

Институт психологии им. Г.С. Костюка Национальной академии педагогических наук Украины
"Киевстар" - национальный лидер телекоммуникаций

ДЕТИ В ИНТЕРНЕТЕ: КАК НАУЧИТЬ БЕЗОПАСНОСТИ В ВИРТУАЛЬНОМ МИРЕ

ПОСОБИЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



З думкою про Вас

 КИЇВСТАР

ДЕТИ В ИНТЕРНЕТЕ: КАК НАУЧИТЬ БЕЗОПАСНОСТИ В ВИРТУАЛЬНОМ МИРЕ

Игорь Владимирович Литовченко,
Сергей Дмитриевич Максименко, Сергей Иванович Болтivec,
Мирослав-Любомир Андреевич Чепа, Наталья Михайловна Бугаёва.
– К.: Издательство ООО «Издательский Дом “Аванпост-Прим”», 2010. – с. 48. –
(Пособие для родителей).

В пособии отражены возможности современных информационных технологий – интернета, сотовой (мобильной) связи. Показаны способы безопасного поведения ребёнка в виртуальном пространстве, предотвращающие негативное влияние на его психическое и физическое здоровье.

Пособие адресовано родителям, дедушкам и бабушкам, педагогическим работникам, работникам социальных служб для детей и молодёжи.

Рецензенты:

Быков В.Ю., доктор технических наук, профессор, директор Института информационных технологий и средств обучения Национальной АПН Украины.

Жолдак М.И., доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой информационных технологий Национального педагогического университета им. М.П. Драгоманова, академик Национальной АПН Украины.

Чепелёва Н.В., доктор психологических наук, профессор, заместитель директора по научной работе Института психологии им. Г.С. Костюка Национальной АПН Украины.

Рекомендовано Учёным советом:

Института психологии им. Г.С. Костюка Национальной АПН Украины,
протокол № 8 от 27 августа 2010 года.

© И.В. Литовченко, 2010

© С.Д. Максименко, 2010

© С.И. Болтivec, 2010

© М.-Л.А. Чепа, 2010

© Н.М. Бугаева, 2010

ВСТУПЛЕНИЕ

Совершенствование информационных технологий создаёт условия для эффективного развития современного общества. Коммуникационные средства, став неотъемлемой частью жизни людей, проникли во все сферы их деятельности. Мобильные телефоны, коммуникаторы, компьютеры и Глобальная Сеть – интернет, расширив коммуникационные, пространственные и временные границы, открыла новые возможности для общения, образования, работы, отдыха и творческой самореализации личности.

Число пользователей мобильных телефонов и интернета с каждым днём неуклонно увеличивается. Большую их часть составляет молодёжь.

Несмотря на безусловную положительную роль, которую оказывают современные коммуникационные средства и интернет на человека, существуют определённые риски использования информационных технологий. Особой опасностью в незащищённом информационном пространстве подвергаются дети. В интернете может находиться информация агрессивного и социально опасного содержания. Предпочтение виртуального мира реальности способно оказать негативное влияние на психику и здоровье ребёнка и вызывать не только ухудшение зрения, повышенную тревожность, раздражительность, социальную дезадаптацию, но и развитие зависимого поведения.

По данным «Центра цифровых технологий будущего», 25% взрослых выражают озабоченность тем, что их дети проводят в интернете слишком много времени, 53% считают киберпреступность реальной угрозой, а 63% обеспокоены общением детей в виртуальных сообществах, которые пугают современных родителей также, как предыдущие поколения боялись негативного влияния, которое оказывает «улица» на их детей.. При этом 46% пользователей Всемирной Сети, относящихся к молодёжной аудитории, встречались лично со своими виртуальными знакомыми. Для некоторых людей интернет может быть единственным источником общения, но следует помнить, что виртуальная реальность никогда не заменит собой гармонических взаимоотношений и полноценного общения между людьми.



Директор Национального института психологии им. Г.С. Костюка НАПН Украины, доктор психологических наук, профессор Сергей МАКСИМЕНКО

ВСТУПЛЕНИЕ

«Киевстар» – социально ответственная компания, мы заботимся о том, чтобы технологии, которые становятся частью жизни украинцев, приносили максимум пользы украинским семьям и обществу. Потому, являясь одним из крупнейших интернет-провайдеров в стране, мы уделяем значительное внимание вопросам безопасности использования Сети, прежде всего, детьми. Наша цель – научить наших клиентов, родителей, детей и учителей правилам поведения в интернете. Для этого «Киевстар» внедряет специальную программу, частью которой является пособие, которые Вы держите в руках.

Дети молниеносно осваивают все последние новинки – социальные сети, игры, программы. Интернет помогает им развиваться и учиться. При этом интернет – анонимен и трудно контролируем. Дети любознательны, у них еще нет того жизненного опыта, который позволил бы им определить обман и манипуляцию. Именно поэтому сознательность и подготовленность каждого пользователя является основным залогом его безопасности. Очевидно, что без содействия взрослых, наши дети – возможно, более «продвинутые» в Сети, но наивные в жизненных ситуациях, – могут попасть в руки к онлайн мошенникам и кибер-преступникам.

В 2009 году «Киевстар» инициировал проведение всеукраинского социологического исследования «Знание и отношение украинцев к вопросу безопасности детей в интернете». Его результаты показали, что 76% родителей даже не знают, какие сайты посещают их дети. К тому же большинство учителей и родителей недостаточно разбираются в инновационных технологиях и не знают о многих возможностях и опасностях сети. Поэтому не всегда могут предусмотреть те угрозы и риски, с которыми может столкнуться ребенок в онлайн. Главный вред, по мнению родителей, связанный с использованием интернета – это угроза снижения зрения. И в качестве меры предосторожности родители либо ограничивают время проведения в Сети, либо вовсе запрещают ребенку пользоваться ею. Таким образом, старшее поколение игнорирует тот факт, что интернет сегодня стал неотъемлемой частью жизни и социума для наших детей

Наша задача как взрослых и родителей – научить детей использовать интернет правильно. Так же, как мы учим детей безопасности в реальной жизни – на улице и дороге, нам необходимо научить их безопасному поведению в виртуальной жизни – в интернете. Это пособие и призвано помочь родителям справиться с этой задачей. В нем просто и понятно изложены основные правила и рекомендации, как создать у себя дома территорию безопасного интернета.



президент «Киевстар»
Игорь ЛИТОВЧЕНКО

СОДЕРЖАНИЕ

Вступление

Интернет сегодня	5
Интернет и развитие современного ребенка	6
Интернет-угрозы для детей	
Чем занимаются дети в интернете?	8
Ответственность родителей: как разобраться в проблеме	12
Как правильно организовать интернет-жизнь ребенка	27
Технические средства защиты: как обезопасить своего ребенка в интернете	29
Эксперты рекомендуют: советы по интернет-безопасности	31
если Вашему ребенку от 5 до 7 лет	32
если Вашему ребенку от 8 до 10 лет	34
если Вашему ребенку от 11 до 14 лет	37
если Вашему ребенку от 15 до 18 лет	39
Полезные ресурсы	41
«Горячие» контакты по интернет-безопасности	41
Узнайте больше: полезные сайты по теме (для родителей)	42
Сноски	43
Список использованных материалов	44
Памятка для родителей	46

ВСТУПЛЕНИЕ

ИНТЕРНЕТ СЕГОДНЯ

Почти 1,8 млрд. людей в мире подключены к Сети¹. Ежегодно растет число пользователей, среди которых все больше – детей и подростков. В развитии интернета выделяют три этапа:

1. От бурного роста систем обработки информации (*в это время активизировались поисковики Yahoo, Google*)
2. К распространению коммуникации и электронной коммерции (*онлайн-магазины Amazon, Ebay*)
3. И третьему этапу, когда интернет стал огромной средой общения (*соцсети и блоги Facebook, YouTube, Skype, Twitter, Blogger, MySpace и др.*).

Уровень проникновения интернета в Украине, по последним исследованиям², составляет около 20%. То есть, почти каждый 5-й украинец пользуется Сетью³.

Еще пять лет назад пользователями интернета были преимущественно жители крупных городов, которые использовали проводные технологии и широкополосный доступ. Сейчас же благодаря развитию мобильного интернета через технологии WAP и GPRS/EDGE, проникновение Сети стремительно растет⁴ даже в небольших населенных пунктах, а возраст пользователей снижается до 7-8 лет.

