



## Информационно-психологическая безопасность несовершеннолетних

### УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Бурное развитие сети Интернет привело к тому, что, помимо, разнообразных возможностей для общения, развития, позитивного досуга, все больше появляется виртуальных угроз, способных нанести непоправимый вред психологическому здоровью детей всех возрастов: от младшего до юношеского. Поэтому Ваша задача – научить ребенка использовать интернет в позитивном ключе и разбираться в виртуальных опасностях.

### Какие опасности для детей таятся в Интернете?

Пропаганда насилия, суицидов, порнография, экстремизм, агрессия, кибербуллинг, экстремальные развлечения. К сожалению, в Интернете этого много. Социальные сети, форумы, чаты – все это позволяет свободно вливать в детские умы подобную информацию, нанося непоправимый ущерб психике.

### Опасные молодежные течения

Сайты всевозможных фанатов, социальные сети, объединяющие людей с неуравновешенной психикой в разного рода группы депрессивных течений и группы суицидальной направленности, которые толкают порой детей к суициду (буллициду).

Экстремистские и криминальные группы используют Интернет для распространения своих идей, пропаганды насилия.

Часто в подростковом возрасте возникает повышенный интерес к своей формирующейся личности. Подростки много времени уделяют своей внешности, пытаются обнаружить у себя часто не существующие косметические дефекты, самостоятельно исправить их. Подписываясь на такие сообщества или группы в социальных сетях как «0 калорий», «Типичная анорексичка» и т.д. ребенок может заинтересоваться и применить на себе опасные диеты и тем самым испортить здоровье.

Демонстрация в интернет экстремальных опасных развлечений, таких как: ружинг (прогулки по чердакам и крышам городских многоэтажек с целью сделать экстремальные селфи); диггерство (посещения подземелий, шахты и т.д.), сталкерство (посещение наземных локаций: недостроенные здания, глухие деревни, неработающие заводы); зацепинг (проезд на крыше и подножках движущегося транспорта); паркур (преодоление попадающихся на пути препятствий, используя при этом довольно сложные и опасные трюки) и другие. Желание почувствовать себя таким же «крутым» может стоить молодому человеку жизни.

### Пропаганда суицидальных действий

На страницах Интернета, маркерами пропаганды **СУИЦИДА** являются:

- наличие предложения, просьбы, приказа совершить самоубийство;
- наличие указания на самоубийство как на способ решения проблемы;
- выражение положительной оценки, либо одобрение: совершения самоубийства, либо действий, направленных на самоубийство, или намерений реального (воображаемого) собеседника или третьего лица совершить самоубийство, а также призыва, побуждающего совершить самоубийство;
- информация, содержащая аргументы, побуждающие к совершению самоубийства, в том числе представление самоубийства как обыденного явления (приемлемого, логичного и закономерного в современном обществе поступка);
- выражение осуждения, высмеивания неудавшейся попытки совершить самоубийство, в том числе, включая описание отношения, чувств и обсуждения темы лицами, имеющими опыт попытки самоубийства;
- наличие любого объявления, в том числе о знакомстве, с целью совершения самоубийства, группового и (или) ассистированного самоубийства, а также в целях попытки совершения самоубийства;
- наличие опроса (голосования), теста, рейтинга на предмет выбора самоубийства как способа решения проблемы, равно как на предмет выбора наиболее безболезненного, надежного, доступного, эстетичного способа самоубийства;
- наличие информации об одном и более способах совершения самоубийства;



- наличие описания (демонстрации): процессов, процедур, изображающих (воспроизводящих) любую последовательность действий и (или) возможных результатов (последствий) совершения самоубийства, средств и (или) мест для совершения самоубийства в контексте рассматриваемого на странице в сети «Интернет» способа самоубийства;
- наличие в социальной сети на странице ребенка видео- и аудиозаписей с деструктивной тематикой, количество просмотров подобных видеороликов в совокупности с частым упоминанием о них ребенком в повседневной жизни демонстрирует повышенный интерес к подобному поведению.

