

Тема 2. Профилактика проблемного поведения подростков

Возраст 11-17 лет называют подростковым возрастом. В это время идет взросление ребенка, он не только интенсивно растет физически, происходят и изменения в его эмоциональной сфере. Подростковый возраст - время становления характера. Психология подростка характеризуется определенными особенностями, самые сложные с точки зрения воспитания приходятся на период кризиса подросткового возраста. В частности, в это время подросток хочет поскорее стать независимым и испытывает сильную потребность в самовыражении. Именно в этот период влияние среды, ближайшего окружения имеет огромную силу. Нередко подобные желания трансформируются во вредные привычки, которые позволяют подростку почувствовать себя взрослым.

Влияние родителей на подростка является уже не таким однозначным, как в более младшем возрасте. Подросток борется за свою независимость, отстаивая свое чувство взрослости, требуя безусловного уважения к нему как личности. Не получая признания, поддержки и эмоционального тепла от родителей, он по-своему старается противопоставить себя им. Подросток нередко именно в противовес родителям начинает совершать поступки, которые вызовут у них эмоциональную реакцию, пусть и негативную, но все же не смогут игнорировать его. Именно таким образом развивающиеся отношения с родителями, толкают подростка на употребление ПАВ и формирование других видов аддикций.

Подростковые зависимости (аддикции) разнообразны и нередко довольно устойчивы. Наиболее распространенной формой зависимого поведения в подростковом возрасте является Интернет-зависимость, и здесь уже не только зависимость от компьютерных игр, но и пристрастие к определенным социальным сетям, блогам и блогерам.

Наиболее негативными аддикциями подросткового возраста являются – химические виды зависимостей – наркомания, алкоголизм, табакокурение, которые напрямую несут вред здоровью и жизни ребенка.

Курение

Если ваш ребенок закурил, недостаточно просто прочитать ему лекцию о вреде табака. Важно показать, что жизнь без курения дает гораздо больше возможностей. Расскажите о значимых для подростка лицах (это могут быть известные ему актеры, певцы или спортсмены), которые не могли бы достичь успехов, если бы курили. Приведите и негативные примеры курения среди известных персонажей или ваших знакомых. Помогите ребенку найти спортивную секцию по душе, ведь курение и спорт совмещать сложно.

И, конечно же, будьте сами примером.

Употребление алкоголя

Родители часто недооценивают опасность употребления подростками, особенно более младшего возраста, пива и слабоалкогольных коктейлей. Тем не менее, врачи-наркологи бьют тревогу, отмечая быстрое распространение

среди подростков так называемого «пивного алкоголизма». В случае если ваш ребенок употребляет алкоголь, необходим очень серьезный разговор. Попробуйте понять, что дает алкоголь ребенку – облегчает общение в компании, избавляет от робости или же это простое следование подростковой моде, является своеобразным мерилем в группе сверстников? Как и в случае с курением, здесь важно побудить подростка отказаться от алкоголя, переключив его на спортивные занятия либо другие увлечения, которые помогут его самовыражению.

Употребление наркотиков

Если у вас возникли подозрения, что ваш ребенок употребляет любые наркотические вещества, то одними разговорами здесь не обойтись. Обязательно обратитесь к врачу-наркологу как можно скорее, так как в этом вопросе промедление может быть в прямом смысле «смерти подобно».

Компьютерная зависимость

Родители подростков, проводящих практически все время за компьютером или иными гаджетами (планшет, смартфон), нередко даже рады тому, что сын или дочь проводит целые дни дома, избегая, там самым, «плохих компаний». Однако чрезмерное увлечение компьютерными играми или же общением в соцсетях таит в себе немалую опасность. Такой ребенок постепенно все больше отрывается от реального мира, утрачивая навыки социализации и взаимодействия с людьми. Займите подростка любыми делами, зовите его с собой на прогулки, запишите в секцию в соответствии с его интересами, поощряйте его встречи с друзьями. Если зависимость зашла далеко, необходимо обратиться к психотерапевту. Недооценивать пагубные последствия чрезмерной зависимости от гаджетов нельзя.

В последние несколько лет проявление аддиктивного поведения участилось среди подростков.

Современный подросток становится всё более зависимым. На протяжении долгого времени с понятием «зависимость» связывали какую-либо вредную привычку, которая разрушает не только организм человека, но и личность. Чаще всего речь шла об алкоголизме, наркомании и курении, то есть о приеме психоактивных веществ (ПАВ).

Принимая ПАВ, человек создает иллюзию удовлетворения своих потребностей и хоть на короткий миг чувствует себя счастливым. Аналогичная картина получается и тогда, когда человек пытается заполнить свою внутреннюю пустоту, убежать от навалившихся проблем с помощью какого-то одного вида деятельности, занятия, которое со временем начинает подчинять себе всю жизнь человека, усугубляя имеющиеся проблемы и формируя то же самое зависимое поведение. Рано или поздно он перестает интересоваться другими сферами жизни и все больше времени проводит за любимым занятием, отрываясь от реальной жизни.

С каждым годом увеличивается список вариантов зависимого поведения, в него входят и шопинг, и игры, и частый просмотр телевизионных программ или сериалов, и длительное прослушивание музыки низкочастотных тонов,

нездоровое увлечение литературой в стиле «фэнтези», «дамскими романами» и пищевая зависимость, и т.д.

Аддиктивное поведение – это одна из форм так называемого разрушительного (деструктивного) поведения, при котором человек будто стремится убежать от окружающей реальности, фиксируя свое внимание на конкретных видах деятельности и предметах или изменяя собственное психоэмоциональное состояние путем употребления различных веществ. По сути, прибегая к аддиктивному поведению, люди стремятся создать для себя иллюзию некой безопасности, прийти к жизненному равновесию.