Количество интернет-пользователей в стране увеличивается – за счет расширения кабельной сети в больших городах, а также подключений к мобильному интернету в селах и маленьких городках, где нет фиксированного доступа. Так, только за первый квартал 2010 года число пользователей мобильного интернета от «Киевстар» - ведущего телеком-оператора страны - по технологии GPRS/EDGE возросло ровно на 25%. Теперь их общее количество превысило 2 млн. человек, среди которых не только взрослые, а и много молодежи – студенты, школьники.

Налоговые отчисления от предоставления интернет-услуг и электронной коммерции – это растущая статья доходов в госбюджет. Развивающаяся индустрия поддерживает экономику и предоставляет новые информационные возможности для населения. Эксперты выводят любопытную формулу – рост



уровня проникновения фиксированного интернета хотя бы на 10% влечет за собой 1,3% рост ВВП⁵.

Мобильная связь делает интернет доступнее, а значит, все больше людей открывают для себя необъятный мир информации. Так, ежедневно поисковая машина Google обрабатывает около миллиарда запросов, пользователи сервисов обмена сообщениями (ICQ, Jabber и др.) пишут по 80 миллиардов сообщений, аудитория социальных сетей (Facebook, MySpace, LinkedIn, ВКонтакте и др.) превышает 250 миллионов человек! ■

ИНТЕРНЕТ И РАЗВИТИЕ СОВРЕМЕННОГО РЕБЕНКА

Сетевые технологии являются естественной частью жизни детей и современной молодёжи.

Неумение работать с компьютером и ориентироваться в интернет-пространстве в современном обществе может быть приравнено к отсутствию умения писать и читать.

Компьютер является не только развлечением, но и средством общения, самовыражения и саморазвития. В киберпространстве существует множество специальных сайтов на разных языках, рассчитанных на детей различного возраста. Самостоятельное познание информационного мира позволяет расширить кругозор ребёнка и способствует его дополнительному образованию, стимулирует предприимчивость, приучает к самостоятельному решению задач.

Помимо этого Всемирная Сеть удовлетворяет потребность подростков в лидерстве. Дети, хорошо знающие компьютер и интернет, более адекватно оценивают свои способности и возможности, они более целеустремлённы и сообразительны, чем сверстники, не умеющие пользоваться компьютером. Чтобы полноценно ориентироваться в виртуальном пространстве, ребёнку нужно учиться структурировать большие потоки информации, помня об основных правилах безопасности в Сети.

Чем привлекает интернет детей и подростков?

разнообразное общение,
утоление любопытства и информационного голода,
поиск новых форм самовыражения,
анонимность и виртуальная свобода (моделирование множеств «Я»),
обретение чувства общности и принадлежности к группе.

Обучающие, развивающие и развлекающие компьютерные программы ориентированы на детей всех возрастов. С помощью обучающих компьютерных онлайн-программ дети в занимательной игровой форме усваивают основы письма и счёта, учатся рисовать и моделировать, приучаются к самостоятельной работе и получают представление об окружающем мире. Решение занимательных задачек формирует у дошкольников навыки учебной деятельности. В задачу развивающих программ и игр входит совершенствование памяти, внимания, мышления, логики, наблюдательности, тренировка скорости реакции и т. д. Существует множество игр, способных вызвать интерес у детей школьного возраста по экономике, социологии, истории, литературе и несущих воспитательное и образовательное начало.

Интерактивные игры и электронные раскраски содержат комментарии, объясняющие и направляющие действия ребёнка. Работая с такой програм-



Необходимо, чтобы безопасные участки интернет-пространства, выполняя все функции по развитию и образованию детей, а также проведению их досуга, не несли вред психическому и физическому здоровью подрастающего поколения.



мой, ребёнок имеет возможность оценивать, дорабатывать и исправлять результаты собственной работы. Логические игры развивают мышление и пространственное воображение (например, дают возможность ребёнку учиться распознавать и запоминать различные геометрические фигуры и цвета)

Дети дошкольного и младшего школьного возраста с удовольствием проходят повторно этапы обучающей игры. Многократное повторение способствует лучшему усвоению и запоминанию учебного материала и стимулирует к самостоятельному поиску наиболее эффективных путей решения поставленных задач.

Компьютерные образовательные программы для подростков направлены на ускорение и оптимизацию процесса обучения и нацелены на повышение удобства подачи учебного материала за счёт его максимальной



структурированности и изложения в занимательной форме. Обучающие программы позволяют осваивать новые цифровые технологии и учат свободней ориентироваться в информационном пространстве.

Современный подход к обучению позволяет повысить качество и скорость осознания, понимания и запоминания учебного материала, который необходимо усвоить ребёнку.

Будущее предъявляет новые требования к подрастающему поколению, которому необходимо формирование определённых социальных и профессиональных навыков, позволяющих жить в современном цифровом обществе.

ИНТЕРНЕТ-УГРОЗЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ

ЧЕМ ЗАНИМАЮТСЯ ДЕТИ В ИНТЕРНЕТЕ?

Дети, как наиболее активная и любопытная аудитория, часто первыми знакомятся с новыми технологиями, в частности интернетом, опережая в технической грамотности родителей. В этом есть как плюсы: повышение уровня эрудированности, навыки общения с разными людьми, так и минусы. Отсутствие жизненного опыта нередко повышает риск стать жертвой онлайн-угроз, таких как:

онлайн-насилие,

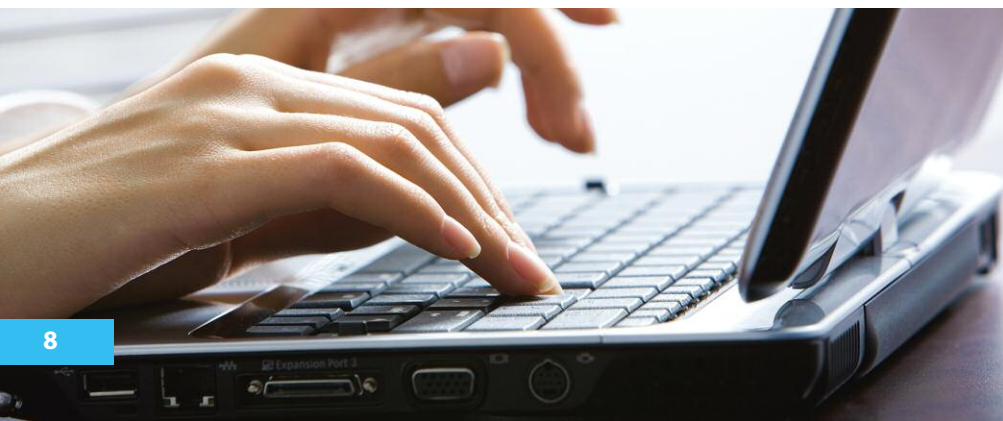
мошенничество,

порнография,

получение личной информации с целью ее преступного использования в реальной жизни.



76% родителей не знают, какие сайты посещают их дети. А вы?



В 2009 году «Киевстар» инициировал проведение всеукраинского социологического исследования «Знание и отношение украинцев к вопросу безопасности детей в интернете», которое выполнил Институт социологии НАН Украины.



ТРЕВОЖНАЯ СТАТИСТИКА:

- более **28%** опрошенных детей готовы переслать свои фотографии незнакомцам в Сети.
- **17%** без колебаний соглашаются сообщить информацию о себе и своей семье - место жительства, профессия и график работы родителей, наличие в доме ценных вещей и т. д. О том, для чего посторонним может потребоваться такая информация, дети, как правило, не задумываются.
- **22%** детей периодически попадают на сайты для взрослых.
- **28%** детей, увидев в интернете рекламу алкоголя или табака, хоть раз пробовали их купить, а **11%** - пытались купить наркотики.
- около **14%** опрошенных время от времени отправляют платные SMS за бонусы в онлайн-играх и лишь немногие обращают внимание на стоимость такой опции.

Исследование «Киевстар» также показало: 87% родителей считают, что именно они должны обучать детей правилам безопасного пользования мобильным интернетом. Однако лишь в 18% случаев взрослые проверяют, какие сайты посещает ребенок. Причины разные – кто-то не знает, какие ресурсы могут быть опасными, а кто-то попросту не умеет пользоваться журналом посещения сайтов. Большинство родителей – 32% - опасаются, что у ребенка ухудшится зрение от компьютера, потому просто ограничивают время использования ребенком Сети. Только 11% родителей знают о таких онлайн-угрозах, как взрослый контент, азартные игры, онлайн-насилие, мошенничество и другие.