### **Другие опасности:**

- вовлечение в секты
- программные (вирусные) опасности (вредоносные программы, иницирующие кражу паролей и прочей конфиденциальной информации, спам от вашего имени, хулиганство, вымогательство, угрозы – все это может быть плодами вирусов)
- **и многое другое**

### **Рекомендации по обеспечению информационно-психологической безопасности**

- 1.** Как можно больше общайтесь со своим ребенком, чтобы избежать возникновения Интернет-зависимости. Приобщайте ребенка к культуре и спорту, чтобы он не стремился заполнить свободное время компьютерными играми. **Запомните!** Не существует детей, которых бы не интересовало ничего, кроме компьютера. **Помните!** Ребенку для полного и гармоничного развития его личности необходимо расти в семейном окружении, в атмосфере счастья, любви и понимания.
- 2.** Существуют определенные механизмы контроля пользования Интернетом, например:
  - размещать компьютер в общих комнатах, или быть рядом, когда дети пользуются Интернетом;
  - совместное с ребенком пользование Интернетом;
  - устанавливать специальные системы фильтрации данных, самостоятельно закрывающие доступ к определенной информации. Критерии фильтрации задает взрослый, что позволяет устанавливать определенное расписание пользования интернетом. В ссылках указаны сайты, на которых специалисты ответят на Ваши вопросы о том, как это сделать.
- 3.** Соцсети. При общении в Сети у ребенка завязываются виртуальные отношения с новыми «знакомыми» и «друзьями», которые кажутся безобидными, поскольку Интернет-друг является как бы «ненастоящим». Предупредите своего ребенка, что под именем «нового друга» может скрываться мошенник или извращенец. Виртуальное хамство и розыгрыши часто заканчиваются киберпреследованием и киберунижением, доставляя объекту травли множество страданий.
- 4.** Научите детей не оставлять в публичном доступе личную информацию: контакты, фото, видео. Запомните принцип Интернет: «Все, что вы выложили, может быть использовано против вас». Желательно оставлять только электронные способы связи. Например, специально выделенный для подобного общения e-mail.
- 5.** Станьте «другом» Вашего ребенка в Соцсетях. Это Вам поможет увидеть виртуальные отношения ребенка с новыми «знакомыми» и «друзьями». Объясните ему, что Другом должен быть только тот, кто хорошо известен в реальной жизни.
- 6.** Если вы видите, что после прочтения сообщения, письма Ваш ребенок расстроен, растерян, запуган – поговорите с ним, объясните, что любая проблема решаема, только опыта у Вас побольше и вместе с вами решить проблему всегда можно.
- 7.** Объясните, что средство защиты от хамства и оскорблений в Сети – игнорирование пользователя - ни в коем случае не поддаваться на провокации. Объясните, как пользоваться настройками приватности; как блокировать нежелательного «гостя»: добавить пользователя в «черный список», пожаловаться модератору сайта (если сами не знаете – вместе проконсультируйтесь у специалиста. Пусть Ваш ребенок видит, что человек, даже и взрослый, не может всего знать. И совсем не зорно проконсультироваться у знающего человека).
- 8.** Объясните, что виртуальные знакомые должны оставаться виртуальными. То есть – никаких встреч в реальном мире с теми друзьями, которых он обрел в Интернете. По крайней мере, без совета с родителями.



9. Для избегания необдуманных путей решения ребенком своих проблем (в том числе, в сети интернет), обсудите с ним возможность обращения за помощью в службу детского телефона доверия с общероссийским номером **8 800 2000 122** в том случае, если он не хочет делиться проблемой с Вами. Объясните ему, что звонок анонимный и бесплатный, что ему помогут квалифицированные специалисты. Позвоните в службу совместно с ребенком, чтобы сформировать у него навык обращения за помощью; снизить страх данного мероприятия.

10. Для развития своей медиаграмотности ознакомьтесь с некоторыми современными терминами (гlossарий).

*Уважаемые родители! Помогайте своим детям быть интернет-грамотными, учится различать интернет-деструктивность и опасности. Научите ребенка делиться с Вами проблемами, обращаться к вам за помощью.*

*Этим Вы сможете сохранить психическое и психологическое здоровье Вашего ребенка и предотвратить возможную трагедию.*

## **ГЛОССАРИЙ**

**Деструктивное поведение** – это разрушительное поведение, отклоняющееся от медицинских и психологических норм, приводящее к нарушению качества жизни человека, снижению критичности к своему поведению, когнитивным искажениям восприятия и понимания происходящего, снижению самооценки и эмоциональным нарушениям, что, в итоге, приводит к состоянию социальной дезадаптации личности, вплоть до ее полной изоляции. Деструктивность неизбежно присутствует у каждого индивида, однако обнаруживается, как правило, в переломные периоды его жизни. Прежде всего, это относится к подросткам, возрастные особенности психики которых, в совокупности с проблемой социализации и недостатком внимания со стороны взрослых, приводят к деструктивным изменениям личности.

