

# Безпека дитини в Інтернеті

## Спілкування через Інтернет: чого від нього чекати і як з ним поводитися дитині



Можливість отримати будь-яку інформацію не виходячи з дому – зараз це не фантастика, а реальність. І це стало можливим завдяки Інтернету. Крім того, що Інтернет дозволяє тобі знайти потрібну інформацію, мережа значно розширює коло твого спілкування. І це стало можливим завдяки Чату, в соцмережах та іншим подібним сайтам.

Спілкування у чаті, в соцмережах та на деяких інших сайтах поряд з користю може приховувати і суттєву небезпеку для дитини.

## Навчіть дитину

### СПІЛКУЮЧИСЬ В ІНТЕРНЕТІ ВОНА, ЗАРАДИ СВОЄЇ БЕЗПЕКИ, НЕ ПОВИННА НІКОЛИ:

- повідомляти своєму віртуальному другу своє прізвище, домашню адресу, номер свого мобільного або домашнього телефону, номер та місцезнаходження своєї школи та інші дані;
- розміщувати фотокартки, на яких ти оголений або у нижній білизні чи піжамах, а також відправляти комусь свої фото електронною або звичайною поштою;
- повідомляти пароль до своєї Інтернет-сторінки. Пароль як ключ від квартири, тому нікому його не слід віддавати!;
- казати, що дитина вдома знаходиться вдома одна;
- казати, що дитина сама знаходиться перед комп'ютером.
- обговорювати теми, які дитині неприємні або яких вона соромиться;
- показувати віртуальному другу перед Веб-камерою своє тіло або якісь його частини, робити те, що їй не подобається.
- відповідати на питання, які стосуються особистого життя або тіла дитини. Нехай дитина пам'ятає: її тіло належить тільки їй і ніхто не має права розмовляти про нього з дитиною!;

- розповідати багато про своїх друзів, знайомих та родину, особливо, видавати їхні таємниці;
- відправляти поштою або передавати через когось свої особисті речі співрозмовнику по Інтернету;

## Крім того:

- при реєстрації у Чаті ніколи не слід заповнювати поля, де вимагають прізвище, номер мобільного та домашнього телефону, домашню адресу. Якщо ці поля обов'язкові, то краще слід вигадати для себе прізвище, адресу та номер телефону. Це потрібно для безпеки дитини. Взагалі, для реєстрації у Чаті, в соцмережах та на інших подібних сайтах слід створити для себе окрему електронну поштову скриньку;
- коли вигадуєш у Чаті для себе нікнейм, то він не повинен бути схожим на прізвище. Також він не повинен стосуватися зовнішнього вигляду особи;
- у соцмережах та подібних сайтах слід обмежити доступ до власної сторінки невідомих тобі людей. Додавай до списку своїх друзів лише тих, кого ти добре знаєш у справжньому житті;

Спілкування в Інтернеті не є обов'язком, тому якщо дитині це більше не подобається або її лякають Інтернет-друзі, то треба лише вимкнути комп'ютер і не повертатися більше до спілкування онлайн!

Така обізнаність — запорука безпеки дитини як в реальному світі, так і у віртуальному просторі.



В разі, коли підліток проводить весь свій вільний час у соціальних мережах, слід знайти альтернативу, яка б могла його зацікавити і відволікти. Наприклад, організувати спільний похід на природу, завести домашнього улюбленця, який потребує постійного догляду, чи запросити найкращих друзів вашої дитини для домашньої вечірки.

Важливо, аби дитина чи підліток отримували необхідну кількість спілкування у реальному світі, оскільки соціальні мережі покликані не для того, щоб замінити реальне спілкування, а щоб його доповнити та розширити. Спілкуйтеся якомога більше з власною дитиною, розпитуйте про її інтереси, друзів і вподобання. Зробіть так, аби ви перебували у списку її «обраних друзів»!

Не забувайте, наскільки важливо розповідати дітям про безпеку у віртуальному світі.

### 5 простих правил для батьків

1. Підвищуйте власну комп'ютерну та інтернет-обізнаність
2. Опануйте інтернет разом із дитиною
3. Станьте другом дитині у соціальній мережі, або попросіть близьких знайомих зробити це
4. Встановіть "Батьківський контроль". Регулярно оновлюйте антивірус
5. Створіть територію безпечного інтернету. Використовуйте поновлюваний перелік безпечних для дитини сайтів



## Інтернет-залежність: боремося чи піддаємося?

Сьогодні наша реальність така: дитина сидить з ноутбуком на підлозі, жадібно намагається пройти онлайн-гру і збити нарешті настирливий корабель противника! На вітання він відповідає кивком голови, недбалим махом руки і швидкою відповіддю «мама-не-заважай-мені-я-дуже-зайнятий!». Все, що залишається робити батькам — задуматися, спробувати змінити ситуацію і безнадійно зайти в глухий кут.