Результаты исследования подтвердили, что родители недостаточно осведомлены о том, как защитить детей и научить их безопасному использованию Сети. Это пособие создано «Киевстар» в рамках социальной программы «Безопасность детей в интернете», и оно поможет Вам:

- стать более «продвинутым» интернет-пользователем,
- узнать, какие сайты посещает ребенок, научить его правильному онлайн-поведению, показать безопасные и полезные сайты для детей.
- узнать, какие программы нужно установить на компьютер, чтобы защитить ребенка от онлайн-угроз.

ЧТО ДЕЛАЮТ ДЕТИ И ПОДРОСТКИ В ИНТЕРНЕТЕ?



Общаются – знакомятся и ищут новых друзей в социальных сетях, чатах, участвуют в дискуссиях и виртуальных форумах.

Учатся и развиваются – просматривают контрольные, рефераты и курсовые работы, читают новости, повышают свой образовательный уровень, осваивают новые уровни технической и медийной грамотности.

Развлекаются – играют в игры, слушают музыку, смотрят фильмы и видеоролики.

В виртуальной среде дети и подростки стремятся расслабиться и абстрагироваться от психологических проблем реального мира, дать выход накопившимся эмоциям, интересно провести время.

Виртуальное игровое пространство позволяет детям реализовывать следующие потребности: потребность в игре, развлечении; потребность в достижении поставленной цели; потребность в саморазвитии, выработке положительных качеств: ловкости, смелости, умению преодолевать препятствия и т. д.; потребность в преодолении поражения и неудачи; потребность в уважении и самоуважении; потребность в автономии, проявляющаяся в стремлении к освобождению от существующих правил и порядков, снятию социальных табу; потребность в доминировании; потребность в агрессии; потребность в избегании опасности и т. д.⁶





Немного статистики

- Школьников интересуют такие ресурсы сети, как YouTube, Google и Facebook, Wikipedia, eBay и MySpace, а так же фан-сайты.
- Мальчики более восприимчивы к информации, которую несут изображения и картинки, а девочки предпочитают тексты.
- Для девочек сложность представляет навигация сайтов и особенности пользования интернет ресурсами. Мальчики свободнее ориентируются в ресурсах сайтов и в навигации.
- Девочки при работе с компьютером нередко прибегают к помощи взрослых, а мальчики предпочитают самостоятельно разбираться в проблемных вопросах и находить решения ответов.
- Мальчики отдадут предпочтение интернет-магазинам, играм и ресурсам «взрослого содержания», а девочки – музыкальным сайтам, развлекательным ресурсам и сайтам, посвящённым знаменитостям.
- К социальным сетям мальчики и девочки проявляют равный интерес.
- Мальчики вдвое чаще девочек посещают порнографические сайты и сайты с эротическим содержанием⁷.

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ РОДИТЕЛЕЙ: КАК РАЗОБРАТЬСЯ В ПРОБЛЕМЕ

Дети проявляют повышенный интерес ко всему новому, яркому, необычному, они более подвержены внешнему влиянию, более любопытны, чем взрослые и используют интернет в качестве одного из наиболее универсальных способов исследования и познания окружающего мира. Однако такие психологические особенности, как недостаточная развитость саморегуляторных механизмов, слабый волевой и эмоциональный контроль, импульсивность поведения делают детей наиболее уязвимыми для информационных и программно-технических угроз. Поэтому внимание родителей к интернет-безопасности детей бесспорно является очень важным.



Дети не могут реально оценить уровень достоверности и безопасности материалов, содержащихся в интернет-пространстве. Веб-сайты агрессивной направленности представляют для них серьёзную угрозу. Доступность интернет-ресурсов для несовершеннолетних предъявляет повышенные требования к качеству, достоверности и безопасности информации, содержащейся в Сети.

Не смотря на существующие в настоящее время общие нормы сетевого этикета (нетикет, сетикет), границы вседозволенности в интернет-пространстве ещё достаточно широки. Ограничения касаются, в основном, поведения на форумах и в чатах (запрещение использования ненормативной лексики в репликах и никах, запрет на прямое оскорбление собеседников и т. д.) и правил обмена информацией (e-mail этикет: ограничение объёма пересылаемых файлов и т. д.),

Родители жалуются, что их дети слишком много времени путешествуют в интернете, в ущерб другому проведению досуга – почти не бывают на свежем воздухе, мало двигаются, не успевают в школе. Нарушения социальной адаптации и недостаточное внимание со стороны родителей делают виртуальный мир наиболее предпочтительным для ребёнка. Отсутствие реальных интересов и целей в жизни вызывает нарушение баланса в восприятии ребёнка и тогда киберпространство становится для него более значимым, чем действительная жизнь. →

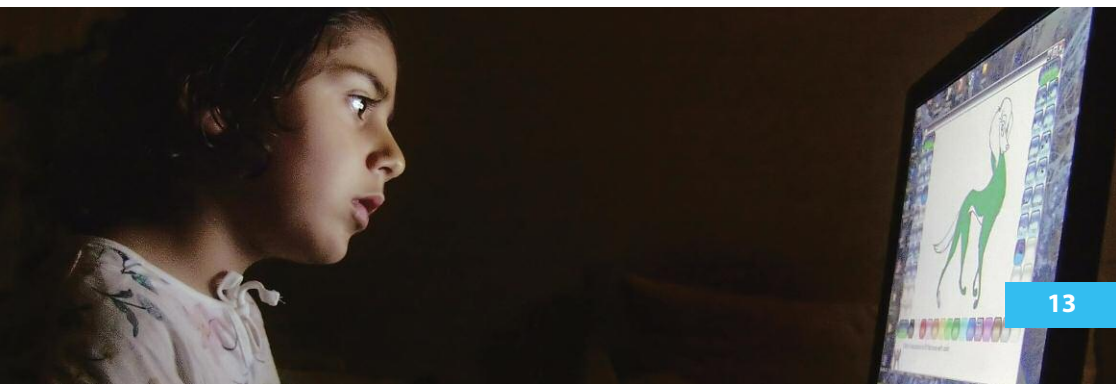
Следует помнить, **что отношение ребёнка к компьютеру и интернету формируют взрослые, личным примером подтверждая правильность своего выбора.** Родители должны, прежде всего, решить, для чего нужен семье компьютер: для работы, учебы, общения или только для игр. А может быть для того, чтобы перенаправить интересы ребёнка с «полной опасностей» улицы в «абсолютно безопасное» киберпространство?

Виртуальный игровой мир, в отличие от реального, отличается обратимость событий (сохранение игры, возможность переиграть событие), прогнозируемость игры, её составляющих и событий (например, выбор уровня, противника, оружия, места действия и т. д.). Наличие способностей, невозможных в реальном мире: множественность жизней, отсутствие физических законов (например, гравитации, плотности, скорости), физиологических особенностей (способности испытывать боль, усталость), базовых потребностей (потребность в сне, отдыхе, пище и т. д.). Компьютерные игры учат детей жить по иным правилам, где отсутствует необходимость соблюдения единых для всех норм и законов (в том числе и законов природы).

В виртуальном мире снимаются запреты и ограничения морально-этического и социального планов (снятие табуирования насилия, убийства, разрушения, отсутствие общественных и правовых законов, действующих в реальности). Дети на подсознательном уровне отвыкают от фундаментальных вещей: необходимости соблюдения единых, установленных для всех, правил, неизбежности наказания за агрессивное поведение и нарушение закона, единства пространственно-временного континуума, и т. д. Увлечённость агрессивными играми приводит к тому, что дети начинают применять подобные методы решения проблем в реальной жизни.

Длительное пребывание за компьютером в статичном положении вызывает нарушение кровообращения и провоцирует появление застойных явлений в организме ребёнка, что, в свою очередь, способствует возникновению или обострению заболеваний опорно-двигательного аппарата, желудочно-кишечного тракта, сосудистым нарушениям. Концентрация взгляда на экран монитора и неправильное освещение оказывают негативное влияние на зрение.