Аддиктивное поведение обычно воспринимается как некоторое пограничное состояние между нормой и зависимостью. В ситуации с подростками эта грань особенно тонка. В более общем смысле под аддикцией понимают различные способы ухода от реальности – с помощью игр, психоактивных веществ, навязчивых действий, других видов активности, которые приносят яркие эмоции. Естественная способность к адаптации и преодолению тяжелых жизненных обстоятельств у таких подростков снижена.

«Любые виды аддиктивного поведения у детей – «крик о помощи», сигнал о необходимости срочного вмешательства для сохранения нормального развития психики ребёнка.»

По данным ряда исследований под воздействием аддикций чаще всего оказываются несовершеннолетние от 11 до 17 лет.

По статистическим данным различные опьяняющие вещества хотя бы раз пробовали 85% подростков. Причем у такого же процента опрошенных поставщиками наркотических средств являлись знакомые и друзья. Главной причиной возникновения аддиктивного поведения у подростков, а также привыкания к психотропным веществам является ошибочное мнение взрослых, что эту проблему должна решать наркология. На самом деле детский и подростковый алкоголизм и наркомания являются единым целым, а проблему нужно решать на психолого-педагогическом уровне при непосредственной заинтересованности и участии семьи.

Аддиктивное поведение - склонность подростка к приобретению вредных привычек, пагубная склонность к чему-либо. Суть аддиктивного поведения заключается в стремлении изменить своё психическое состояние посредством приёма некоторых веществ или фиксации внимания на определенных предметах или видах деятельности.

Процесс употребления ПАВ, привязанность к предмету или действию сопровождается развитием интенсивных эмоций, принимает такие размеры, что начинает управлять жизнью человека, лишает его воли к противодействию аддикции.

Условия возникновения аддикций:

Невозможно выделить однозначные причины аддиктивного поведения. Для развития реагирования такого типа необходимо сочетание личностных особенностей и неблагоприятной среды.

Обычно выделяют следующие особенности личности, провоцирующие аддиктивное поведение подростков:

- Активная демонстрация превосходства на фоне комплекса неполноценности.
- Склонность ко лжи.
- Комфорт в тяжелых, кризисных ситуациях в сочетании с депрессией и дискомфортом в обычной жизненной рутине.
- Глубинный страх перед стойкими эмоциональными контактами с окружающими в сочетании с активно демонстрируемой социальностью.
- Избегание ответственности.
- Стремление обвинять невиновных окружающих в причинённом вреде.
- Высокая тревожность, зависимое поведение.
- Наличие устойчивых моделей, стереотипов поведения.

Первопричиной такого отклонения подростков от реальности является нарушение взаимодействия ребенка с той социальной микросредой, в которой он растет и развивается. Чаще всего влияние на подростка оказывают родители, сверстники и школа. Период переходного возраста – нелегкое время, и если подросток не находит поддержки в семье, либо семейный климат нельзя назвать благоприятным, то поиски подростком истины могут привести к плачевным последствиям

Кто склонен к зависимостям (аддикции)?

Люди с низкой переносимостью психологических затруднений, плохо адаптирующиеся к быстрой смене жизненных обстоятельств, стремящиеся, в связи с этим быстрее и проще достичь психофизиологического комфорта.

Факторы, провоцирующие аддиктивное поведение.

Наиболее частыми факторами, провоцирующими развитие зависимости, являются:

- Влияние социума (окружения)
- Реклама (СМИ)
- Ситуации в семье
- Неумение сказать: «НЕТ»

Аддиктивное поведение в подростковом возрасте развивается при сочетании перечисленных особенностей со следующими условиями:

- Неблагоприятная социальная среда (невнимание родителей к ребёнку, алкоголизм, семейные ссоры, пренебрежение ребёнком и его проблемами).
- Неспособность подростка переносить любой дискомфорт в отношениях.
- Низкая адаптация к условиям школы.
- Нестабильность, незрелость личности.
- Неспособность подростка самостоятельно справиться с зависимостью.

Некоторые авторы выделяют дополнительные факторы риска, которые повышают вероятность возникновения аддиктивного поведения, однако самостоятельно не могут его вызвать:

- Желание быть особенным, выделяться из серой массы обывателей.
- Азартность, стремление к острым ощущениям.
- Незрелость личности.
- Низкая психологическая устойчивость или душевная незрелость.
- Трудности с самоидентификацией и самовыражением.
- Чувство одиночества, незащищенности.

- Восприятие своих житейских обстоятельств как трудных.
- Эмоциональная скудность.

Проявления аддиктивного поведения

Адаптация к условиям жизни или саморегуляция для повышения эмоционального фона и насыщенности жизни является основной целью, которую преследует аддиктивное поведение.

Виды аддикций включают следующие способы достижения этих целей:

- Нарушение пищевого поведения (булимия, анорексия, голодание).
- Химические зависимости (наркомания, токсикомания, алкоголизм, курение).
- Игромания и компьютерная зависимость
- Религиозный фанатизм, сектантство.

Первые три из указанных видов зависимостей предоставляют лёгкий и быстрый способ получить яркие положительные эмоции. Четвёртый вид зависимого поведения помогает почувствовать себя вовлечённым в нечто значительное, получить некий аналог семьи, который всецело его одобряет и поддерживает.

Степени вовлечённости подростка в пагубные влечения могут очень сильно отличаться – от редких эпизодов, не влияющих на повседневную жизнь, до тяжелой зависимости, полностью подчиняющей себе субъекта. Поэтому иногда выделяют различные степени тяжести зависимости (аддикции), самой лёгкой из которых является вредная привычка, а самой тяжелой – биологическая зависимость, сопровождающаяся изменениями в психическом и физическом состоянии.

