

Памятка
об основах безопасности антинаркотического поведения в сети Интернет
(родителям, педагогам, учащимся и студентам)

Согласно Российскому законодательству (Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ «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, в том числе распространяемой в сети Интернет, вреда их здоровью, физическому, психическому, духовному и нравственному развитию

**ЕСЛИ ВЫ НЕ ЗНАЕТЕ С ЧЕГО НАЧАТЬ, ОЗНАКОМЬТЕСЬ С
ПРИВЕДЕННЫМИ НИЖЕ СОВЕТАМИ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ВАМ
НАУЧИТЬ ДЕТЕЙ ПРИНЦИПАМ БЕЗОПАСНОЙ РАБОТЫ В
ИНТЕРНЕТЕ**

- путешествуйте в Интернете вместе с детьми. Убедите своих детей делиться с вами впечатлениями от работы в Интернете.

- научите детей доверять интуиции. Если что-нибудь в Интернете будет вызывать у них психологический дискомфорт, пусть дети рассказывают вам об этом.

- если ваши дети общаются в чатах, пользуются программами мгновенной передачи сообщений, играют в сетевые игры или занимаются в Интернете чем-то другим, что требует указания идентификационного имени пользователя, помогите им выбрать это имя и убедитесь в том, что оно не содержит никакой личной информации.

- запретите своим детям сообщать другим пользователям Интернета адрес, номер телефона и другую личную информацию, в том числе номер школы и любимые места для игр, а также выкладывать свои личные фотографии.

- объясните детям, что нравственные принципы в Интернете и в реальной жизни одинаковы.

- научите детей уважать других пользователей Интернета. Разъясните детям, что при переходе в виртуальный мир нормы поведения несколько не изменяются.

- добейтесь от детей уважения к собственности других пользователей Интернета. Расскажите детям, что незаконное копирование продуктов труда других людей, в том числе музыки, видеоигр и других программ, почти не отличается от воровства в магазине.

- убедите детей в том, что они не должны встречаться с интернет-друзьями лично. Скажите, что интернет-друзья могут на самом деле быть не теми, за кого они себя выдают.

- объясните детям, что верить всему, что они видят или читают в Интернете, нельзя. Скажите им, что при наличии сомнений в правдивости какой-то информации им следует обратиться за советом к вам.

- контролируйте действия своих детей в Интернете с помощью специализированного программного обеспечения. Средства родительского контроля помогают блокировать вредные материалы, следить за тем, какие веб-узлы посещают ваши дети, и узнавать, что они там делают.

Компьютерная зависимость – наиболее часто прослеживаемое психическое расстройство детей и подростков в обсуждаемой сфере. Последние годы под «компьютерной зависимостью» подразумевают реальное заболевание, которое требует понимания причины возникновения и нуждается в лечении.

В большей степени компьютерными аддиктами становятся дети и подростки, имеющие нестабильные и конфликтные семейные или школьные отношения, не приверженные никаким серьезным увлечениям. Именно они находят в виртуальном мире отдушину и считают свое пребывание в сети или успехи в компьютерной игре достаточными для самоутверждения и для улучшения психического состояния.

Участие в виртуальном мире позволяет детям и подросткам расслабиться и абстрагироваться от психологических проблем в реальном мире, но это происходит лишь на момент пребывания в виртуальном пространстве. Для игрового аддикта реальный мир неинтересен и полон опасностей, так как большинство аддиктов – это люди, плохо адаптирующиеся в социуме. Вследствие этого человек пытается жить в другом мире – виртуальном, где все возможно, все дозволено, где он сам устанавливает правила игры. Логично предположить, что выход из виртуальной реальности является болезненным для аддикта: он вновь сталкивается с ненавистной для него реальностью, что и вызывает снижение настроения и активности, ощущение плохого самочувствия.

Не забывайте контролировать детей в Интернете с помощью специального программного обеспечения. Это поможет вам отфильтровывать вредоносное содержание, выяснить, какие сайты на самом деле посещает ваш ребенок и что он там делает.

ЕСЛИ У ВАС ЕСТЬ ПОДОЗРЕНИЕ, ЧТО РЕБЕНОК ПОПАЛ В БЕДУ,

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ НА СЛЕДУЮЩИЕ ПРИЗНАКИ:

- депрессия и нежелание идти в школу – самые явные признаки того, что ребенок подвергается агрессии. Обсудите причины его настроения.

- неприязнь к Интернету. Если ребенок любил проводить время в Интернете и внезапно перестал это делать, следует выяснить причину.

- нервозность при получении новых сообщений. Насторожьтесь, если ребенок негативно реагирует на звук входящих сообщений. Поговорите с ним, обсудите содержание этих сообщений.

-неожиданность в поведении. Если ребенок становится замкнутым, проявляет желание уединиться, необходимо разобраться в причинах такого поведения.

- если в семью поступают звонки от людей, которых вы не знаете – это тоже может быть сигналом о серьезных проблемах.

- депрессия и нежелание идти в школу – самые явные признаки того, что ребенок подвергается агрессии. Обсудите причины его настроения.

- неприязнь к Интернету. Если ребенок любил проводить время в Интернете и внезапно перестал это делать, следует выяснить причину.