Многие родители считают компьютерные игры абсолютно безобид-



ными и даже полезными. Компьютерные игры, используемые в разумных пределах, действительно обладают некоторым психотерапевтическим эффектом и способствуют снятию напряжения, стресса, снижению уровня тревожности и ослаблению депрессивных состояний. Однако, в случае злоупотребления, компьютерные игры приводят к прямо противоположному эффекту, вызывая повышение уровня тревожности, раздражительности, агрессивности, способствуют полному уходу от реальности и образованию психологической зависимости.

В ЧИСЛО ИНТЕРНЕТ-УГРОЗ ВХОДЯТ:

КОМПЬЮТЕРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

Компьютерной зависимости наиболее подвержены подростки в возрасте 11-17 лет. В результате киберзависимости происходит потеря чувства времени, нарушение связи с окружающим миром, возникает чувство неуверенности, беспомощности, страха перед самостоятельным принятием решений и ответственностью за них.

Компьютерная зависимость оказывает негативное воздействие на личность ребёнка, вызывая эмоциональное и нервное перенапряжение, астено-невротические и психоэмоциональные нарушения, проблемы в общении и нарушение социальной адаптации.

Ночное использование интернета влечёт за собой нарушение режима сна и, как следствие, возникновение хронической усталости, повышенной раздражимости, конфликтности. С целью преодоления сонливости дети, страдающие зависимостью, прибегают к повышенному употреблению кофе, крепкого чая и других тонизирующих веществ, что также вредит их здоровью. С целью покупки новейших игр; приобретения новых устройств для игр; необходимости внесения платы за пользование интернетом и оплаты услуг в интернет-кафе, некоторые дети начинают заниматься воровством и вымогательством.

По силе воздействия на игрока, наиболее мощными являются ролевые компьютерные игры, способствующие интеграции сознания с компьютером, что в случае утраты индивидуальности может привести к полному самоотжествлению ребёнка с компьютерным героем. В состоянии нормы происходит кратковременное погружение игрока в виртуальную реальность с целью снятия напряжения, отвлечения от обыденных проблем. В случае патологического отклонения от нормы ребёнок возвращается в реальный мир на короткий период времени, только чтобы поесть, попить и немного поспать. Пребывание зависимого ребёнка в киберпространстве может достигать 18 часов в сутки.

Зависимость, как правило, замечают родные и близкие по изменениям в поведении ребёнка, его интересах и распорядке дня.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И ФИЗИЧЕСКИЕ СИМПТОМЫ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ⁸:

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СИМПТОМЫ:

- Хорошее самочувствие или эйфория во время работы за компьютером.
- Невозможность остановиться.
- Увеличение количества времени, проводимого в интернете.
- Пренебрежение семьей и друзьями.
- Возникновение ощущения пустоты, тревожности, раздражения в периоды пребывания вне интернета.
- Ложь близким о своей деятельности.
- Проблемы в учебе.

ФИЗИЧЕСКИЕ СИМПТОМЫ:

- Боль в кисти руки – (из-за длительного перенапряжения мышц).
- Сухость в глазах.
- Головные боли.
- Боли в спине
- Нерегулярное питание, пропуск приемов пищи.
- Пренебрежение личной гигиеной.
- Нарушения режима сна.

ОПАСНЫЕ СИГНАЛЫ (ПРЕДВЕСТНИКИ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ)⁹:

- Навязчивое стремление постоянно проверять электронную почту
- Предвкушение следующего сеанса онлайн.
- Увеличение времени, проводимого онлайн.
- Возрастание финансовых трат на интернет-услуги.

ПРИЗНАКАМИ НАСТУПИВШЕЙ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ ЯВЛЯЮТСЯ:

- полная поглощённость интернетом;
- потребность неуклонного увеличения времени онлайн-сеансов;
- наличие неоднократных, малоэффективных попыток сокращения времени пребывания в интернете;
- появление симптомов абстиненции при прекращении интернет-связи (повторная тяга, возникновение и усиление напряжения через определённое время); возникновение проблем с ближайшим окружением (однокурсниками, членами семьи, друзьями);
- стремление к сокрытию реального времени, проводимого в интернете;
- зависимость настроения от использования интернета (выражается эмоциональным и двигательным возбуждением, тревогой, навязчивыми размышлениями о том, что сейчас происходит в интернете, фантазиями и мечтами об интернете, произвольными или непроизвольными движениями пальцев, напоминающими печатание на клавиатуре).

РАСХОЖДЕНИЕ МЕЖДУ РЕАЛЬНЫМ Я И СВОИМ ИНТЕРНЕТ-ОБРАЗОМ

может быть следствием неадекватного восприятия ребёнком себя и окружающего мира. Отождествляя себя с героем игры, ребёнок получает возможность своеобразной самореализации в виртуальном мире. При этом качества, которыми обладает герой игры (смелость, сила, необычные способности и др.), он автоматически проецирует на себя. Возвращение в реальность лишает игрока многих возможностей, и делает беспомощным перед проблемами, существующими в реальной действительности

Это приводит к ухудшению психологического состояния ребенка: изменению его эмоционального состояния, повышению тревожности, раздражительности, снижению самооценки, появлению неуверенности в себе, возникновению агрессивных проявлений по отношению к окружающим, снижению учебных показателей и нарушению социализации.

Существуют временные нормы нахождения за компьютером для детей разного возраста:

В соответствии с нормами, определенными Министерством здравоохранения Украины, непрерывное пребывание за компьютером в течение дня не должно превышать:



1-2 класс	– 10 мин.
3-5 класс	– 15 мин.
6-7 класс	– 20 мин.
8-10 класс	– 30 мин.

Для детей 1 класса время использования компьютера с жидкокристаллическим монитором должно ограничиваться 30-45 минутами в неделю, 2-3 классов – 2 часа в неделю, не более 1 часа в день, 4-6 классов – 2 часа в неделю, не более 1 часа в день, 7-9 классов – 2,5 часа в неделю, не более 1 часа в день и учащихся 10-11 классов – 7 часов в неделю, не более 1 часа в день.

ДОСТУП К НЕЖЕЛАТЕЛЬНОМУ СОДЕРЖИМОМУ

(материалам неприемлемого и противозаконного содержания (порнографическим, пропагандирующим наркотики, психотропные вещества и алкоголь, терроризм и экстремизм, ксенофобию, сектанство, национальную, классовую, социальную нетерпимость и неравенство, асоциальное поведение, насилие, агрессию, самоубийство, азартные игры, интернет-мошенничество, содержащим сетевые оскорбления, клевету и ненадлежащую рекламу).

Опасность просмотра ресурсов взрослого содержания заключается в том, что, во-первых, ребёнок ещё эмоционально не готов к восприятию откровенных материалов, касающихся взаимоотношений полов, что, препятствуя формированию нормального сексуального и общественного поведения, может оказать негативное влияние на его представление о здоровых, безопасных сексуальных отношениях, нивелировании семейных ценностей и раннем вступлении в интимную жизнь, а во вторых, в том, что он может стать жертвой преступников, подвергнуться преследованиям со стороны педофилов и других людей, имеющих нарушения психики.

Просмотр материалов, содержащих сцены насилия и жестокости по отношению к людям и животным, пропагандирующих противоправную и антиобщественную деятельность препятствует нормальному формированию морально-нравственных установок, принятых в современном обществе.



Раскрытие конфиденциальной информации в Сети

включает полное собственное имя и имена членов семьи, адрес проживания и учёбы, номера телефонов, места прогулок и время возвращения домой, время отсутствия родителей и других членов семьи, номер банковской карты родителей и интернет-кошелька, сообщение паролей электронной почты и регистраций в социальных сетях.

Не следует при регистрации в кодовых фразах сообщать сведения личного характера: девичью фамилию своей матери, поскольку данная информация используется при оформлении банковских документов в качестве ключевой фразы.

Иногда взрослые сами распространяют через социальные сети и форумы персональные данные, информацию о себе и своих детях, включая фотографии семьи, место работы и время возвращения домой, места отдыха и точные даты отсутствия. Это может не только привлечь злоумышленников к квартире в период отсутствия родителей, но и ставит под угрозу безопасность ребёнка. Фотографии, размещённые Вами на персональной страничке, но закрытые для общего доступа, могут попасть на другие сервисы, где станут общим достоянием.

Нередко подростки, состоящие в романтических отношениях требуют друг у друга пароли к коммуникационным сервисам. При этом девушки больше склонны к разглашению собственных реквизитов.

