знания об информационной этике.

Основная часть:

Современная система потребления информации создает огромный разрыв между реалиями, в которых живут родители и дети. До появления соцсетей, если у молодежи и появлялось какое-то опасное увлечение, то о нем, как правило, слышали все по радио и телевидению. И если что-то с ребенком происходило, родители хотя бы имели представление об этом. А сейчас все не так. Сейчас, если у молодежи появляется какая-то новая тема, то родители могут быть не в курсе того, что происходит с их детьми. Так происходило со снюсами, когда они были в свободной продаже больше года, а родители даже не знали, что это такое. Это все происходило потому, что родители не имели доступа к информации, которая была известна подросткам.

Универсальной защиты от угроз не существует. Поэтому самый лучший способ уберечь ребенка от этого – это участвовать в его «виртуальной жизни». Также важно научить ребенка правилам компьютерной безопасности.

Психологи советуют родителям активно участвовать в приобщении детей к интернету и принимать участие в его повседневном использовании.

✓ *Находить время для общения с ребенком.* Когда родители усаживают ребенка за компьютер, чтобы он им не мешал заниматься своими делами, они своими руками распахивают все ловушки интернета.

✓ *Позаботиться о досуге своего ребенка.* Чем больше у него интересов и хобби, тем больше шансов, что интернет станет для юного пользователя ценным источником информации, а на негатив просто не останется времени.

✓ *Стать для ребенка проводником в интернет* (а не наоборот). Родителям лучше быть немного впереди собственного ребенка в области освоения Интернета.

✓ *Знать, чем ребенок занимается в интернете.* Добавить его в друзья в социальных сетях и поддерживайте общение с ним там.

Главный ориентир – возраст ребенка.

Самые маленькие пользователи (2-5 лет).

✓ Если вы даете мобильные устройства своим маленьким детям, то обязательно предварительно настройте их так, чтобы ребенок видел только информацию, которая соответствует его возрасту.

✓ Рассказывать малышу про угрозы интернета еще рано: он просто вас не поймет.

✓ Действия совсем маленького ребенка проконтролировать легче всего – просто будьте рядом и посматривайте, чем он занят. Не забывайте следить за временем: слишком много времени с мобильным устройством – вредно для здоровья ребенка.

Юные исследователи (6-11 лет).

✓ Выпускники детского сада и младшие школьники уже делают первые самостоятельные шаги в освоении интернета. Этот возраст – самый подходящий для того, чтобы начать говорить с ребенком о компьютерной безопасности, о ловушках виртуальной реальности и необходимости дозированного использования интернета.

✓ Покажите разницу между реальным и виртуальным миром. Ребенок должен помнить, что не все, увиденное в интернете, является правдой – это касается и людей, и информации.

✓ Проявляйте максимум терпения и всегда отслеживайте реакцию ребенка на ту или иную информацию.

✓ Спокойно и открыто выражайте свое мнение. Какую-то информацию стоит обсудить несколько раз для ее лучшего понимания.

Подростки (12+).

✓ Подростковый возраст связан с активной социализацией – родители отходят на второй план, все большую значимость в жизни школьника получают ровесники, их кумиры и актуальные тренды молодежной среды. В это время общение с близкими взрослыми, в том числе на тему компьютерной безопасности, может стать не таким доверительным.

✓ В подростковом возрасте люди стремятся к независимости – поэтому сейчас самое время научить ребенка принимать самостоятельные решения, адекватно оценивать свои силы и возможности и, при необходимости, обращаться за помощью ко взрослым.

✓ Подростки чаще всего заходят в интернет со своих мобильных телефонов. Подробно расскажите им об угрозах.

✓ Необходимо с подростком обсуждать различные виды угроз в Интернете и их последствия для подростка и членов его семьи.

✓ Необходимо рассказывать подростку о сохранности личной информации и осторожность при ее распространении.

✓ Меры безопасности при интернет-знакомствах и при переходе «из виртуальной жизни в реальную».