Формировании зависимого (аддиктивного) поведения.

Формированию почвы для развития аддиктивного поведения подростков способствуют следующие типы дисфункциональных семей:

- Неполная семья.
- Аморальная семья, для которой характерны алкоголизация, сексуальная распущенность или насилие.
- Криминогенная семья, члены которой имеют судимости или связаны с криминальным миром.
- Псевдоблагополучные семьи, которые не имеют видимых дефектов в структуре и зависимостей, однако в такой семье используются неприемлемые способы воспитания.
- Проблемные семьи, в которых происходят постоянные конфликты.

Семейные проблемы становятся особенно явными по достижении ребёнком подросткового возраста. Требования и правила, установленные родителями, вызывают протест и стремление уйти из-под опеки. Обретение самостоятельности, избавление от контроля родителей являются одними из ведущих целей подростков. В процессе «бегства» из семьи место родителей занимает группа авторитетных сверстников. Эта группа становится новым источником жизненных правил, норм поведения, нравственных ориентиров и жизненных целей.

Конечно, профилактика вредных привычек у подростков гораздо результативнее, чем борьба с ними. Поэтому, начиная с малых лет, следите за

тем, чем занимается ваш ребенок, проводите с ним больше времени, чаще разговаривайте по душам. Будьте особенно внимательны и наблюдательны, обращайте внимание на любые изменения в поведении своего ребенка. Дети перенимают привычки здорового образа жизни от своих родителей. Всегда будьте примером для вашего ребёнка, ведь многие привычки ребенок берет из семьи.

Рекомендации для родителей по предупреждению развития аддиктивного поведения подростка.

- Демонстрируйте уважение к подростку как к личности, не лишайте его самостоятельности, дайте ему возможность принимать решения в тех вопросах, с которыми он вполне может справиться. Передавайте самостоятельность подростку постепенно, вместе с формированием у него чувства ответственности.
- Помогайте подростку в решении его проблем, вникайте в суть, не критикуйте и не обвиняйте, даже если он не прав, поищите выход из любой ситуации вместе.
- Поговорите с ребенком о негативных последствиях аддиктивного поведения, не используя менторского тона и угроз. Научите подростка говорить «нет», в ситуациях, когда он может столкнуться с предложением попробовать ПАВ.
- Поговорите с ребенком об уникальности и индивидуальности его личности, его жизненного выбора и ответственности за этот выбор.
- Поощряйте занятия ребенка, которые свидетельствуют о ведении им здорового образа жизни – спорт, отказ от курения, алкоголя, наркотиков.
- Будьте внимательны к тому, как проводит свободное время подросток. Посоветуйте ему посетить с друзьями, интересные для них выставки, музеи, лекции по искусству и т.д.
- Контролируйте время, проводимое подростком при пользовании компьютером. Обсудите с ним, играет ли он в компьютерные игры, чем они интересны ему. Как еще он использует Интернет пространство. Посмотрите с ним вместе, интересующие его блоги. Научите ребенка критически смотреть на получаемую в Интернете информацию.
- Поговорите с подростком, обсудив тему особенностей его телосложения, помогите ему при необходимости в выборе спортивных занятий, сбалансированного здорового питания.
- Проявляйте интерес к окружению подростка, познакомьтесь с его друзьями, поинтересуйтесь их занятиями, интересами. Будьте корректны, но внимательны к проявлениям влюбленности подростка. Научите его культуре в проявлении своих чувств.
- Если Вы получили опосредованно информацию об аддиктивном поведении ребенка, не спешите делать выводы, наблюдайте за ним. Не унижайте подростка, предложите ему помощь в преодолении аддикции.
- Если Вы наблюдаете признаки химической аддикции у подростка, то как можно быстрее обратитесь за помощью к специалистам. Помните, что при формировании наркомании, алкоголизации, Вы не сможете самостоятельно

справиться с данной проблемой. Основным методом лечения аддиктивного поведения является психотерапия.

Опасные картинки

Практически каждый из нас является счастливым обладателем мобильного телефона, а многие – и компьютера.

В школе, транспорте, дома – ты всегда на связи и готов к общению. И не только к общению. Как же хочется поделиться какими-нибудь новыми картинками, фотографиями или видео, скачанными из Интернета с друзьями, одноклассниками и просто знакомыми!

А теперь ответь себе на вопрос: «Как часто я задумываюсь о том, какую картинку, фотографию или видео посылаю другому лицу и будет ли мне что-нибудь за это?». Думаю, что ответ не заставит себя долго ждать.

Вместе с тем, не всегда такие картинки, фотографии или видео столь безобидны, а их передача другому лицу – безнаказанна.

Дети, подростки, молодежь часто хотят знать информации намного больше, чем им могут предоставить родители, школа или общедоступные Интернет-ресурсы. И их любопытство порой, оказывается, на грани, а иногда и за гранью дозволенного.

Признайся себе, ведь хоть раз в жизни ты, тихонечко, прячась от родителей смотрел в Интернете «особые» картинки, фотографии или видео? И у тебя может даже возникала мысль, что круто бы было показать «это» своим друзьям, одноклассникам, просто знакомым? И вот ты сохраняешь эти картинки, фотографии и видео на свой мобильный телефон или любимый компьютер и...

Вот тут и начинается история, у которой может и не быть счастливого конца.

История 1. Молодая девушка Екатерина дома с помощью ноутбука скачала 3 порнографических изображения и через несколько дней разместила их в сети Интернет на одном из сайтов для общего доступа.

История 2. Александр, Дмитрий и Вадим передали хранящиеся в их мобильных телефонах порнографические материалы через Bluetooth одной девушке.