Якщо вашому «Інтернет-шпигунові» від 11 — 17 років, і він тривалий час (більше 2-х годин дня) сидить біля комп'ютера, тоді вам варто уважніше ознайомитися як з фізичними, так і психологічними симптомами Інтернет-залежності.

Фізичні симптоми визначити більш реально, ніж психологічні. У зв'язку з цим ми перераховуємо найбільш поширені:

- біль у зап'ястях
- сухість в очах
- порушення сну
- головний біль
- біль у спині
- нерегулярне харчування
- порушення сну

Наявність декількох характеристик у вашої дитини вже говорить про те, що він проводить необмежений час за ноутбуком. Щоб зберегти здоров'я вашого чада, потрібно діяти і шукати альтернативу!

Шукаємо виходи з ситуації, що склалася:

— Обмежте час користування Інтернетом до 30 хвилин на день. Натомість купіть квитки в кіно для дитини та її друзів. Повірте, всі будуть тільки щасливі!

— Використовуйте час, проведений в Інтернеті з користю. Наприклад: попросіть дитину пограти в суперцікаву гру завтра, а сьогодні подивитися онлайн-трансляцію з Парижу. Познайомте його з Ейфелевою вежею, Тріумфальною аркою і Лувром.

— Не лінуйтеся, не здавайтеся і будьте хитрими. Попросіть про допомогу: наприклад, вам дуже потрібно дізнатися ім'я kota з твору Булгакова «Майстер і Маргарита». Проінструкуйте, підкажіть, що спочатку потрібно зайти в пошукову систему, далі ввести ім'я твору і почати пошуки. Діти люблять допомагати і відчувати те, що вони потрібні.

Ваше основне завдання: не лякати дитину Інтернет-залежністю, а шукати альтернативні рішення. Впевнені, що у вас все вийде. Головне — не здаватися і не піддаватися!

**Кібербулінг**

Кібербулінг – психологічне насильство в мережі, переслідування з боку однолітків, що проявляється у вигляді знущань, насмішок, залякувань, інших дій, які негативно впливають на психічний стан підлітка.

Вільне володіння необхідними технологіями дозволяє «агресорам» створювати іменні сайти образливого змісту, поширювати чутки, викладати фото-або відеоматеріали, що принижують гідність дитини або займатися від його імені кібер тероризмом, що загрожує безпеці дітей.

У дитини створюється відчуття безвиході, навіть вдома його не залишає почуття тривоги, він впадає в депресію. Інформаційна атака може призвести до суїциду.

Тінейджери рідко звертаються за допомогою, сумніваючись, що будуть зрозумілими та бояться заборони на користування інтернетом. Необхідно знати, знущання в мережі карається чинним законодавством. Варто відразу звернутися в правоохоронні органи з наданням доказів.

### **Кібермисливці**

Ким є типові інтернет-співрозмовники?

Соціологічні опитування про безпеку дітей-підлітків в інтернет мережі надають такі дані про контакти:

- родичі – 43 %;
- віртуальні друзі – 21%;
- незнайомі люди – 36%;

Однак за великим рахунком віртуальні друзі – теж незнайомці. Таким чином, велику частину свого часу в мережі діти приділяють спілкуванню з сторонніми людьми, діляться своїми переживаннями, секретами, планами.

Кібермисливці – хороші психологи, встановивши контакт на форумі, при обміні миттєвими повідомленнями в чаті, вони досить швидко набувають статусу друзів.

Спочатку входять в довіру, оточуючи турботою і розумінням проблем, вислуховують, підтримують. Після цього «друзь» поступово вносить до розмови нотки сексуальності, відбувається обмін фото, демонстрація матеріалів еротичного характеру.

Мета кібермисливця – особиста зустріч.

### **Контент «для дорослих»**

Багато хто вважає це найбільшою небезпекою. У цьому випадку варто враховувати суть відомостей і вік дитини. Тінейджерам необхідно знати деякі речі, наприклад, основи захищеного сексу. Ця тема викликає великий інтерес, і просто відмахнутися від неї не вдасться. Необхідно вивчити її під контролем дорослих в здоровій формі.

На жаль, сумнівних сайтів дуже багато. Інформаційна пропаганда нездорових сексуальних відносин повинна бути виключена з поля доступу слабкої психіки дитини, щоб надалі уникнути можливої появи розладів або комплексів.

Подібний контент можна заблокувати в налаштуваннях браузера (функція «*батьківський контроль*») або за допомогою спеціальних програм.

**Сайти, що містять сумнівну інформацію**



Це сайти, на яких йде пропаганда расової ненависті, фашизму, тероризму, жорстокості, наркотиків, алкоголю, куріння. Тобто, все що може внести зміни у формування моральних принципів, спотворити побудову пріоритетів і цінностей підлітка.

Такий контент складно відстежувати, він ховається під цілком адекватними назвами. Хто ж припустить, що застигла картинка милого мультяшки на моніторі при активації починає нецензурно висловлюватися.

Озвучуваний матеріал не тільки вражає своєю нецензурністю, а ще гірше пропонує точні інструкції по скоєнню суїциду або вживання нового наркотику.