**Медиаграмотность** – грамотное использование инструментов, обеспечивающих доступ к информации, развитие критического анализа содержания информации и привития коммуникативных навыков, содействие профессиональной подготовке детей и их педагогов в целях позитивного и ответственного использования ими информационных и коммуникационных технологий и услуг. Развитие и обеспечение информационной грамотности признаны эффективной мерой противодействия посягательствам на детей с использованием сети Интернет.

**Медиаобразование** выполняет важную роль в защите детей от негативного воздействия средств массовой коммуникации, способствует осознанному участию детей и подростков в медиасреде и медиакультуре, что является одним из необходимых условий эффективного развития гражданского общества. Согласно российскому законодательству, информационная безопасность (медиабезопасность) 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.

**Интернет-зависимость** (как вид нехимической зависимости) – это навязчивая потребность в использовании Интернета, сопровождающаяся социальной дезадаптацией и выраженными психологическими симптомами. Патология проявляется в разрушении обычного образа жизни, смене жизненных ориентиров, проявлении депрессии, нарастании социальной изоляции. Происходит социальная дезадаптация, нарушаются значимые общественные связи.

**Гэмблинг (игромания)** - патологическая склонность к азартным играм. Заключается в частых повторных эпизодах участия в азартных играх, которые доминируют в жизни человека и ведут к снижению социальных, профессиональных, материальных и семейных ценностей.

**Виктимизация детей** – это процесс функционального воздействия насильственных отношений на ребенка, в результате чего ребенок превращается в жертву насилия, т.е. приобретает виктимные физические, психологические и социальные черты и признаки. Обычно «виктимизацию» определяют как действия, предпринятые одним человеком или несколькими людьми с намерением воздействовать, дискриминировать, нанести физический ущерб или причинить психологическую боль другому человеку.

**Иберпреступления** – формы: от мошеннических махинаций и нарушений авторских прав до распространения детской порнографии, пропаганды педофилии, торговли детьми.

**Киднеппинг** (от англ. kidnap «похищать») - противоправные умышленные действия, направленные на тайный или открытый, либо с помощью обмана, захват человека, изъятие его из естественной микросоциальной среды, перемещение с его места жительства с последующим удержанием помимо его воли в другом месте. Большей частью совершается из корыстных побуждений и имеет целью получение выкупа от родственников или близких к похищенному лиц, а также принуждение этих лиц к выполнению необходимых для похитителей действий.

**Кибербуллинг** – нападение с целью нанесения психологического вреда, которое осуществляется через электронную почту, сервисы мгновенных сообщений, в чатах, социальных сетях, на веб-сайтах, а также посредством мобильной связи. Виды кибербуллинга:

**Киберпреследование** – скрытое выслеживание жертвы с целью организации нападения, избиения, изнасилования и т.д.

**Хеппислеппинг** (Happy Slapping – счастливое хлопанье, радостное избиение) – видеоролики с записями реальных сцен насилия.

**Кибервандализм** – хулиганство в Сети. Суицид, самоубийство, (от лат. sui caedere - убивать себя) - целенаправленное лишение себя жизни, как правило, добровольное, и самостоятельное (в некоторых случаях осуществляется с помощью других людей).

**Буллинг** – доведение до самоубийства путем психологического насилия.



**Спам** (англ. spam) - массовая рассылка коммерческой, политической и иной рекламы или иного вида сообщений (информации) лицам, не выразившим желания их получать. Троян - вредоносная программа, распространяемая людьми. В отличие от вирусов и червей, которые распространяются самопроизвольно.

**Фишинг** - вид интернет-мошенничества, целью которого является получение доступа к конфиденциальным данным пользователей - логинам и паролям. Это достигается путем проведения массовых рассылок электронных писем от имени популярных брендов, а также личных сообщений внутри различных сервисов, например, от имени банков (Ситибанк, Альфа-банк), сервисов (Rambler, Mail.ru) или внутри социальных сетей (Facebook, Вконтакте, Одноклассники.ru). В письме часто содержится прямая ссылка на сайт, внешне неотличимый от настоящего, либо на сайт с редиректом. После того, как пользователь попадает на поддельную страницу, мошенники пытаются различными психологическими приемами побудить пользователя ввести на поддельной странице свои логин и пароль, которые он использует для доступа к определенному сайту, что позволяет мошенникам получить доступ к аккаунтам и банковским счетам.

**Источники:**

Баландина А. Я у мамы экстремал: 5 самых опасных развлечений -

<https://www.gazeta.ru/social/2018/04/30/11735125.shtml>

Памятка для родителей по информационно-психологической безопасности несовершеннолетних