- нервозность при получении новых сообщений. Насторожьтесь, если ребенок негативно реагирует на звук входящих сообщений. Поговорите с ним, обсудите содержание этих сообщений.

- неожиданность в поведении. Если ребенок становится замкнутым, проявляет желание уединиться, необходимо разобраться в причинах такого поведения.

- если в семью поступают звонки от людей, которых вы не знаете – это тоже может быть сигналом о серьезных проблемах.

ЧТО ПОДСТЕРЕГАЕТ НАШИХ ДЕТЕЙ С ЭКРАНА МОНИТОРА

Депрессивные молодежные течения	Ребенок может поверить, что шрамы – лучшее украшение, а суицид – всего лишь способ избавления от проблем
Наркотики	Интернет пестрит рецептами и советами изготовления «зелья»
Порнография	Опасна избыточной информацией и грубым, часто извращенным, натурализмом. Мешает развитию естественных эмоциональных привязанностей
Сайты знакомств, социальные сети, блоги и чаты	Виртуальное общение разрушает способность к общению реальному
Секты	Виртуальный собеседник не схватит за руку, но ему вполне по силам «проникнуть в мысли» и повлиять на взгляды на мир
Экстремизм	Все широкие возможности Интернета используются представителями экстремистских течений для того, чтобы заманить в свои ряды новичков

ЧТО ПОДСТЕРЕГАЕТ НАШИХ ДЕТЕЙ С ЭКРАНА МОНИТОРА

Что могут говорить люди в онлайн, и что они говорят на самом деле

Что они говорят	Что это значит
Пойдем в личку	Давай начнем общаться в личных сообщениях или по телефону
Где находится компьютер в твоём доме	Позволяет понять есть ли родители рядом
Какую музыку ты любишь, хобби, фильмы. Магазины одежды	Позволяет понять какие подарки дарить и попытка втереться в доверие
Я помогу тебе найти работу модели	Они обманывают, пытаясь выйти на связь
Ты выглядишь грустным, что тебя беспокоит	Пытаются втереться в доверие используя симпатию
Где ты живешь, в какой школе учишься, скажи номер телефона	Спрашивают личную информацию после того как объект начал чувствовать себя комфортно
Если ты не сделаешь, то что я прошу, я покажу родителям или друзьям фотографии которые ты мне отправил	Угрозы, это техника запугивания, чтобы достичь своей цели
Ты любовь всей моей жизни, ты единственный человек, которому я доверяю	Попытка убедить объект перейти к взаимодействию

- Объясните детям правила поведения и этикета в киберпространстве.
- 1. Помогите детям выбрать правильное регистрационное имя и пароль.
- 2. Объясните, что в любой группе новостей, форуме или даже на канале IRC существуют собственные, локальные правила. Необходимо ознакомиться с ними, прежде чем отправлять свое первое сообщение!
- 3. Объясните детям, что люди в Интернете не всегда являются теми, за кого они себя выдают, поэтому необходимо соблюдать конфиденциальность и не говорить своего адреса, номера телефона или другой личной информации; например, места учебы или любимого места для прогулки.
- 4. Если что-нибудь в Интернете будет вызывать у них психологический дискомфорт, пусть обязательно расскажут Вам об этом.
- 5. Настаивайте, чтобы дети уважали собственность других в Интернете. Объясните, что незаконное копирование, использование чужой работы или изображения (фото, видео и т.д.); Публикация информации из писем без согласия их отправителей, не проникайте в чужие почтовые ящики и в компьютеры – это преступление.
- 6. Убедитесь, что они знают о том, что правила хорошего поведения действуют везде — даже в виртуальном мире. Общаюсь в Сети, должны следовать тем же правилам межличностного общения, которым они следуют в

реальной жизни. После того как напишет письмо, необходимо перечитать его и исправить ошибки. Вступая в дискуссии, не опускайтесь до брани и ругательств, даже если ваш собеседник сознательно провоцирует вас на это.

– 7. Напомните ребенку, о взаимной ответственности, т.к. Интернет зарегистрирован на вас, именно вы несете юридическую ответственность.

– Помните, границы Интернет пространства куда шире, чем границы привычного нам человеческого общества, и в разных его частях могут действовать свои законы. Поэтому не теряйте бдительности!

– «Зачастую дети принимают все, что видят в Интернете, за чистую монету. В силу возраста, отсутствия жизненного опыта и знаний в области медиаграмотности, они не всегда умеют распознать манипулятивные техники, используемые при подаче рекламной и иной информации, не анализируют степень достоверности информации и подлинность ее источников

ЕСЛИ ВЫ ЗАМЕТИЛИ У СВОЕГО РЕБЕНКА ТРЕВОЖНЫЕ ПРИЗНАКИ, СВЯЗАННЫЕ С ОБЩЕНИЕМ В ИНТЕРНЕТЕ ВЫ МОЖЕТЕ:

- записаться на бесплатную консультацию к психологу в МБУ Екатеринбургский центр психолого-педагогической поддержки населения «Диалог» по телефону – 251-29-04

- обратиться на телефон доверия для детей, подростков и родителей – 385-73-83, vk.com/id270527095, WhatsApp 8-900-210-60-38, Skype

Психологическая помощь