История 3. Юрий скачал в Интернете видеоролик порнографического содержания и разместил его на своей странице в социальной сети «ВКонтакте», где его мог просмотреть неограниченный круг пользователей.

История 4. Александр, используя личный компьютер и сеть Интернет разместил в своей анкете в одной из социальных сетей порнографическое

изображение, в результате чего оно стало доступно для просмотра и копирования другими пользователями.

История 5. Молодой человек со своего электронного ящика отправил девушке одно порнографическое изображение.

История 6. Молодой человек с использованием сети Интернет через сайт «ВКонтакте» переслал (распространил) порнографический материал на мобильный телефон другого лица.

Всех этих молодых людей объединяет одно - в отношении каждого из них было впоследствии возбуждено уголовное дело.

В Уголовном кодексе Республики Беларусь есть ст.343, которая предусматривает ответственность за изготовление и распространение порнографических материалов или предметов порнографического характера.

Изготовление либо хранение с целью распространения или рекламирования либо распространение, рекламирование, трансляция или публичная демонстрация порнографических материалов, печатных изданий, изображений, кино-, видеофильмов или сцен порнографического содержания, иных предметов порнографического характера наказываются общественными работами, или штрафом, или исправительными работами на срок до двух лет, или арестом (ч.1 ст.343 УК Республики Беларусь).

Те же действия, но совершенные, в том числе, с использованием глобальной компьютерной сети Интернет, иной сети электросвязи общего пользования либо выделенной сети электросвязи, а равно распространение, рекламирование, трансляция или демонстрация заведомо несовершеннолетнему порнографических материалов, печатных изданий, изображений, кино-, видеофильмов или сцен порнографического содержания, иных предметов порнографического характера, совершенные лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста, наказываются только лишением свободы на срок от двух до четырех лет (ч.2 ст.343 УК Республики Беларусь).

Все уголовные дела, приведенные в шести историях выше возбуждены по ч.2 ст.343 УК Республики Беларусь, так как во всех случаях распространение информации осуществлялось с использованием глобальной компьютерной сети Интернет или иной сети электросвязи общего пользования либо выделенной сети электросвязи, соответственно наказание за такое преступление может быть очень суровым.

Относится или нет материал или предмет к порнографическим- решит экспертная комиссия.

А что же такое *хранение* порнографических материалов или предметов? Ты хранишь их, когда они фактически находятся у тебя во владении, и потом ты хочешь их распространить.

А распространяешь ты их тогда, когда совершаешь действия, направленные на то, чтобы ознакомить с такой информацией неопределенный круг лиц. Распространение может выражаться в рекламировании, передаче на любых основаниях, в том числе путем показа или демонстрации кому-либо.

Все фигуранты наших историй распространяли порнографические материалы, когда передавали их друг другу, другим лицам, в том числе, друзьям и знакомым. Даже показав другу в телефоне или компьютере такой фильм или фотографию, ты рискуешь своей свободой.

Демонстрировать можно по-разному. Это и показ в виде фотографии, слайда, кино-, телекадра на экране либо с помощью другого технического устройства или любым иным способом.

Ответственность за совершение такого преступления наступает с шестнадцати лет, а за распространение, рекламирование, трансляцию или демонстрацию заведомо несовершеннолетнему порнографических материалов - с восемнадцати лет.

Но если ты не достиг 16 лет (или 18 лет при демонстрации несовершеннолетнему) – это не значит, что никакой ответственности ты не понесешь.

Если факт выявлен, то будет проводиться проверка и приниматься решение об отказе в возбуждении уголовного дела. Если же, например, уголовное дело было возбуждено, так как сразу лицо, совершившее преступление, не было установлено, а потом оно стало известно и выяснилось, что не достигло возраста привлечения к уголовной ответственности - принимается решение о прекращении производства по уголовному делу из-за недостижения возраста, с которого наступает уголовная ответственность.

Копия одного из таких постановлений направляется органом дознания или предварительного следствия в комиссию по делам несовершеннолетних для проведения с тобой необходимой профилактической работы. Впоследствии ты подлежишь постановке на учет в инспекцию по делам несовершеннолетних, и с тобой будет проводиться индивидуальная профилактическая работа. Более того, в отношении тебя даже может быть решен вопрос о направлении в специальное учебно-воспитательное учреждение (ст.14 Закона Республики Беларусь «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»).

И помни, что глобальная сеть Интернет является объектом пристального внимания сотрудников управлений по нарконтролю и противодействию торговле людьми, они проводят постоянные мониторинги сетей и выявляют распространителей порнографии. Также информация о наличии в свободном доступе порнографических материалов или предметов порнографического характера, их передаче или получении может поступать от обычных граждан и даже от твоих друзей и знакомых (о чем ты можешь даже не догадываться).

Безопасность детей в Интернете: что могут взрослые?

И. Н. Васильева, начальник управления информационных технологий и электронных образовательных ресурсов НИО

Тезис о том, что современные дети принадлежат к совершенно новому типу людей — digitalNative — (DigitalNative — термин, впервые использованный американцем Марком Пренски для обозначения людей, которые родились во время цифровой революции и находятся под воздействием цифровых технологий. Людей, которые родились до начала цифровой эпохи, Пренски назвал, соответственно, «цифровыми иммигрантами») — «цифровым аборигенам» *, становится совершенно очевидным. Стоит только удивляться скорости, с которой они осваивают современные гаджеты.

С гаджетами, кажется, всё понятно, но есть и другое «развлечение» — Интернет, который с каждым днём всё больше проникает во все сферы жизнедеятельности человека. Растёт и число пользователей сети. В связи с этим возникает вопрос: нужно ли разрешать детям пользоваться всемирной паутиной? Очень небольшая часть взрослой аудитории ответит отрицательно. Запретить пользоваться проще всего, однако сколько времени продлится этот запрет? Большинство же без тени сомнения ответит утвердительно: Интернет позволяет детям обучаться, развиваться, учит виртуальному общению, которое стало неотъемлемой частью нашей жизни.

