



**Безопасность
в интернете:**
возрастные
рекомендации
для детей
и подростков

В наши дни мы все проводим много времени в интернете, в том числе дети и подростки. Каждый родитель хочет, чтобы дети чувствовали себя в безопасности, находясь в сети, ведь в интернете есть вещи, которых следует опасаться. Опасны не только вирусы и хакеры, которые могут украсть личную информацию; помимо них существует кибербуллинг (травля), неприемлемый контент и онлайн-хищники, нацеленные на детей и подростков.



Детям и подросткам интернет необходим для выполнения школьных заданий, общения с учителями и другими учениками, интерактивных игр и выполнения других задач. Это прекрасное место для обучения и общения. Но родители должны быть в курсе того, что их дети видят и слышат в Интернете, с кем общаются и что рассказывают о себе. Ниже приведено несколько рекомендаций, которые помогут обеспечить безопасность детей в интернете.

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Дети и подростки используют интернет по-разному и для разных целей по мере взросления. Родители детей из каждой возрастной группы беспокоятся о разных вещах и хотят контролировать разные действия. Однако есть набор общих рекомендаций, которые следует помнить родителям детей и подростков любого возраста.

Храните имена пользователей и пароли в безопасности

Для многих используемых детьми веб-сайтов требуется имя пользователя и пароль. Убедитесь, что дети знают, что эту ин-



формацию нельзя передавать никому, даже друзьям. Возможно, никто не хочет причинить ребенку никакого вреда, но даже в розыгрышах из лучших побуждений что-то может пойти не так и доставить неприятности. Храните имена пользователей и пароли в секрете и обязательно меняйте пароли, если подозреваете, что кто-то мог их узнать.

Периодически меняйте пароли

Наряду с напоминанием детям о том, что никому нельзя сообщать свои пароли, также рекомендуется периодически менять пароли. Утечки данных происходят постоянно, а утечка паролей подвергает риску кражи личных данных и другим проблемам с кибербезопасностью. Настройте расписание смены паролей учетных записей каждые 3-6 месяцев или каждый раз, когда платформа сообщает о взломах или утечках данных. Вы можете использовать менеджер паролей, чтобы отслеживать все свои пароли в интернете и упростить их поиск вашим детям.

Не разглашайте личную информацию в интернете

Дети и подростки не должны сообщать никому в интернете свое полное настоящее имя, адрес, район проживания, номер телефона и прочие данные. Общее правило: никогда не сообщать информацию, которая могла бы помочь интернет-хищникам найти их. Даже небольших деталей, таких как название школы или

спортивной команды, достаточно, чтобы раскрыть личность. Если дети используют сайты, позволяющие общаться с незнакомцами, например, платформы социальных сетей, убедитесь, что они знают, что эта информация является конфиденциальной.

Будьте внимательны в социальных сетях

Действия детей и подростков в социальных сетях требуют особой осторожности и внимания. Интернет огромен, но компрометирующие фотографии, грубые комментарии и личная информация могут оставить сильный след, и часто навсегда. Напомните детям, что все опубликованное в интернете сразу становится общедоступным, и любой может увидеть это. Даже частные учетные записи иногда подвергаются утечкам или атакам злоумышленников. Если вы не хотите, чтобы какой-либо неприятный момент повторялся и тревожил ваших детей, объясните им, что нужно внимательно относиться своим публикациям.

Используйте надежное решение для кибербезопасности

Kaspersky Safe Kids помогает защитить детей, когда они находятся в сети. Это решение можно использовать на всех устройствах вашего ребенка. Оно состоит из двух приложений: одно нужно установить на устройство ребенка, второе – на смартфон родителя, чтобы просматривать отчеты и менять настройки. Встроенный родительский контроль даже позволяет управлять временем, которое дети проводят перед экраном на разных устройствах.



Проверяйте возрастные ограничения

Многие приложения и веб-сайты имеют собственные возрастные ограничения для создания учетных записей, просмотра и регистрации. Но проблема в том, что на большинстве таких сайтов фактически нет функции проверки возраста. Например, Facebook, Snapchat и Myspace разрешают доступ только с 13 лет, но дети могут указать другой возраст и зарегистрироваться в любом случае.

Объясните опасность передачи геоданных

Почти все современные приложения и веб-сайты имеют функции отметки геопозиции или передачи данных о местоположении. Дети и подростки должны знать, чем опасно сообщать о своем местоположении, и что не следует неосознанно соглашаться с таким условием во всплывающих окнах приложений. Публичная демонстрация данных о местоположении подвергает детей различным опасностям: от сетевых интернет-хищников, которые могут найти их, до риска кражи личных данных. Убедитесь, что дети понимают, что означает, когда в приложении спрашивается, можно ли передавать данные о местоположении.