✓ Рассказывать о необходимости установки антивирусных программ на телефон и компьютер.

✓ Приучайте детей через каждые 30-40 минут работы за компьютером делать перерывы, чтобы снять напряжение с глаз, размять мышцы и немного отдохнуть.

✓ Очень важно не давить на подростка, чтобы не вызвать отторжение. Говорите спокойно и уважительно. Будьте последовательны в ваших требованиях.

✓ Не ругайте подростка, если вы увидели, что он смотрит в интернете что-то неуместное. Аргументированно объясните, почему не стоит посещать подобные сайты.

✓ Постарайтесь сделать так, чтобы компьютерная безопасность вошла в привычку у всей вашей семьи.

Всё то, на что подписан ваш ребёнок, формирует его внутренний мир. Так что анализ социальных сетей – это очень важно.

Информация, которая наполняет аккаунт ребенка, напрямую отражает его эмоциональное состояние.

К примеру, многие подростки, страдающие от одиночества, недостатка внимания, выбирают для аватарки образ волка. Это животное стало символом одиночества, волк-изгой не находит понимания в своей стае. Если увидите изображение хрупкой бабочки, находите статусы или группы о хрустальных девочках, то необходимо обратить внимание на рацион питания ребенка, поскольку эти образы активно используются группами, пропагандирующими анорексию.

Часто родители не знают, как именно контролировать поведение ребенка в социальной сети. Читать переписку и устраивать допросы по поводу каждой картинки, появившейся на стене? Такое поведение неминуемо вызовет у ребенка желание спрятаться. Он закроет профиль, создаст второй аккаунт или попросту удалит родителей из сети. Пустить ситуацию на самотек? Дескать, пусть что хочет, то и пишет на странице, лишь бы уроки делал да не донимал по вечерам вопросами? Самоустранение из жизни, пусть и виртуальной, вашего ребенка чревато потерей доверительных отношений с ним.

Специалисты рекомендуют родителям найти золотую середину. Необходимо иногда контролировать профиль ребенка – количество друзей, записи, музыка и видео, аватарки. Если вам что-то насторожило – поговорите! Поинтересуйтесь настроением ребенка, спросите, все ли у него в порядке в школе, не поругался ли с кем из сверстников. Говорите ему, что вам важно, что происходит в его жизни. Ребенок должен научиться не бояться, не стесняться проговаривать с родителями даже неприятные ситуации. И прививать такую привычку нужно в раннем возрасте, чтобы потом в подростковом подросток не внес вас в черный список.

Совет для всех. Если ваш ребёнок уже зарегистрирован в соцсетях, то не поленитесь, создайте себе аккаунт, и подпишитесь на те же группы, на которые подписан он, и тогда вы будете получать себе в ленту те же самые посты, что и он, кроме репостов его друзей, конечно.

Проведите такой эксперимент и, читая эти посты, думайте о том, как они действуют на него. Попробуйте воспринимать эти картинки и посты не как развлекательный контент, а как обучающий. Ведь для вашего ребёнка это именно так и происходит. В соцсетях он многому обучается, на его взгляд.

Ни в коем случае не надо ругать ребёнка за то, что он подписан на различные деструктивные сообщества, спокойно с ним поговорите. Принцип соцсетей таков, что если он там, то от деструктива не уйти, просто потому, что он там везде.

Риски взаимодействия в социальных сетях.

1. *Пропаганда алкоголя, вейпов, снюсов, наркотиков и других наркотических средств.*

Просмотр видео (<https://www.youtube.com/watch?v=vQWhCT-BVO8&t=547s>).

2. *Пропаганда самоубийства среди несовершеннолетних.*

Сейчас группы «смерти» распознать по названию – невозможно. Их распознают только по содержанию групп, сообществ, беседок, чатов, в которых ребенок проявляет активность.