Взрослые привыкли заботиться о детях в повседневной жизни. А насколько комфортно им в цифровом мире? Надеемся, что материалы данной статьи помогут читателям разобраться, какие опасности для детей могут таиться во Всемирной паутине и что мы, взрослые, можем сделать для обеспечения их безопасности.

Детская аудитория: какая она?

Движение «Безопасность ребёнка в онлайновой среде» (Children-OnlineProtection — COP) разделило детскую аудиторию на группы: 5-7 лет, 8-12 лет и старше 13 лет, различающиеся по видам деятельности, которыми дети заняты в сети.

Дети 5-7 лет, как правило, проводят время за компьютером, играя. Это могут быть игры, которые инсталлируются на жёсткий диск компьютера и размещённые в сети. Что же такое сетевые игры?! Представьте себе ситуацию: вы отпускаете ребёнка погулять во двор, а через некоторое время он возвращается домой со слезами на глазах и без любимой игрушки. Что это значит? На детской площадке появились хулиганы! Первое желание родителя — выйти во двор, найти обидчика и восстановить справедливость. И в реальной жизни это вполне возможно, а в виртуальной — как?

Ещё один пример. Вдруг ваш ребёнок начинает фонтанировать невесть откуда почерпнутыми идеями: я могу выиграть денежный приз, мне надо срочно освоить приёмы тайского бокса и т. д., на воплощение которых срочно нужны деньги.

8-12-летние дети становятся не просто «игроками», они — активные пользователи социальных сетей, таких как «В контакте», «Одноклассники». Некоторые общаются в чатах, используют электронную почту. Отправить личное сообщение с оскорбительными или просто неприятными высказываниями — это мелкая шалость, но и она может здорово испортить настроение ребёнку.

Сегодня 13-летние ребята — это уверенные пользователи компьютера (в рамках удовлетворения своих познавательных запросов), азартные игроки, активные «писатели» (более 60 % современных подростков ведут сетевые дневники «В контакте», Твиттер,

Фейсбук, ЖЖ и др.). Именно в этом возрасте дети активно загружают музыку, пользуются электронной почтой.

Вам приходилось оплачивать счета мобильных телефонов на шестизначные суммы?! Мы, взрослые, иногда сами попадаемся на эту удочку, а что говорить о детях!

Знают ли взрослые, что делают дети в Интернете?

Согласно социологическому исследованию, инициированному компанией «Киевстар» в 2009 г., 76 % родителей не знают, какие сайты посещают их дети. Но не это самое страшное, пугает другое – потенциальные жертвы реальных угроз сети: 17% детей готовы предоставить информацию о себе и своей семье – адрес, график работы родителей, наличие ценных вещей дома; 28% могут без колебаний послать свою фотографию незнакомцам; 22% попадают на сайты «для взрослых»; 14% время от времени присылают платные SMS для получения бонусов в онлайн-играх, не обращая внимания на стоимость этих сообщений. Так обстояли дела в 2009 году, а что сейчас?

В ходе реализации экспериментального проекта по апробации модели обучения с использованием индивидуальных электронных устройств в сентябре 2011 года (старт проекта) было проведено анкетирование родителей учащихся начальных классов. Большинство родителей согласны с тем, что Интернет оказывает на детей позитивное влияние, но многие задумываются и об угрозах Интернет-пространства. 64% родителей разрешают детям свободно пользоваться Интернетом, никак не ограничивают их во времени. Лишь 24% устанавливают временные ограничения и следят за тем, какие сайты посещают их дети; 28% стараются ввести правила пользования сетью. Большинство родителей (63%) сообщают, что не обладают достаточной информацией о том, как защитить своего ребёнка от негативного контента в

Интернете. Почти треть (28%) не устанавливают правил работы ребёнка в сети.

Опасности и правила безопасности в Интернете

Всемирная сеть предлагает множество правил и рекомендаций по обеспечению безопасного использования глобальной сети детьми. Например:

- * Общие правила безопасности в Интернете, сетевой этикет;
- * Права детей в онлайн;
- * Азартные игры и интернет-зависимость;
- * Безопасное поведение в онлайн-играх;
- * Безопасность в социальных сетях;
- * Онлайн-пиратство (нелегальный контент), авторское право в интернете;
- * Создание ощущения психологической связи, заботы, а также запугивание, противодействие им;
- * Опасный (недетский) контент;
- * Онлайн-коммерция, оплата услуг через SMS;
- * Интернет-мошенничество, целью которого является получение доступа к конфиденциальным данным пользователей – логинам и паролям.

Какие меры следует предпринять?

Уменьшение опасностей при работе ребёнка в Интернете должно предусматривать: настройку контекстной фильтрации, ограничение времени пользования Интернетом, контроль за посещаемыми ресурсами, просмотр его активности в социальных сетях и адресатов почтовых отправок. И самое важное — откровенное общение с ребёнком:

обсуждение правил пользования Интернетом, возможных опасностей, которые его подстерегают, как правильно общаться, онлайн-опыт ребёнка (что его тревожит, было ему неприятно, непонятно и т. п.).

Какие решения предлагают компании-разработчики для обеспечения безопасности в Интернете?