Создайте список правил использования интернета

Один из лучших способов управлять использованием интернета детьми всех возрастов – это сесть и совместно составить список правил использования интернета в соответствии с их потребностями. Вы можете показать ребенку сайты для детей и подростков, поговорить о том, почему важно установить правила, и попросить их поделиться, если он чувствует себя некомфортно или ему угрожает что-то, найденное в интернете, и т. д. Установите границы, но будьте реалистом.

Используйте одинаковые правила при общении онлайн и лично

Научите детей тому, что к онлайн и к личному общению применимы одни и те же правила. При общении в интернете и написании комментариев лучше оставаться добрым и вежливым, не следует писать ничего такого, что не смогли бы сказать в лицо. Это также применимо и при анонимной публикации сообщений. Публикация обидных и грубых вещей – это не только некрасиво и нелестно по отношению к другим, но также может навредить репутации вашего ребенка.

Установите родительский контроль

Настройте и пересмотрите параметры родительского контроля на всех своих устройствах в соответствии с возрастом ваших детей. Это поможет защитить детей от доступа к неприемлемому контенту в интернете. Параметры контроля можно настроить несколькими способами, например, обеспечить доступ детей только к соответствующему их возрасту контенту, установить время использования устройства, контролировать активность и запретить передачу личной информации. В дополнение к родительскому контролю можно также использовать инструменты фильтрации и мониторинга. Периодически проверяйте и обновляйте эти программы. Здесь приведена информация о потенциально опасных для детей приложениях и веб-сайтах.

Используйте антивирусные программы

Помимо родительского контроля, используйте на всех устройствах антивирусные программы. Они защищают подключенные к интернету устройства от входящих угроз, а также выявляют, уничтожают и предупреждают о возможных угрозах для системы. Антивирусные программы не отстают от современных угроз и помогают обнаруживать новые постоянно появляющиеся вирусы.

Расскажите о существовании фальшивых рекламных объявлений

Обсудите с детьми рекламные программы и мошенничество, связанное с фальшивыми рекламными объявлениями, с которыми они могут столкнуться в интернете. Некоторые объявления выглядят как реальные предложения, побуждающие загрузить фальшивое приложение, зарегистрироваться для участия в розыгрыше или предоставить личную информацию в обмен на бесплатные продукты. Они также могут быть представлены в виде ссылок, которыми можно поделиться с друзьями или опубликовать в социальных сетях. Если дети знают о существовании таких видов рекламы и мошенничества, они с меньшей вероятностью попадутся на них, столкнувшись в Интернете.



Объясните детям об опасности личных встреч с незнакомцами

Дети никогда не должны лично встречаться с незнакомцами, с которыми они общались в интернете, если за такой встречей не наблюдает родитель. Объясните детям и подросткам, что не следует общаться с незнакомцами лично. Интернет-хищники или участники кибербуллинга (травли) могут скрываться, чтобы ребенок не понял, что общается с кем-то из интернета.

Мониторинг истории поиска в интернете

Родителям детей любого возраста рекомендуется периодически проверять историю браузера, чтобы понять, какие сайты посещают их дети. Убедитесь, что в настройках браузера включено отслеживание истории, и проверяйте ее на всех устройствах с доступом в интернет. Если вы столкнетесь с подозрительными сайтами, спросите о них у ребенка. Продемонстрируйте детям максимальную открытость при отслеживании их действий в интернете, чтобы они не ощущали, что за ними шпионят.

ВОЗРАСТНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

В дополнение к общим, существуют также возрастные рекомендации, которые следует учитывать при использовании интернета детьми.

2 – 4 года

- Не допускайте самостоятельного времяпрепровождения в интернете.
- Не допускайте никаких пугающих изображений, ни реальных, ни вымышленных.
- Не позволяйте детям переходить по ссылкам.
- Ограничьте время, проводимое за компьютером.
- Прививайте базовые навыки работы с компьютером с помощью соответствующих возрасту игр и образовательных программ.

5 – 7 лет

- Не допускайте самостоятельного времяпрепровождения в интернете или с телефоном.
- Не допускайте никаких пугающих изображений, ни реальных, ни вымышленных.
- Не позволяйте детям переходить по ссылкам.
- Используйте удобные для детей поисковые системы с родительским контролем.
- Настройте фильтры по возрасту.
- Ограничьте время, проводимое в интернете.
- Ограничьте детей списком любимых сайтов, который вы составите вместе.
- Убедитесь, что подключенные к интернету устройства находятся в открытом доступе, где вы можете их наблюдать.
- Заблокируйте использование средств обмена мгновенными сообщениями, электронной почты, чатов, мобильного интернета, обмена текстовыми, графическими и видео сообщениями, а также доступ к доскам сообщений.
- Научите детей никогда не разглашать личную информацию в интернете.