Распространены следующие суицидальные течения:

- Продвигающие депрессивные и панические идеи, шутки про смерть, неоднозначно интерпретируемые цитаты из поэм и стихов. При этом, информация может дробиться на части, контекст подаваться с различной смысловой нагрузкой.

- Продвигающие бесцельность существования.

- Использующие метод повторения. На странице постоянного повторяются такие слова и картинки, как многоэтажные дома, виселицы (петли), лезвия, таблетки, море, океан, полеты с высоты, погружение в воду, кровь, самоповреждение. Иногда многократно упоминаются слова «смерть», «умру», «повешусь» и пр. Ребенок, продолжительно просматривающий такой контент, «программируется» на совершение деструктивных действий.

со временем я понимаю,
что у меня не осталось настоящих друзей.

есть люди, с которыми весело,
и которым я помогаю, когда у них проблемы.

а когда плохо мне,
у меня нет друзей.

каждый раз,
закрывая веки, я умираю,

и смерть смотрит твоими глазами,
обнимает твоими руками.



❤️ 857 💬 93 ➦ 32

© 17K


Есть один признак, который практически со стопроцентной вероятностью указывает на опасность группы. Если вы видите в

закреплённом посте группы описание о том, что посты данной группы не призывают к чему-то, то дальше можете её даже и не листать: именно ко всему описанному, эта группа совершенно точно прямо и призывает. Группа наполнена именно тем, к чему она «не призывает».

погибший мечтатель
//а я бы продал свою память//

Информация

☰ Дисклеймер: Наше сообщество не пропагандирует наркотики алкоголь и суицид, мы добавляем людям ту музыку, которую они хотят слушать, прикрепляя к ней изображения ознакомительного характера и не более. Наша группа НИКАК не связана с синим китом и подобными группами, и не призывает к суициду, насилию и экстремизму, а также не является пропагандой чего либо. Группа не несет ответственности за размещенные материалы и влияние их на вас. Мы не являемся преступной группировкой и наш материал извлечен из открытых источников, смонтирован и опубликован в группу со строго-ознакомительной целью.




Подписаться

Написать сообщение

Включить уведомления

Рассказать друзьям

Ещё




Детей насильно отрывали от родителей, и делалось это через определенный контент. Вот какие сообщения-инструкции о том, как вести себя с родителями выкладываются в сети, в суицидальных группах, да и не только в них.

4. Забудь про сказочки о том, что правда и доверие в семье - это залог успеха. Всю твою правду они будут использовать против тебя. Забудь про рассказы.
5. Не провоцируй скандалы. Матери что-то не нравится Она орёт - плевать. Забудь про доказательства и крики. Будь спокоен.
6. Делай как можно больше вещей, чтобы самого себя обслуживать, ибо только так родители поймут, что им нечем тебя задавить. Готовь, убирай, стирай. И всё молча. Главное - для себя.
7. Никогда и ничего не докладывай. У тебя СВОЯ жизнь. Молча игнорируешь любые расспросы.
8. Имей запас денег на чёрный день. Многие гиперзаботливые родители могут легко принудить сыночка делать то, что они хотят, просто сказав ему, что-то вроде: «не слушаешься нас - ну вот и ходи в институт пешком. На таксимаршруткутрамвай не получишь!» Примеров масса и все как один похожи - обычный финансовый прессинг.
9. Не жди похвалы за свои дела в доме и не напрашивайся на похвалу. Забей на эту чушь. Все делай для себя. Не нужно играть примерного сыночка. И даже не общайся сказочками о том, что родители становятся от этого маге.
10. Никогда, ты слышишь, - никогда не проси разрешения на что-то. Захотел - сделал. Захотел - купил. Захотел - пошёл.
11. Сохраняй тайну личной жизни! Если родители найдут туда путь, то они уже никогда оттуда не вылезут и не оставят тебя в покое. Твои дела - в первую очередь ТВОИ, а не их.
12. Забудь про свою положительную репутацию и прекращай её поддерживать. Ты - это ты и тебе не нужно играть спектакль перед родителями. Не нужно делать вид, что учишь уроки, готовишься к экзамену, если ты не хочешь этого делать (или просто уверен, что сдашь). Не нужно хвалиться и возвышать себя в их глазах. Оставь рассказы про чтение умных книг при себе. Ты должен иметь как можно меньше точек входа, по которым родители лезут в твою жизнь.
13. Будь внимателен и осторожен. Телефон, пека, ноут, планшет - всё на пароль. Не выходи из комнаты надолго, не выйдя из учётной записи. Поверь - залезут и даже глазом не моргнут. Телефон в первую очередь запароль, чтобы не дай б-г добрались до твоих контактов и залезли туда.