Гиперувлечённость индивидуальными и/или сетевыми онлайн-играми (онлайн-гемблинг). Агрессивные игры способны нанести вред психике ребёнка. Не следует вводить в арсенал детских игр агрессивные игры с деструктивным содержанием, призывающие к насилию и разрушению. Такие игры оказывают негативное влияние на психику ребёнка, повышают тревожность и раздражительность, делают его более возбудимым и непослушным, учат решать возникающие проблемы с позиций силы.

Конфликты, возникающие между игроками могут приводить к драматическим последствиям в результате выяснения отношений в реальности.

Гиперувлечённость азартными играми в виртуальных казино (онлайн-лудомания).

Киберониомания. Неконтролируемые покупки в интернет-магазинах, без необходимости их приобретения и учета финансовых возможностей, навязчивое участие в онлайн-аукционах.

Киберкоммуникативная зависимость (общение в чатах, участие в телеконференциях).

Киберсексуальная зависимость (непреодолимое влечение к обсуждению сексуальных тем на эротических чатах и телеконференциях, посещению порнографических сайтов и занятий киберсексом).

Перевод виртуальных отношений в реал.

- вовлечение несовершеннолетних в сексуальные отношения;
- вовлечение через интернет сеть детей и подростков в деятельность, носящую противозаконный и противоправный характер;
- знакомства через интернет с целью поиска партнёра.

Секстинг – новый вид развлечений: фотографирование себя в обнажённом виде на камеру телефона с последующей пересылкой снимков друзьям через MMS-сообщения. Чаще всего секстинг используют влюблённые пары, те, кто хочет похвастаться перед знакомыми романтическими отношениями, или рассчитывающие на взаимность подростки.

Навязчивый веб-серфинг, блуждания во Всемирной Сети информационный поиск в удалённых базах данных (посещение новостных сайтов, чтение информации на форумах, блогах, просмотр и прослушивание информации в различных форматах). На каждом сайте обязательно есть ссылки, ведущие на другие ресурсы, а на сайтах, на которые мы попадаем, также имеются гиперссылки и т. д. Веб-сёрфинг затягивает пользователя, отвлекая от учёбы и других дел, поскольку, попав в информационный поток, утрачивается ощущение времени.

Посещение сайтов агрессивной (пропагандирующих ксенофобию, терроризм) **и аутоагрессивной направленности** (киберсуицид, on-line суицид, суицидальные договоры, информационные ресурсы о применении средств для суицида с описанием дозировки и степени их летальности);

Аддиктивный фанатизм (религиозный (сектантство), политический (партийный), национальный, спортивный, музыкальный и т. д.)

Пристрастие к работе с компьютером – программированию, хакерству. Основные мотивы хакерства: любопытство, борьба за свободное распространение и доступность информации, самоутверждение, ощущение собственной силы, увлечённость процессом, недостаток познавательной активности при обучении, принадлежность к «хакерской культуре», зависимое поведение.

Геджит-аддикция (пристрастие к обладанию конкретным мобильным прибором, устройством, имеющим выход в интернет: сотовым телефоном, смартфоном, коммуникатором, мини-компьютером, КПК и зависимость от его

использования).

Кибербуллинг – одна из форм преследования детей и подростков с использованием цифровых технологий. Кибербуллингу могут подвергаться дети, отвергаемые одноклассниками. Иногда для этого создаются целые сайты, на которых размещаются компрометирующие преследуемого ребёнка материалы. Если Ваш ребёнок стал внезапно получать многочисленные электронные сообщения агрессивного содержания от неизвестных людей, если его начали преследовать и запугивать, значит, он подвергся кибербуллингу. Сложность фильтрации подобных сообщений, невозможность контроля, регулярность атак (может достигать 24 часов в сутки) и анонимность преследователей делают запугивание особенно сильным, нанося психологическую травму ребёнку.

Для кибербуллинга используются:

- мобильная связь (использование фото и видео для дискредитации и запугивания жертвы, доставка текстовых и мультимедийных сообщений);
- сервисы мгновенных сообщений (использование ICQ для отправки сообщений, взлом аккаунта с рассылкой дискредитирующих сообщений родственникам и друзьям жертвы);
- электронная почта (рассылка запугивающих сообщений и писем, содержащих вирусы, публикация в Сети писем жертвы личного содержания);
- форумы и чаты (рассылка агрессивных сообщений, раскрытие анонимности аккаунта жертвы, размещение на страницах форума информации жертвы конфиденциального и личного характера);
- социальные сети (размещение издевательских и запугивающих комментариев, фото и видеоматериалов, взлом аккаунта для рассылки сообщений ненадлежащего характера от имени жертвы, блокировка аккаунта жертвы и рассылка массовых жалоб и претензий на владельца аккаунта, создание ложного аккаунта от имени жертвы с его последующим использованием для дискредитации жертвы);
- веб-камеры (провоцирование жертвы для видеозаписи с её последующей публикацией в интернете);
- сервисы видеохостинга (размещение издевательских или запугивающих видеороликов);
- игровые сайты и виртуальные миры (размещение сообщений, унижающих и запугивающих жертву, или наносящих вред её игровому персонажу, с целью осуществления психологического давления).

Столкновение с гриферами. Интернет-хулиганы мешают игрокам (в особенности начинающим) спокойно играть, всячески вредя их персонажам, блокируя функции игры и создавая невыносимые условия для Сетевой команды в целом и, подвергая травле и преследованиям, отдельных игроков.

Кибергруминг. Обретение доверия ребёнка с целью использования его в сексуальных целях. Преступники хорошо разбираются в психологии детей и подростков, прекрасно ориентируются в их увлечениях и интересах. Устанавливая контакты в социальных сетях или на форумах с детьми, находящимися в подавленном психологическом состоянии, они проявляют сочувствие, предлагают поддержку, обсуждают с ребёнком беспокоящие его вопросы, постепенно смещая их в сексуальную плоскость, а затем предлагают перевести отношения в реал.

Производство, распространение и хранение детской порнографии. Следует помнить, что вне зависимости от согласия детей на участие в порнографических сессиях, ответственность целиком ложится на взрослых. 20.01.2010 был принят Закон Украины № 1819-VI «О внесении изменений до некоторых законодательных актов Украины о противодействии распространению детской порнографии». В соответствии со ст. 301 Криминального кодекса Украины, изготовление и распространение порнографической продукции или принуждение несовершеннолетних к участию в создании изображений, видеопроизведения или компьютерных программ порнографического характера карается лишением свободы на срок от пяти до десяти лет¹⁰.

Сетевое мошенничество: интернет или мобильное мошенничество является одним из способов совершения преступления с использованием современных технологий, как средства для осуществления противоправной деятельности. Согласно Криминальному Кодексу Украины, мошенничество, в зависимости от особенностей и степени тяжести совершённого преступления, карается сроком лишения свободы от трёх до двенадцати лет с конфискацией имущества¹¹. Также в Особенной части Раздела XVI есть ряд статей, предусматривающих наказание «За преступления в сфере использования электронно-вычислительных машин (компьютеров), систем и компьютерных сетей электросвязи»¹².

ИНТЕРНЕТ-МОШЕННИЧЕСТВО

Генерирование PIN-кодов для карт оплаты мобильной связи. Предложение программы, генерирования PIN-кодов для карт экспресс-оплаты за мобильную связь. Высылаемая программа оказывается генератором случайных чисел.