8 – 10 лет

- Обсудите с детьми, что им интересно в интернете.
- Расскажите детям об опасностях, скрывающихся в интернете.
- Научите детей никогда не разглашать личную информацию.
- Избегайте пугающих образов.
- Объясните детям, как правильно общаться с друзьями в интернете.
- Попросите детей рассказывать вам о случаях, когда они сталкиваются в интернете с чем-то, что вызывает у них чувство неловкости.
- Проводите время в интернете совместно с детьми или ограничьте им доступ только набором одобренных сайтов.
- Размещайте подключенные к интернету устройства в открытой общей зоне.
- Установите родительский контроль, соответствующий возрасту ребенка.
- Используйте инструменты фильтрации и мониторинга.



- Используйте удобные для детей поисковые системы.
- Запретите использование средств обмена мгновенными сообщениями, чатов и сайтов социальных сетей, предназначенных для более взрослой аудитории.
- Попросите ребенка использовать тот же адрес электронной почты, который используете вы сами, или специальный адрес, к которому у вас есть доступ.
- Просите детей открыто рассказывать о своих действиях в интернете.

11 – 13 лет

- Не размещайте устройства, подключенные к интернету, в детских комнатах.
- Установите родительский контроль, соответствующий возрасту ребенка.
- Используйте инструменты фильтрации и мониторинга.
- Контролируйте все устройства с доступом в интернет: сотовые телефоны, игровые устройства, iPod и КПК.
- Просите детей рассказывать об их действиях в сети и людях, с которыми они общаются.
- Запретите детям разглашать личную информацию без вашего разрешения.
- Объясните детям, что не следует организовывать личные встречи с людьми, с которыми они познакомились в Интернете.
- Требуйте у детей доступ к их электронной почте и чатам.
- Ограничьте общение посредством мгновенных сообщений списком друзей, который вы одобряете.
- Заблокируйте доступ к чатам.
- Научите детей общаться с незнакомцами в интернете.
- Расскажите детям о неэтичном поведении в интернете, в том числе о буллинге (травле), распространении сплетен, угрозах, ненормативной лексике и прочих неприятностях.
- Проверяйте историю браузера, чтобы отслеживать поведение детей в интернете.
- Соблюдайте минимальный возраст для регистрации в социальных сетях (например, 13 лет для Myspace и Facebook).
- Поощряйте посещение детьми соответствующих возрасту сайтов, таких как TweenLand, ClubPenguin и прочих.

- Не позволяйте детям публиковать фотографии или видео без вашего разрешения.

14 – 18 лет

- Составьте список правил использования интернета для вашего дома.
- Установите родительский контроль, соответствующий возрасту ребенка.
- Используйте инструменты фильтрации и мониторинга.
- Ознакомьтесь с приложениями для обмена сообщениями, которые используют ваш ребенок.
- Контролируйте устройства с выходом в интернет, помимо компьютеров, такие как сотовые телефоны, игровые устройства, iPod и КПК.
- Храните устройства с доступом к интернету на виду, вне детских комнат.
- Обсуждайте с подростками друзей, с которыми они познакомились в интернете, и говорите об их действиях в сети.
- Поговорите с подростками о том, что не следует общаться с незнакомцами посредством мгновенных сообщений, и совместно составьте список друзей.
- Убедите подростков спрашивать у вас одобрения, прежде чем заводить знакомства в сети.



- Сопровождайте подростков на встречу с людьми, с которыми они познакомились в интернете, но еще не знают лично.
- Научите подростков не разглашать личную информацию.
- Расскажите подросткам о неэтичном поведении в интернете, в том числе о буллинге (травле), распространении сплетен, угрозах, ненормативной лексике и прочих неприятностях.
- Защитите подростков от спама, объяснив им, что не следует раскрывать свой адрес электронной почты в интернете и отвечать на нежелательную почту.
- Расскажите подросткам о законах об авторском праве и ответственном поведении в интернете.
- Отслеживайте все финансовые операции, совершаемые подростками в интернете, в том числе заказ, покупку или продажу товаров.
- Просите подростков рассказывать вам о неприемлемых материалах или нежелательных комментариях сексуального характера, которые они получили в интернете.
- Расскажите подросткам, на что нужно обращать внимание или запрашивать перед загрузкой файлов из интернета.
- Выборочно проверяйте историю браузера, чтобы узнать, какие сайты посещал подросток.

Обеспечение безопасности детей в интернете так же важно, как и в реальном мире. Существует множество причин, по которым дети хотят и должны использовать интернет: от выполнения школьных заданий до посещения виртуальных мероприятий, внеклассного обучения и интерактивных игр с друзьями. Интернет – это богатый ресурс и интересное место для общения, если дети и подростки знают, как использовать его безопасно и избегать потенциальных угроз.

Безопасность в интернете достигается постоянными разговорами с детьми о том, как и для чего используется интернет, и знанием, как обеспечить их защиту. Понимание того, почему дети выходят в интернет, с кем они там взаимодействуют и какие сайты посещают, очень важно для обеспечения их безопасности. Также крайне важно информировать их о рисках, связанных интернетом, о безопасном и вежливом общении в интернете и о действиях в случае, если они столкнулись с чем-то неуместным.