в подробности, если не хочешь, чтобы твои родители разобрали твоих друзей по кирпичикам, судя о них через свою призму стереотипов.

15. Не подлизывайся никогда. Что-то нужно - просишь нормально. Это очень важное правило. Не хотят - пускай.



FRAUNHOFER DIFFRACTION - On the bottom 4:08

Ребенка сначала отучают от уважения к семье, а потом от уважения к коллективу. В итоге, такой ребенок не представляет никакой угрозы и его можно использовать, применив любой способ воздействия, – шантаж, гипноз, уговор, одним словом, манипуляцию. Вовлечение в суицидальные игры и другие экстремистские группировки детей – это практически безопасный заработок для всех членов преступных группировок, так как все делает сам ребенок, от которого можно легко избавиться, которым легко управлять, который способен обучиться и который способен стать бесплатным помощником и подельником.

Говоря об открытых группах, мы обязаны четко понимать, что есть и закрытая сеть, в которой показывают и внедряют то, что не выдержит ни один взрослый со здоровой окрепшей психикой, и что эти открытые группы имеют связь (хотя и разную) с группами закрытыми.

Допустим, ребенку приходит письмо со ссылкой на какой-то файл. Видеофайл. Вы открываете его, и Вам приходит программка-шпион, по которой видно все, что он делает, что ест, куда идет. Но он об этом не догадывается. Наборы идут именно в депрессивных группах, где происходит наблюдение за детьми, отбор и шлифование эмоционального состояния.

Также в социальных сетях практикуется создание огромного количества разного рода непонятных, без ясно выраженной цели бесед, квестов, игр. Таким образом, создатели этих групп, прощупывают эмоциональное состояние ребенка.

ВКонтакте же такие собеседования, тестирования и квесты (совершенно бесплатные) – не поддаются исчислению. Следы путают именно внутри аккаунтов новичков и активных пользователей, которые потом переходят в статус кураторов и рекламных агентов таких групп.

3. Пропаганда садизма.

В социальной сети vk.com существует множество сообществ и групп пропагандирующих насилие. Как правило, это истории садистского убийства, описанного во всех страшных подробностях. Особенность этих историй в том, что маленького читателя обычно ставят на место убийцы, а не жертвы что очень важно.

Эти сообщества создают в детских головах эстетику отвратительного. Для подписчиков этих групп вид крови и убийств становится уже не просто чем-то нормальным, а тем, что их восхищает. Самое страшное, что происходит это все в то время, когда у ребенка закладываются основные ориентиры и представления о том, что такое хорошо, а что такое плохо. Это важный момент, ведь само понятие о том, что такое красиво, оно закладывается именно в детстве и остается с человеком потом на всю жизнь, и это потом будет не исправить уже никак. Детская психика очень пластична, и подсев на такой контент, дети очень быстро к нему привыкают и начинают во всем этом видеть красоту. Если вы читаете комментарии детей в этих группах, то вы заметите, что чем кровавее и отвратительнее рисунок, тем больше восторженных комментариев. Их планомерно приучат к эстетике отвратительного.

4. Кибербуллинг.