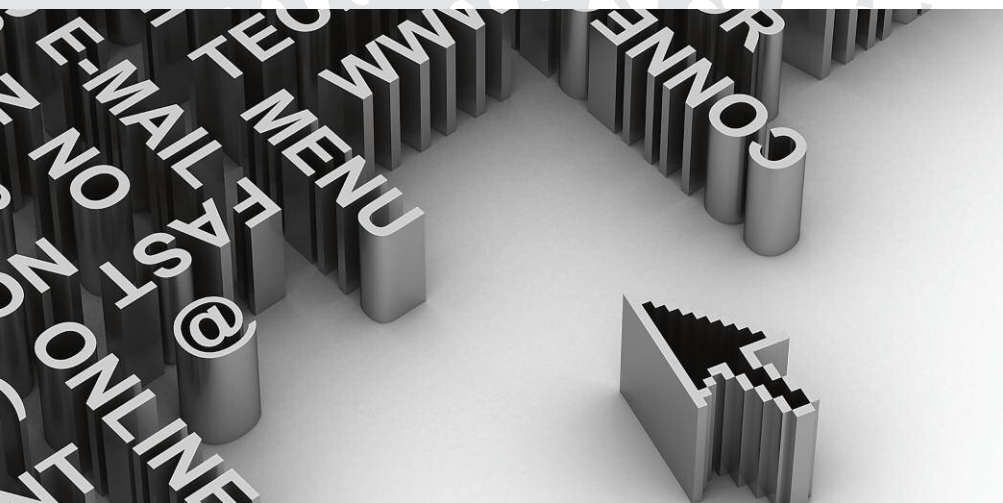
Настройки бесплатного пользования услугами мобильного оператора. На бесплатных хостингах размещаются сайты-однодневки, сотрудники которых, представляясь сотрудниками какой-либо сотовой компании за 10-15 дол-

ларов предлагают сообщить настройки бесплатного использования услуг мобильного оператора.

«Читай чужие SMS». Предложение приобрести специальную программу, «позволяющую» читать SMS в чужом телефоне, просматривать адресную книгу и истории звонков.

Продажа несуществующего продукта (программ, аудиофайлов, товаров, информации). Просьба отправить SMS сообщение для получения кода на деле оказывается простым выманиванием денег. Нередко «невозможность отправить сообщение» приводит к многократному снятию денег со счёта абонента.

«Перезвони мне». Звонок с незнакомого номера с просьбой перезвонить. При попытке соединения со счёта абонента снимается крупная сумма денег.



Фишинг – это технология интернет-мошенничества с целью кражи конфиденциальной информации (имён и паролей доступа, данных кредитных карт и интернет-кошельков и т. д.). Почтовый фишинг – получение письма с требованием сообщения каких-либо личных данных. Онлайн-фишинг – копирование дизайна и доменных имён сайтов и интернет-магазинов с целью обмана покупателя. Комбинированный фишинг – создание поддельного сайта, где жертва самостоятельно заполняя формы, сообщает мошенникам конфиденциальные сведения или использования программ-шпионов key-loggers,

фиксирующей информацию, введённую с клавиатуры и пересылающих её на адреса мошенников.

Вишинг – технология интернет-мошенничества с целью кражи конфиденциальной информации с помощью интернет-телефонии и автонабирателей. Абоненту предлагается перезвонить по городскому номеру, где звучит сообщение о необходимости сообщения информации личного пользования.

Фарминг – перенаправление трафика с загружаемого веб-узла на фальшивый клон сайта, который первоначально хотел посетить пользователь. Заражение происходит при открытии почтового сообщения или посещения веб-сервера. При наборе адреса банка происходит активация исполнимого файла с последующим перенаправлением пользователя на фальшивый веб-узел. Предупредите ребенка о подобных видах мошенничества и попросите сообщать о поступивших предложениях родителям.

МОБИЛЬНОЕ МОШЕННИЧЕСТВО

С помощью SMS сообщений:

Переведи деньги на счёт и получи вдвое больше. Рассылка SMS сообщений с содержанием: «Сервер мобильного оператора X. Переведите деньги на номер XXXXXXXX и получите вдвое больше!».

Просьба переслать деньги. SMS следующего содержания: «Не могу тебе дозвониться, нет денег, перешли 5 гривен». Далее сообщается номер телефона XXXXXXXX. При попытке набора абонент оказывается «Попа зоною досяжності».

На Ваш счёт ошибочно переведены деньги. Получение SMS с текстом об ошибочном переводе на счёт абонента незначительной суммы денег и просьбой о её возвращении. Переслать деньги предлагается отправив сообщение на короткий номер, очень похожий на служебный. В результате «возврата долга» с баланса отправителя снимается значительная сумма.

Отпишись от рекламной SMS-рассылки. Получение SMS с предложением отписаться от рекламной SMS-рассылки. Услуга оказывается платной – от 3-х до 5-ти долларов.

Близкий человек попал в беду. SMS о том, что близкий человек попал в



беду. Указанную сумму предлагают перечислить карточками экспресс-оплаты мобильной связи.

С помощью телефонных звонков:

Блокировка номера и перерегистрация SIM-карты. Поступление звонка якобы из сервисного центра оператора о сбое в системе и блокировке телефона абонента на несколько суток. Для «устранения» проблемы предлагается перерегистрироваться в системе, набрав определённую комбинацию цифр. В действительности это сочетание цифр является командой перевода денег с одного счёта на другой.

Выигрыш приза. Поступление звонка якобы от представителя Call-центра и сообщение о выигрыше в акции. Для получения «приза» необходимо приобрести ваучер пополнения счёта на XXX грн. и сообщить код активации. Счёт оказывается фальшивым.

Просьба сделать короткий звонок с Вашего телефона. Обращение с просьбой о необходимости срочного звонка тяжело больному человеку по Вашему мобильному телефону. В результате со счёта абонента снимается крупная сумма. Попросите ребенка не реагировать на подобные сообщения, не посоветовавшись с Вами.

ЗАРАЖЕНИЕ КОМПЬЮТЕРА ВРЕДОНОСНЫМ ПО:

вирусами, троянскими программами, программами-шпионами и др., хакерские атаки.

По данным опроса, проводимого компанией Symantec, 48% наиболее опасных сайтов, содержащих угрозы размещения программ-шпионов и других программ для хищения личных данных онлайн – это сайты со взрослым содержанием. Поэтому ограничьте доступ на подобные ресурсы на семейном ПК в целях безопасности.



КТО ДОЛЖЕН ОБУЧАТЬ ДЕТЕЙ, КАК ИСПОЛЬЗОВАТЬ ИНТЕРНЕТ ПРАВИЛЬНО И БЕЗОПАСНО

Именно в семье закладываются основы поведения ребёнка в реальном мире, и виртуальное пространство не должно быть исключением. Родителям следует уделять серьёзное внимание воспитанию детей и повышению их информационной культуры.

Необходимо помнить, что компьютер для детей является, в первую очередь, инструментом для обучения и развития, а не только для развлечений и игр. Не смотря на широкие возможности виртуального общения, оно не может исключать и заменять реальных взаимоотношений между людьми. Задачей воспитателей и учителей является проведение образовательной и просветительской работы среди родителей для снижения рисков, угрожающих онлайн-безопасности подрастающего поколения.

Даже если Ваш ребёнок чрезмерно увлекается играми и интернетом, не следует запрещать ему пользоваться компьютером. Запрет может вызвать противоположную реакцию и привести к замыканию ребёнка в себе. Прежде всего, следует найти альтернативу онлайн-интересам ребёнка и переключить его внимание на достижение поставленных целей и успехов в реальности.

ЧТО НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ И УМЕТЬ РОДИТЕЛЯМ В ИНТЕРНЕТЕ И КАК СТАТЬ ЭКСПЕРТОМ В ВОПРОСЕ

Часто из-за того, что дети и подростки более «продвинуты» в техническом плане, они легко могут обойти запреты родителей и устранить некоторые средства родительского контроля. Поэтому взрослым сначала необходимо самим освоить азы онлайн-грамотности, а затем научить правилам нетикета (этикет общения в интернете) и компьютерной безопасности своего ребёнка, при чем сделать это в той форме, которая соответствует возрасту ребенка и кругу его интересов. Для этого узнайте больше о возможностях и угрозах всемирной Сети. Наши простые правила и советы помогут Вам в этом.

- Повышайте собственную компьютерную грамотность, чтобы быть авторитетом для своего ребёнка и уметь оказать ему помощь в решении вопросов, связанных с использованием компьютера.
- Пользуйтесь интернетом вместе с детьми. Поощряйте детей делиться с Вами своими успехами и неудачами в освоении Сети.

- Не забывайте, что Ваш ребёнок может пользоваться интернетом в школе, у знакомых или в интернет кафе, поэтому силовые ограничения малоэффективны. Уделяйте больше внимания нравственному воспитанию ребёнка, обучайте его компьютерной грамотности и правилам безопасной работы в Сети.
- Будьте другом и советчиком, чтобы ребенок не стыдился и не скрывал от Вас свои трудности в освоении интернета. Общайтесь с ребенком, обсуждайте его достижения, предлагайте помощь.
- Чтобы у детей не возникало желания обходить программные запреты, установленные родителями, необходимо предложить детям в качестве альтернативы познавательные, интересные и увлекательные ресурсы, посещая которые они будут ограждены от рисков виртуального мира.