Не варто залишати дитину наодинці з комп'ютером. Техніку слід розташувати так, щоб вона періодично потрапляла в поле зору батьків.

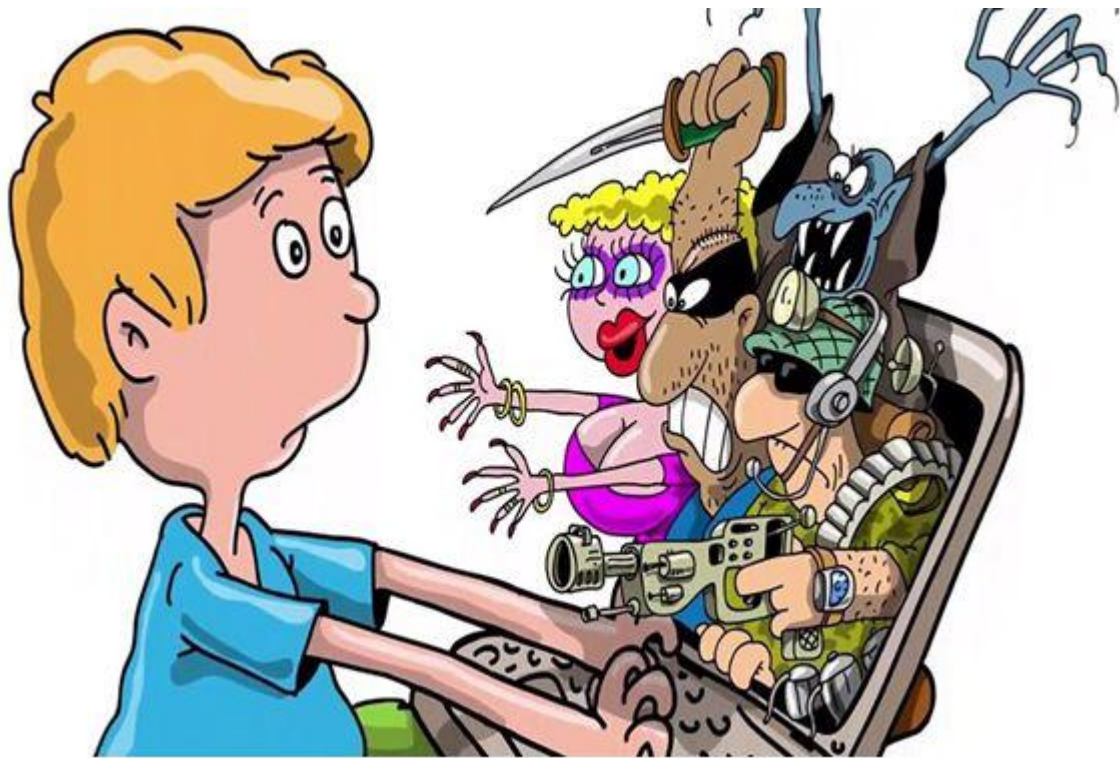
### **Ігри**

Безліч ігор пов'язано зі сценами насильства, крові, психотропною атмосферою і еротичними сценами. В on-line грі використовують голосовий або текстовий чат. Під виглядом милої відьми або сміливого лицаря може виявитися збоченець. Про що він може говорити з неповнолітнім?

Вигаданий світ гри різноманітний, в ньому можна багато чого собі дозволити. У цьому світі немає необхідності шукати шляхи самореалізації, легко спілкуватися з протилежною статтю, а, головне, можна прожити життя знову і знову. Відбувається повне занурення у віртуальний світ, реальне життя відходить на другий план.

Окремою проблемою можуть стати сайти з азартними розвагами. Адже так *легко стати багатим за півгодини*, *«здобути фінансову незалежність»*. Не виключено, що син почне робити цілком реальні ставки.

### **Шахрайство**



Шахраї і способи їх дії йдуть в ногу з часом. Необізнаність і наївність дітей роблять їх легкою здобиччю. Один із способів обману – це «виграш». Повідомлення про приз (автомобіль, комп'ютер, телефон тощо). І для цього просто потрібно повідомити дані електронної картки (батьків) і повідомити цифри, які прийшли в смс на номер.

Чи варто пояснювати, до яких наслідків призведе подібна інформація в руках шахраїв? Для того, щоб здійснити покупку в інтернет-магазині, зазвичай достатньо повідомити реквізити банківської картки і смс-код підтвердження платежу. І те, і інше підліток добровільно повідомляє «щедрим дядькам», які обіцяють приз.

Все це і багато іншого виключає саме поняття – безпечний інтернет. Повністю обмежити доступ в кіберпростір неможливо, та й не потрібно. Величезна кількість розвиваючої корисної інформації, літератури, музики і просто спілкування за інтересами, зв'язок з родичами і друзями – все це можна знайти в інтернеті. Достатньо пояснити правила поведінки, щоб забезпечити особисту безпеку дитини шкільного віку в інтернеті.