Кибербуллинг – интернет-травля – это намеренные оскорбления, угрозы, сообщение другим компрометирующих данных с помощью современных средств коммуникации: компьютеров, мобильных телефонов, электронной почты, Интернета, социальных сетей, блогов, чатов и т.д. Интернет-травля может осуществляться также через показ и отправление резких, грубых или жестоких текстовых сообщений, передразнивание жертвы в режиме онлайн, размещение в открытом доступе личной информации, фото или видео с целью причинения вреда или смущения жертвы; создание фальшивой учетной записи в социальных сетях, электронной почты, веб-страницы для преследования и издевательств над другими от имени жертвы и т.д.

Интернет-травля отличается от других видов насилия тем, что позволяет обидчику сохранить анонимность и вероятность быть непойманным.

➤ Кибербуллингом занимаются в основном подростки – с 11 до 16 лет. В этом возрасте человек особенно психологически неустойчив, он остро реагирует на критику и оскорбления, ему важно быть частью группы и круто выглядеть.

➤ Травля может начаться ещё в офлайне, в тех местах, где ребёнок проводит много времени, чаще всего в школе, а уже после перейти в интернет. Бывает и наоборот – сетевая агрессия перерастает в реальную.

➤ Преследователи, которых называют «булли», «тролли», «мобберы» и «киберхулиганы», пишут гадости в соцсетях и мессенджерах, размещают компрометирующие видео на YouTube, публикуют личные фотографии жертвы.

➤ «Булли» обычно высмеивают какие-то физические недостатки или особенности человека – внешность, манеру одеваться или поведение. При этом жертвой может стать абсолютно любой ребёнок.

➤ С последствиями кибербуллинга детям приходится справляться в реальном мире: жить в страхе, переводиться в другие школы, работать с психологом.

➤ В самых трагических случаях ребёнок может причинить себе или обидчикам какой-то физический вред или даже совершить суицид.

Основные правила безопасности. Нельзя добавлять в друзья или открывать свою страницу, если:

- у пользователя совсем нет фотографий;
- у странички большое количество подписчиков, но отсутствует активность;
- группы, в которых он участвует, тебя смущают, вызывают неприязнь;
- пользователь сразу начинает задавать личные вопросы;
- у вас нет общих друзей и знакомых;
- на страничке доступна странная, неприятная, непонятная и смущающая тебя информация.

5. Зависимость.

Одна из наиболее важных проблем социальных сетей состоит в том, что социальные сети вызывают зависимость. Основные причины «Интернет зависимости» – это недостаток общения со сверстниками и значимыми людьми; недостаток внимания со стороны родителей; неуверенность в себе и своих силах; желание быть «как все»; склонность к быстрому «впитыванию»; отсутствие любимых занятий, увлечений, хобби; стремление не отставать от своих сверстников в их увлечениях виртуальным миром.

Как распознать зависимость:

✓ *Оцените, сколько времени ваш ребенок проводит в сети, не пренебрегает ли он из-за работы за компьютером своими домашними обязанностями, выполнением уроков, сном, полноценным питанием, прогулками.*

✓ *Поговорите с ребенком о том, чем он занимается в интернете. Социальные сети создают иллюзию полной занятости – чем больше ребенок общается, тем больше у него друзей, тем больший объем информации ему нужно охватить – ответить на все сообщения, проследить за всеми событиями, показать себя. Выясните, поддерживается ли интерес вашего ребенка реальными увлечениями, или же он просто старается ничего не пропустить и следит за обновлениями ради самого процесса. Постарайтесь узнать, насколько важно для ребенка общение в сети и не заменяет ли оно реальное общение с друзьями.*

✓ *Понаблюдайте за сменой настроения и поведения вашего ребенка после выхода из интернета. Возможно он будет подавлен, раздражителен, беспокоен, у него появится нежелание с кем-либо общаться. Так же возможны головные боли, боли в спине, расстройства сна, снижение физической активности, потеря аппетита и др.*