КАК ПРАВИЛЬНО ОРГАНИЗОВАТЬ ИНТЕРНЕТ-ЖИЗНЬ РЕБЕНКА

СОЗДАЙТЕ ТЕРРИТОРИЮ БЕЗОПАСНОГО ИНТЕРНЕТА

- Во-первых, важно договориться с ребенком, принять правила семейного пользования сетью, объяснить их значимость для безопасности. Объясните детям, что если в интернете их что-либо беспокоит, то им следует не скрывать это, а поделиться с Вами.
- Во-вторых, необходимо определиться с наиболее приемлемым способом технической защиты: от регулярно обновляемого антивируса до установки специального программного обеспечения родительского контроля на ПК, а также на мобильный телефон. Двигайтесь пошагово, чтобы использовать максимум защиты.

Для начала обсудите с ребенком эти простые семейные правила онлайн-безопасности.

- **Семейная онлайн-безопасность – ответственность каждого.** Разъясните важность сохранения своей и чужой конфиденциальной информации. Личной информацией могут воспользоваться злоумышленники. Поэтому нельзя выкладывать в интернете информацию о семье, ее финансовых делах, адреса проживания и учебы, номера телефонов, кредитной карты или банковские данные. Также нежелательно размещать личные и семейные фотографии на публичных форумах, сайтах. Никогда никому, кроме своих родителей, нельзя выдавать пароли интернета (даже лучшим друзьям).
- **Научите детей вести себя в интернете** – как в реальной жизни. Точно так же, как в жизни, в Сети нужно вести себя вежливо, не делать чего-либо, что может обидеть других людей или противоречит закону. Объясните детям, что в Сети следует вести себя корректно, с уважением относиться к людям и к их авторским правам. Незаконное копирование и распространение материалов, являющихся чьей-либо собственностью, считается кражей.
- **Виртуальный собеседник может выдавать себя за другого.** Поэтому нельзя назначать встречи с виртуальными знакомыми без разрешения родителей. Объясните ребёнку, что в Сети могут находиться люди, не являющиеся теми, за кого они себя выдают, поэтому не следует доверять незнакомым людям и, тем более, ни в коем случае нельзя сообщать им личную информацию.

- **Виртуальный мир иногда стоит реальных денег.** Всегда нужно выяснять, сколько стоят SMS на отдельные интернет сервисы, ведь стоимость SMS в онлайн-игре часто указывается без налогов – то есть может быть больше. Если такая информация не ясна, нужно обращаться за советом к родителям, которые помогут разобраться, сколько на самом деле будет стоить SMS и так ли уж необходимо его отправить.
- **Спрашивать совета – можно и нужно.** Сообщите ребёнку, что он может обратиться к Вам в любой ситуации, которая его беспокоит. Если в интернете (в сообщении электронной почты, на сайте, форуме, чате) что-либо непонятно, тревожит или угрожает, всегда нужно обращаться за помощью к родителям. Информация и услуги в интернете не всегда безопасны, поэтому прежде, чем загружать, устанавливать или сохранять что-либо из интернета, нужно получить разрешение родителей. Научите проверять информацию из Сети с помощью дополнительных запросов и обращения к проверенным источникам.



ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ЗАЩИТЫ: КАК ОБЕЗОПАСИТЬ СВОЕГО РЕБЕНКА В ИНТЕРНЕТЕ

Отсутствие компьютерной грамотности и компетентности в вопросах использования технологий нередко является основной причиной повышенной информационной опасности.

Памятка родителям – будьте внимательными интернет-пользователями!

- Следите за тем, чтобы на общем компьютере не было информации, которая нежелательна для Вашего ребенка.
- Регулярно просматривайте электронный ящик, не оставляйте на рабочем столе или в папках открытого доступа документы и файлы, которые предназначены только для взрослых.
- Используйте пароли для входа на компьютер под разными пользователями.
- Всегда очищайте журнал событий браузера от следов пребывания на сайтах нежелательного содержания. Своевременно удаляйте электронные сообщения, фото, видео и аудио материалы взрослого содержания, чтобы исключить возможность их случайного просмотра несовершеннолетними.
- Запрещённые ресурсы могут загружаться автоматически при посещении сайтов с содержанием, не представляющими опасности для детей. Вспомните об этом, прежде чем ругать своего ребёнка после просмотра КЭШа браузера за посещение сайтов взрослого содержания.

Необходимо научиться правильно подбирать программное обеспечение для защиты ребенка от информационных угроз и определиться с наиболее приемлемым способом технической защиты: от регулярно обновляемого антивируса до установки специального программного обеспечения родительского контроля на ПК, а также на мобильный телефон.

АНТИВИРУСЫ

Антивирусное программное обеспечение необходимо для защиты компьютера от вирусов, хакеров, спама, шпионского ПО, дозвонщиков и т.п. Программу необходимо регулярно обновлять, чтобы обеспечить максимальную защиту.

Примеры антивирусов:

- Kaspersky Internet Security http://www.kaspersky.ru/kaspersky_internet_security (можно настроить родительский контроль, создав отдельный профиль для ребенка и задав ему параметры ограничения),
- Panda Internet Security 2009 <http://www.detionline.ru/ally.htm> (предотвращает доступ к

нежелательному веб-содержимому),

- ESET Smart Security 4 <http://eset.ua/products/home-computers/eset-smart-security> (можно настроить персональный брандмауэр).

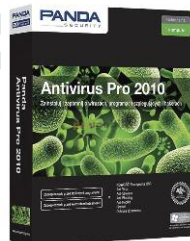
Родительский контроль для ПК.

Будьте «продвинутыми» родителями – устанавливайте специальные программы родительского контроля, которые предлагают разработчики. Например:

- Net Nanny <http://www.netnanny.com/>,
- Safe Eyes <http://www.internetsafety.com/safe-eyes-parental-control-software.php>,
- Crawler Parental Control <http://www.crawlerparental.com/>,
- CCT Internet Filter Home <http://www.controlchaostech.com/index2.php?menuid=20&prodid=53>,
- КиберМама <http://www.cybermama.ru/>,
- приложение для интернет браузеров Parental Control Bar <http://www.parentalcontrolbar.org/>.

Во всех этих случаях речь идет о так называемом «черном списке» запрещенных ресурсов, которые блокируются от посещения. Однако уследить за их изменениями и проконтролировать все небезопасные сайты практически невозможно. Но существует и альтернатива – «белый список», то есть безопасные, рекомендованные для детей сайты. Чтобы подобрать наиболее простое и эффективное средство защиты, можно попробовать и бесплатные программы, и демо-версии платных.

Специалисты «Киевстар» совместно с Национальным институтом психологии им. Г. Костюка НАПН Украины и широкой общественностью разработали список рекомендованных сайтов для детей. Они учитывают основные информационные потребности детей разных возрастных групп в образовании, развитии, общении и развлечениях. Опирайтесь на этот перечень, чтобы создать для ребенка территорию безопасного интернета. Например, используйте безопасные поисковые системы для детей: <http://www.gogul.tv/>, <http://search.icensor.ru>, <http://quinturakids.com/> (на английском языке). Ресурсы постоянно проходят мониторинг и обновляются в режиме онлайн, поэтому ознакомиться с самой полной и актуальной версией списка можно на тематическом разделе <http://online-bezpeka.kyivstar.ua/>.



ЭКСПЕРТЫ РЕКОМЕНДУЮТ: СОВЕТЫ ПО ИНТЕРНЕТ-БЕЗОПАСНОСТИ

КАК ЗАЩИТИТЬ РЕБЁНКА

Общие советы

- Не устанавливайте компьютер в комнате ребёнка. Наиболее предпочтительное место для компьютера – комната общего пользования. Так будет легче контролировать деятельность ребёнка в интернете и лимитировать время его пребывания за компьютером.
- Нормируйте время пребывания ребенка за компьютером. Не позволяйте ребёнку долго засиживаться за компьютером перед сном и, тем более, ночью.
- Используйте программное обеспечение, отключающее ПК по истечении определенного времени (Time-Scout). Проводя много времени за компьютером, ребёнок не получает необходимых навыков для полноценного развития, необходимых ему в реальной жизни.
- Помните, что чрезмерная сетевая общительность может привести к киберкоммуникативной зависимости, а увлечённость компьютерными играми – перерасти в игроманию. Поэтому у ребёнка должны быть альтернативные интересы и обязанности (например, уход за животными, полив цветов, уборка своей комнаты и т. д.).