Необходимо настроить:

- * учётные записи пользователей (целесообразно создать для ребёнка отдельную учётную запись для входа на компьютер и произвести её настройки);
- * браузер (например, в браузер Internet Explorer входит модуль «Ограничение доступа» (Content Advisor) — Сервис | Свойства обозревателя | Содержание (Tools | Internet Options | Content));
- * программу родительского контроля (например, в операционной системе Windows Vista есть специальная утилита для родительского контроля, которая позволяет ограничить время работы за компьютером, сформировать «белые» и «чёрные» списки интернет-ресурсов);
- * программы для защиты от вирусов и вредоносного программного обеспечения (например, Microsoft Security Essentials, Kaspersky Internet Security и др.);
- * службы для обеспечения безопасности при работе в Интернете (Internet Security) (позволяют ограничить доступ с вашего компьютера к информации нежелательного характера);
- * поисковую систему для работы в Интернете (можно использовать детский поисковик «Гугль»);
- * дополнительно установить специальную программу для контроля времени работы за компьютером (автоматически отключает доступ к сети при нарушении заданных ограничений: выход за рамки графика работы в сети, превышение лимита интернет-трафика и т. п.).

Что должны предпринять взрослые?

1. Не публикуйте полную личную информацию в Интернете, так как она может стать доступна преступникам или мошенникам.
2. Не посещайте подозрительные веб-сайты, не скачивайте с них файлы, не устанавливайте подозрительные программы.
3. Прежде чем загрузить на свой компьютер какой-либо файл, убедитесь, что ресурс надёжный, после скачивания — проверьте файл антивирусом.
4. Проводите проверку любого сменного носителя (дискета, лазерный диск, flash-память и др.).
5. Используйте антивирус на компьютере, регулярно обновляйте антивирусные базы.

6. Не отвечайте на письма с рекламными сообщениями (спам-письма).
7. Получив письмо от незнакомого отправителя, никогда не открывайте вложенные файлы — они могут быть заражены.
8. Не отвечайте на письма с просьбой перевести какую-либо сумму денег девушке (юноше) попавшему в беду (такие письма называются «нигерийские письма»).
9. Если на компьютере установлен антивирус: НЕ выключайте постоянную проверку; обновляйте антивирусные базы (не реже одного раза в три дня); проводите проверку всего диска каждую неделю.
10. Если ваш компьютер заражён (появляются рекламные сообщения, нельзя прочитать документы) и у вас требуют деньги для «лечения» компьютера или расшифровки данных — ни в коем случае не отправляйте их.
11. Никогда не предоставляйте удалённый доступ к вашему компьютеру незнакомым людям.

Рекомендации для педагогов

При размещении информации об учащихся в сети Интернет:

- * используйте минимум личной информации учеников для создания учётной записи в онлайн-инструментах. Выбирайте те инструменты, которые позволяют защитить личную информацию учеников;
- * создавая онлайн информационные материалы для вики или блогов, внимательно относитесь к деталям. Никогда не выкладывайте в Интернете электронные адреса учеников, их пароли, номера телефонов или другую идентифицирующую информацию;
- * в настоящее время считается, что публикация имён учеников в Интернете сопряжена с низким риском, при условии, что они не предоставляют никакой другой идентифицирующей информации. Подумайте, возможно, вам стоит разрешить вашим ученикам использовать их реальные имена и первые буквы фамилий в классных блогах и на групповых сайтах;
- * правила использования ИКТ не позволяют выкладывать в Интернет фотографии учеников, демонстрирующие их лица. Если правила, принятые в вашей школе, позволяют делать это, не подписывайте имена учеников на фотографиях, вместо этого просто опишите, что они делают, показывают и т. д. Вы также можете вырезать фотографии таким образом, чтобы они были сфокусированы на деятельности учеников, а не на их лицах;

* при работе с блогами, вики, сайтами получите разрешение у родителей на регистрацию детей.

При проведении занятий с использованием Интернета:

* во время проведения занятий ведите контроль за использованием компьютера и сети Интернет учащимися;

* принимайте меры по пресечению обращений к ресурсам, не имеющим отношения к образовательному процессу;

* при обнаружении ресурса, который содержит информацию, запрещённую для распространения в соответствии с законодательством, или иного потенциально опасного для учащихся контента, сообщите об этом лицу, ответственному за работу Интернета и ограничение доступа.

Предостерегите учеников от предоставления персональной информации о себе или своих одноклассниках в анкетах, опросах или электронных письмах. Посоветуйте им обращаться к учителю, родителям или другим надёжным взрослым в ситуациях, когда они не знают, как правильно поступить. Обсудите с детьми вопросы цифрового гражданства: выбор онлайн-имени, неразглашение персональной информации, права интеллектуальной собственности.

Рекомендации для родителей

* Настройте компьютер: программы родительского контроля, антивирусные программы, детские поисковые системы, настройки браузера.

* Наблюдайте за тем, что делает ребёнок в Интернете (расположите компьютер в месте общей доступности; обсуждайте с ребёнком, какие ресурсы он посещал, что его беспокоило).

* Знакомьтесь с Интернетом вместе с ребёнком.

* Составьте вместе с ним правила пользования Интернетом или заключите джентльменское соглашение (какие сайты можно посещать, сколько времени можно работать, безопасный почтовый ящик).

* Обсудите с ребёнком правила безопасного поведения в Интернете (не встречаться с людьми, с которыми познакомился в сети; не размещать личной информации; сообщать взрослым, если что-то напугало или встревожило; не делать ничего, что требует оплаты; не переходить по рекламным ссылкам; не сообщать пароли).

* Научите ребёнка ответственному поведению в Интернете. Помните золотое правило: то, что вы не сказали бы человеку в лицо, не стоит отправлять ему по SMS, электронной почте или размещать в комментариях.

* Оценивайте интернет-контент критически. То, что содержится в Интернете, — не всегда правда. Дети должны научиться отличать надёжные источники информации от ненадёжных и проверять информацию, которую они находят в Интернете. Также объясните детям, что копирование и вставка содержания с чужих веб-сайтов могут быть признаны плагиатом.