Как справляться с Интернет зависимостью:

➤ *Не запрещайте ребенку пользоваться интернетом, но постарайтесь установить регламент пользования (количество времени, которые ребенок может проводить онлайн, запрет на сеть до выполнения домашних уроков и пр.).*

➤ *Ограничьте возможность доступа к интернету только своим компьютером или компьютером, находящимся в общей комнате – это позволит легче контролировать деятельность ребенка в сети.*

➤ *Попросите ребенка в течение недели подробно записывать, на что тратится время, проводимое в интернете. Это поможет наглядно увидеть и осознать проблему, а также избавиться от некоторых навязчивых действий – например, от бездумного обновления странички в ожидании новых сообщений.*

➤ *Попробуйте перенести кибердеятельность в реальную жизнь. Например, для многих компьютерных игр существуют аналогичные настольные игры, в которые можно играть всей семьей или с друзьями – при этом общаясь друг с другом «в живую». Важно, чтобы у ребенка были не*

связанные с интернетом увлечения, которым он мог бы посвящать свое свободное время.

➤ *Дети с интернет-зависимостью субъективно ощущают невозможность обходиться без сети.* Постарайтесь тактично поговорить об этом с ребенком. При случае обсудите с ним ситуацию, когда в силу каких-то причин он был вынужден обходиться без интернета. Важно, чтобы ребенок понял – ничего не произойдет, если он на некоторое время «выпадет» из жизни интернет-сообщества.

➤ *Помогайте ребенку участвовать в общении вне интернета.* Поощряйте участие ребенка в тех видах деятельности, которые объединяют детей с одинаковыми интересами.

➤ *Подумайте, чем можно заинтересовать вашего ребенка.* Часто дети проводят много времени в интернете не потому, что это им так нужно, а потому, что им не предлагается альтернатива.

«Родительский контроль».

Наиболее эффективными программами родительского контроля являются Kaspersky Safe Kids для Android и Google Family Link. Но, помимо, множества положительных характеристик, данные программы имеют и свои минусы. Основным из которых является то, что по названиям групп определить меру деструктивности нельзя. У взрослых людей просто нет столько времени, чтобы в этом во всем подробно разобраться.

Простого ответа на вопрос «Что делать?» нет. Каждый ребенок – уникальная личность, все семьи – разные, поэтому универсального средства нет. Но есть принцип, следуя которому можно сохранить психику ребенка в нормальном состоянии и оградить его от всего этого. Антивирус от всей этой гадости должен быть у ребенка всегда с собой, и этот антивирус – это система ценностей и убеждений, понятий о том, что такое хорошо, и что такое плохо. Ребенок под влиянием добрых фильмов и хороших книг, с развитым художественным вкусом, четкими представлениями о том, что такое хорошо, а что такое плохо, с большой вероятностью отвергнет деструктивный контент в социальных сетях.

Перечень вопросов для законных представителей несовершеннолетних:

1. Основные правила безопасного поведения в социальных сетях.
2. Способы защиты от кибербуллинга.
3. Суицидальные группы в интернете и как их распознать.
4. Основные виды угроз в социальных сетях.

Список литературы:

1. Бабаш, А. В. Информационная безопасность : лабораторный практикум / А. В. Бабаш, Е. К. Баранова, Ю. Н. Мельников. – М. : КноРус, 2019. – 432 с.
2. Гришаева, Н.А. Буллинг в школе / Н. А. Гришаева // Психологические науки: теория и практика. – М. : Буки-Веди, 2015. – С. 66–68.

3. Кузнецова, А.В. Искусственный интеллект и информационная безопасность общества / А. В. Кузнецова, С. И. Самыгин, М. В. Радионов. – М. : Ру-сайнс, 2017. – 64 с.
4. Синягин, Ю.В. Детский суицид. Психологический взгляд / Ю. В. Синягин, Н. Ю. Синягина. – М. : Каро, 2017. – 176 с.