

## **Берегите детей от социальных сетей**

Начался учебный год. Дети после уроков дома. Компьютер рядом. А в нем социальные сети – такие соблазнительные и такие опасные.

По статистике 66% мальчиков и 69% девочек являются ежедневными пользователями интернета. Из них 50% школьников пользуются интернетом с мобильных устройств.

По информации Фонда Развития Интернет по нашей стране 80% детей (с 10 лет) заходят в Интернет из тех мест, где родители их не контролируют. Каждый 6-ой ребенок проводит в сети больше суток в неделю. Несмотря на это, лишь треть родителей реально обеспокоена тем, какие страницы их чадо просматривает в Сети.

По данным «Лаборатории Касперского», самыми распространенными угрозами для детей в социальных сетях являются порнографический контент, педофилия и кибербуллинг — подростковый виртуальный террор. Общение в соцсетях также опасно мошенничеством, в том числе и от лица «друзей», и потенциальным пересечением с преступниками. На сегодняшний день опасными социальными сетями являются — Вконтакте (самая опасная), «Одноклассники», Интернет-магазины, сайты с порнографией и эротикой, веб-почта и нелегальный софт. Эти ресурсы могут нести опасность не только для психики ребенка, безопасности компьютера, но и для вашего кошелька.

О том, что социальные сети опасны для детей, написано и пишется не мало. У детей, выросших в социальных сетях, утрачиваются навыки межличностного общения, развивается синдром гиперактивности, отмечается подъем психотических проявлений, таких как бред, беспокойство, спутанность сознания, тревога, повышенная уязвимость, формируется ощущение безнаказанности, отсутствуют знания о добре и зле, о моральных законах социума, о границах поведения и т.д. Часть информации, которую дети публикуют на своих страницах, может сделать их уязвимыми для фишинговых сообщений, киберугроз и интернет-похитителей.

Понятно, что нельзя полностью оградить ребенка от интернета, да это было бы неправильным. К тому же опасности достигнут ребенка лишь тогда, когда он будет в социальных сетях находиться больше, чем в реальном мире.

Если ребенок находится в социальной сети более 4 часов в день, он в два раза чаще страдает от депрессии, и в три раза от расстройства сна, нежели тот, кто проводит в социальных сетях ограниченное количество времени.

**Что же делать? Вот несколько советов по защите детей от угроз социальных сетей, предложенных на сайте «Microsoft Центр безопасности»:**

- **Поговорите с детьми об их опыте общения в социальных сетях.** Дайте им понять, что вы вместе с ними постараетесь найти удачный выход из сложившейся ситуации, если она возникнет.

- **Установите собственные правила пользования Интернетом у вас дома.** В них должно быть указано, могут ли дети использовать сайты социальных сетей и каким образом.
  - **Проследите за тем, чтобы дети соблюдали возрастные ограничения на сайте.** Не разрешайте пользоваться сайтами социальных сетей детям, не достигшим 13 — летнего возраста.
  - **Научитесь пользоваться сайтом.** Узнайте, существует ли на сайте контроль над публикуемым содержимым, установите его при необходимости, периодически просматривайте страницу вашего ребенка.
  - **Настаивайте на том, чтобы дети никогда лично не встречались с тем, с кем они общались только по Интернету, и попросите их общаться только с теми, кого они знают лично.** Иногда бывает недостаточно просто сказать детям, чтобы они не разговаривали с незнакомыми людьми.
  - **Проследите за тем, чтобы ваши дети не указывали свои полные имена.** Не разрешайте им публиковать полные имена своих друзей.
  - **Опасайтесь наличия в профиле ребенка информации, по которой можно идентифицировать его личность.** В противном случае, ваши дети могут подвергаться киберугрозам, атакам со стороны интернет-преступников, интернет-мошенников или краже личных данных. Будьте бдительны, если дети разглашают эту и другую информацию, которую можно использовать для их идентификации, например школьный талисман, рабочие места и название города проживания.
  - **Посоветуйте выбрать сайт, который не столь широко используется.** Некоторые сайты позволяют обеспечить защиту с помощью пароля или другими способами, чтобы ограничить круг посетителей, разрешив его только тем лицам, которых знает ребенок.
  - **Следите за деталями на фотографиях.** Попросите детей не публиковать фотографии себя или своих друзей, на которых имеются четко идентифицируемые данные, такие как названия улиц, государственные номера автомобилей или название школы на одежде, которые могут раскрывать много личной информации.
  - **Предостерегите своего ребенка относительно выражения собственных эмоций перед незнакомцами.** Объясните детям, что многое из публикуемого сможет прочесть любой пользователь, имеющий доступ в Интернет, а также, что похитители часто ищут эмоционально уязвимых детей.
  - **Расскажите детям об интернет-угрозах.** Если у них возникнет ощущение, что им угрожают через Интернет, то они должны немедленно сообщить об этом родителям, учителю или другому взрослому человеку, которому они доверяют.
  - **Удаление страницы.** Если ваши дети откажутся следовать установленным правилам, которые предназначены для их безопасности и вы безуспешно пытались их убедить следовать им, то вы можете обратиться на сайт социальной сети, который использует ваш ребенок, и попросить удалить его страницу. Можно также обратить внимание на средства фильтрации интернет-содержимого.
- И ещё, как это ни банально, **читайте с детьми книги, смотрите вместе фильмы, ходите в музеи, играйте в совместные игры, разговаривайте и объясняйте.**