Сайты, посвященные вопросам безопасной работы в Интернете <http://mir.pravo.by/library/edu/roditel/ten> — Детский правовой сайт (раздел «Десять правил безопасности для детей в Интернете»). <http://www.onlandia.by/html/etusivu.htm> — Онляндия — безопасная веб-страна (Онляндия — интерактивный курс по интернет-безопасности, предлагаемый офисом Microsoft для детей, родителей и педагогов по безопасности в Интернете). <http://nonviolence.iatp.by/parents/safety.htm> — сайт государственного общественного объединения «Дети не для насилия» (раздел «Безопасность ребёнка в Интернете»). <http://www.microsoft.com/rus/childsafety> — сайт «Безопасность детей в Интернете». <http://www.microsoft.com/rus/athome/security> — сайт «Безопасность дома». <http://detionline.ru/> — сайт некоммерческой акции «Ребёнок в сети», проводимой PandaSoftware (перечень основных интернет-угроз, с которыми могут столкнуться дети, подсказки и советы для учителей, родителей и детей). <http://www.securelist.com/ru/safeonline/rules> — энциклопедия безопасности от Касперского. <http://www.friendlyrunet.ru> — фонд «Содействие развитию сети Интернет "Дружественный рунет"» <http://detionline.com/assets/files/journal/9/pract9.pdf> — рекомендации в стихах для детей.

Что порекомендовать детям? <http://www.onlandia.by/html/etusivu.htm> (см. выше). <http://gogul.tv/> — федеральная программа безопасного детского Интернета «Гогуль». <http://www.smeshariki.ru/gamemain.aspx#> — что нужно знать о безопасности, чтобы не попасть в плохую историю (советы от смешарика Пина). http://www.nesquik-club.com/ru/popup_play_safe_online.aspx — «Играй в сетевые игры безопасно» — советы для самых маленьких от NesquikClub. <https://sites.google.com/site/detamobinternete/home> — Интернет-букварь.

Как донести актуальный материал?

Привлечь внимание участников образовательного процесса к проблеме безопасного использования сети Интернет можно на педсоветах («Безопасный Интернет» как одна из

обсуждаемых тем); родительских собраниях; на отдельной страничке на сайте учреждения образования, блоге класса, творческой группы педагогов, родителей; путём проведения акций («Неделя безопасного использования Интернета»), подготовки стенных газет и информационных листов.

Обсудить предложенную тему, а также получить дополнительную информацию о безопасной работе в сети Интернет вы сможете на сайте <http://www.avi.by/>

ПАМЯТКА по безопасности детей в сети Интернет

Классификация интернет-угроз.

Во Всемирной паутине существует следующие виды опасности юных пользователей:

- суицид-сайты;
- сайты-форумы потенциальных самоубийц;
- наркосайты (интернет пестрит новостями о «пользе» употребления марихуаны, рецептами и советами изготовления «зелья»);
- сайты, разжигающие национальную рознь и расовое неприятие (экстремизм, национализм, фашизм);
- сайты порнографической направленности;
- сайты знакомств (виртуальное общение разрушает способность к реальному общению, у подростков теряются коммуникативные навыки);
- сайты, пропагандирующих экстремизм, насилие и девиантные формы поведения, прямые угрозы жизни и здоровью школьников от незнакомцев, предлагающих личные встречи, а также различные виды мошенничества;
- секты (виртуальный собеседник может повлиять на мировоззрение подростка).

Правила работы в сети Интернет

1. Не входите на незнакомые сайты.
2. Если к вам по почте пришел файл Word или Excel, даже от знакомого лица, прежде чем открыть, обязательно проверьте его на вирусы.
3. Если пришло незнакомое вложение, ни в коем случае не запускайте его, а лучше сразу удалите и очистите корзину.
4. Никогда не посылайте никому свой пароль.
5. Старайтесь использовать для паролей трудно запоминаемый набор цифр и букв.

6. При общении в Интернет не указывайте свои личные данные, а используйте псевдоним (ник)
7. Без контроля взрослых ни в коем случае не встречайтесь с людьми, с которыми познакомились в сети Интернет.
8. Если в сети необходимо пройти регистрацию, то должны сделать ее так, чтобы в ней не было указано никакой личной информации.
9. Не всей информации, которая размещена в Интернете, можно верить.
10. Не оставляйте без присмотра компьютер с важными сведениям на экране
11. Не сохраняйте важные сведения на общедоступном компьютере.

Возраст от 7 до 8 лет

В Интернете ребенок старается посетить те или иные сайты, а возможно и чаты, разрешение на посещение которых он не получил бы от родителей. Поэтому родителям (законным представителям) особенно полезны будут те отчеты, которые предоставляются программами по ограничению использования Интернета, т. е. Родительский контроль или то, что вы сможете увидеть во временных файлах Интернет (папки c:\Users\User\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary InternetFiles в операционной системе WindowsVista). В результате, у ребенка не будет ощущения, что за ним ведется постоянный контроль, однако, родители будут по-прежнему знать, какие сайты посещает их ребенок. Дети в данном возрасте обладают сильным чувством семьи, они доверчивы и не сомневаются в авторитетах. Они любят играть в сетевые игры и путешествовать по Интернет, используя электронную почту, заходить на сайты и чаты, не рекомендованные родителями.

Советы по безопасности в сети Интернет для детей 7-8 лет

- Создайте список домашних правил посещения Интернет при участии детей и требуйте его выполнения.
- Требуйте от вашего ребенка соблюдения временных норм нахождения за компьютером. Покажите ребенку, что вы наблюдаете за ним не потому, что вам это хочется, а потому что вы беспокоитесь о его безопасности и всегда готовы ему помочь.
- Компьютер с подключением в Интернет должен находиться в общей комнате под присмотром родителей.
- Используйте специальные детские поисковые машины, типа MSN Kids Search.

- Используйте средства блокирования нежелательного контента как дополнение к стандартному Родительскому контролю.
- Создайте семейный электронный ящик чтобы не позволить детям иметь собственные адреса.
- Блокируйте доступ к сайтам с бесплатными почтовыми ящиками с помощью соответствующего ПО.
- Приучите детей советоваться с вами перед опубликованием какой-либо информации средствами электронной почты, чатов, регистрационных форм и профилей.
- Научите детей не загружать файлы, программы или музыку без вашего согласия.
- Не разрешайте детям использовать службы мгновенного обмена сообщениями.
- В «белый» список сайтов, разрешенных для посещения, вносите только сайты с хорошей репутацией.
- Не забывайте беседовать с детьми об их друзьях в Интернет, как если бы речь шла о друзьях в реальной жизни.
- Приучите вашего ребенка сообщать вам о любых угрозах или тревогах, связанных с Интернет. Оставайтесь спокойными и напомните детям, что они в безопасности, если сами рассказали вам о своих угрозах или тревогах. Похвалите их и посоветуйте подойти еще раз в подобных случаях.

Советы по безопасности для детей от 9 до 12 лет

В данном возрасте дети, как правило, уже слышаны о том, какая информация существует в Интернет. Совершенно нормально, что они хотят это увидеть, прочесть, услышать. При этом нужно помнить, что доступ к нежелательным материалам можно легко заблокировать при помощи средств Родительского контроля.

- Создайте список домашних правил посещения Интернет при участии детей и требуйте его выполнения.
- Требуйте от вашего ребенка соблюдения временных норм нахождения за компьютером.
- Покажите ребенку, что вы наблюдаете за ним не потому, что вам это хочется, а потому что вы беспокоитесь о его безопасности и всегда готовы ему помочь.

- Компьютер с подключением в Интернет должен находиться в общей комнате под присмотром родителей.
- Используйте средства блокирования нежелательного контента как дополнение к стандартному Родительскому контролю.
- Не забывайте беседовать с детьми об их друзьях в Интернет.
- Настаивайте, чтобы дети никогда не соглашались на личные встречи с друзьями по Интернет.
- Позволяйте детям заходить только на сайты из «белого» списка, который создайте вместе с ними.
- Приучите детей никогда не выдавать личную информацию средствами электронной почты, чатов, систем мгновенного обмена сообщениями, регистрационных форм, личных профилей и при регистрации на конкурсы в Интернет.
- Приучите детей не загружать программы без вашего разрешения. Объясните им, что они могут случайно загрузить вирусы или другое нежелательное программное обеспечение.
- Создайте вашему ребенку ограниченную учетную запись для работы на компьютере.
- Приучите вашего ребенка сообщать вам о любых угрозах или тревогах, связанных с Интернет. Оставайтесь спокойными и напомните детям, что они в безопасности, если сами рассказали вам, если сами рассказали вам о своих угрозах или тревогах. Похвалите их и посоветуйте подойти еще раз в подобных случаях.
- Настаивайте на том, чтобы дети предоставляли вам доступ к своей электронной почте, чтобы вы убедились, что они не общаются с незнакомцами.
- Объясните детям, что нельзя использовать сеть для хулиганства, распространения сплетен или угроз.

Советы по безопасности в этом возрасте от 13 до 17 лет

- Создайте список домашних правил посещения Интернет при участии подростков и требуйте безусловного его выполнения. Укажите список запрещенных сайтов («черный список»), часы работы в Интернет, руководство по общению в Интернет (в том числе в чатах).
- Компьютер с подключением к сети Интернет должен находиться в общей комнате.

- Не забывайте беседовать с детьми об их друзьях в Интернет, о том, чем они заняты таким образом, будто речь идет о друзьях в реальной жизни. Спрашивайте о людях, с которыми дети общаются посредством служб мгновенного обмена сообщениями, чтобы убедиться, что эти люди им знакомы.
- Используйте средства блокирования нежелательного контента как дополнение к стандартному Родительскому контролю.
- Необходимо знать, какими чатами пользуются ваши дети. Поощряйте использование модерлируемых чатов и настаивайте, чтобы дети не общались в приватном режиме.
- Настаивайте на том, чтобы дети никогда не встречались лично с друзьями из сети Интернет.
- Приучите детей никогда не выдавать личную информацию средствами электронной почты, чатов, систем мгновенного обмена сообщениями, регистрационных форм, личных профилей и при регистрации на конкурсы в Интернет.
- Приучите детей не загружать программы без вашего разрешения. Объясните им, что они могут случайно загрузить вирусы или другое нежелательное программное обеспечение.
- Приучите вашего ребенка сообщать вам о любых угрозах или тревогах, связанных с Интернет. Оставайтесь спокойными и напомните детям, что они в безопасности, если сами рассказали вам, если сами рассказали вам о своих угрозах или тревогах. Похвалите их и посоветуйте подойти еще раз в подобных случаях.
- Помогите им защититься от спама. Научите подростков не выдавать в Интернет своего реального электронного адреса, не отвечать на нежелательные письма и использовать специальные почтовые фильтры.
- Приучите себя знакомиться с сайтами, которые посещают подростки.
- Объясните детям, что ни в коем случае нельзя использовать Сеть для хулиганства, распространения сплетен или угроз другим людям.
- Обсудите с подростками проблемы сетевых азартных игр и их возможный риск. Напомните, что дети не могут играть в эти игры согласно закону.