Онлайн-игры

- Внимательно следите за тем, чем занимается Ваш ребенок, и следите за играми, в которые он играет. Ролевые игры оказывают наиболее сильное действие на психику. Чрезмерное увлечение ролевыми играми может негативно повлиять на формирование личности ребёнка, его социализацию и ролевую идентификацию. Поэтому не позволяйте ему длительно играть в одну и ту же игру.
- Если ребёнок любит играть в компьютерные игры, можно предложить ему интересные обучающие и развивающие программы. Если интерес для ребёнка представляют игры ролевые, можно увлечь его участием в школьных театральных постановках или психологических тренингах для подростков.
- Если ребёнок продолжает чрезмерно увлекаться компьютерными играми и интернетом и Вы не в состоянии самостоятельно справиться с проблемой, обратитесь к специалисту по нехимическим зависимостям.

Безопасность и правила поведения в Сети должны строиться с учётом возраста и психологических особенностей детей. Отсутствие волевого и эмоционального контроля, импульсивность поведения присущи детям. Чем

младше возраст, тем больше внимания следует уделять совместному использованию интернета. С повышением уровня самоконтроля, постепенно снижается необходимость в родительском контроле.

ЕСЛИ ВАШЕМУ РЕБЁНКУ ОТ 5 ДО 7 ЛЕТ

В дошкольном возрасте важнейшей потребностью ребенка является общение, благодаря которому он усваивает социальный опыт. Взаимоотношения с взрослыми и со сверстниками формируют личность. Общение играет важную роль в жизни ребёнка, ведь так он приобретает опыт сотрудничества, взаимопонимания и формирует уважение к другим людям¹³.

Потребность во внешних впечатлениях способствует развитию познавательных способностей и воображения. Дети этого возраста стремятся проявлять самостоятельность и расширять знания об окружающем мире. Задавая бесчисленные вопросы, ребёнок, прежде всего, хочет слышать ответы на них. Невнимательное отношение со стороны взрослых может стать причиной появления упрямства, непослушания и негативизма. Поэтому если Вы не хотите, чтобы важную информацию ребенок узнал из непроверенных источников (в том числе, из интернета), уделяйте больше внимания Вашему ребёнку.

Ведущей деятельностью дошкольников является игра. Именно поэтому дети очень любят играть, в том числе и в компьютерные игры. Не смотря на



пользу, которую оказывают игры, особенно развивающие и обучающие, следует помнить, что доля развлекающих игр в жизни ребёнка не должна превалять, поскольку это может вызвать неравномерность развития, задержку формирования готовности к обучению и даже привести к компьютерной зависимости.

В дошкольном возрасте ребёнок усваивает правила поведения и учится оценивать собственные поступки и действия окружающих через призму нравственных норм, которые формируются в общении со взрослыми. Именно этот период является наиболее важным для обучения правилам поведения и безопасности в Глобальной Сети. При этом следует помнить, что, не смотря на знание определённых правил, дети могут нарушать их, поэтому необходимость родительского контроля для детей младшего возраста очень высока.

Маленькие дети должны входить в интернет только под присмотром взрослых ещё и потому, что им требуется помощь в навигации при поиске сайтов и при осуществлении общения.

Для повышения безопасности Вашего ребёнка:

- Создайте список Избранного с адресами посещаемых сайтов.
- Научите ребёнка правилам конфиденциальности и поведения в Сети.
- Объясните ребёнку о том, зачем и как правильно создавать ники. Придумайте вместе с ребёнком ник, не содержащий о нём личной информации, и безопасный пароль.
- Расскажите ребёнку, что в Сети люди могут выдавать себя за кого угодно, поэтому следует относиться с осторожностью к новым виртуальным знакомым и ни в коем случае не общаться им никакую личную информацию;
- Используйте поисковые сервисы, предназначенные специально для детей.
- Создайте специальную рабочую среду для ребёнка с ограниченным списком разрешённых сайтов.
- Используйте специальное современное программное обеспечение для контроля ресурсов, которые посещает Ваш ребёнок.
- Пользуйтесь программами родительского контроля.
- Пользуйтесь информационными фильтрами.
- Используйте средства блокирования нежелательного контента.
- Применяйте функции блокировки всплывающих окон.
- Исключите возможность использования ребёнком служб мгновенного обмена сообщениями, электронной почты и чатов.
- Не позволяйте ребёнку пользоваться голосовыми службами для взаимодействия с това-

рищами по сетевым играм.

- Учите ребёнка отличать правду от лжи.
- Проявляйте интерес к виртуальной жизни ребёнка и не игнорируйте вопросы, которые он задаёт. Если не знаете ответов на какие-либо вопросы, можете совместно поискать их в интернете.
- Хвалите ребёнка, если он поступает правильно, и спокойно объясняйте, что нужно делать и как себя вести, если он ошибается.
- Доверительные отношения позволят Вам принять своевременные меры в случае возникновения ситуации, угрожающей безопасности Вашего ребёнка.

ЕСЛИ ВАШЕМУ РЕБЁНКУ ОТ 8 ДО 10 ЛЕТ

У младших школьников сохраняется высокая потребность в игре, движении и во внешних впечатлениях. Именно потребность во внешних впечатлениях выступает в качестве основной движущей силы, благодаря которой возникают новые потребности: в овладении знаниями, умениями и навыками. **Дети этого возраста стремятся самостоятельно исследовать окружающий мир, удовлетворяя интерес к познанию, в том числе и с помощью интернета.**



В младшем школьном возрасте развиваются мотивы поведения, нравственную составляющую которых формируют идеалы. В качестве таких идеалов выступают герои фильмов, книг, игр. Характерной особенностью подражания является копирование внешней стороны поступков героев, поскольку, не смотря на правильный анализ содержания поступков героев, ребёнок может не соотносить их с собственным поведением. Контроль за деятельностью ребёнка в интернете должен быть достаточно высоким.

Основным видом деятельности у младших школьников является учебная деятельность, главным авторитетом в которой выступает педагог. К десяти годам на первый план выступают взаимоотношения с товарищами и одноклассниками, которые подкрепляются нравственной оценкой их поведения. Создаются группировки, объединяющие ребят по интересам. Общение в интернете становится для них важным и способствует социализации. Изменяется и эмоционально-волевая сфера ребёнка, начинают развиваться интеллектуальные и эстетические чувства. В возрастной период 8-10 лет, особый интерес вызывают ролевые и логические игры, а также игры, которые носят соревновательный характер. В этом возрасте ребёнок легче усваивает сложный учебный материал. Помочь в этом может использование обучающих и развивающих программ.

Для повышения безопасности Вашего ребёнка:

- Размещайте компьютер в общей комнате, чтобы легче контролировать ребёнка.
- Пользуйтесь программами родительского контроля.
- Используйте специальное современное программное обеспечение для контроля ресурсов, которые посещает Ваш ребёнок.
- Пользуйтесь информационными фильтрами.
- Используйте средства блокирования нежелательного контента.
- Применяйте функции блокировки всплывающих окон.
- Установите программу, лимитирующую время работы в компьютере по истечении определённого времени.
- Создайте профили для всех членов семьи с применением службы семейной безопасности.
- Создайте список Избранного с адресами посещаемых сайтов.
- Проконтролируйте ник ребёнка, чтобы исключить содержание в нём личной информации и объясните, что в интернет пространстве находятся люди, которые могут использовать личные данные против него. Научите ребёнка придумывать безопасный пароль и поясните, что это позволит ему защитить свою информацию.
- Научите ребёнка правилам конфиденциальности и поведения в сети и расскажите о необходимости самостоятельного их соблюдения, поскольку дети этого возраста уже могут посещать интернет в школе или у знакомых, где прямой контроль взрослых может отсутствовать.
- Выходите в интернет вместе с ребёнком и учите его практическому применению полученных знаний по Сетевой безопасности.
- Используйте поисковые сервисы, предназначенные для детей.
- Объясните ребёнку, что в Сети нередко находятся не те люди, за которых они себя выдают,

поэтому не следует доверять новым знакомым, нельзя сообщать им какую-либо личную информацию и, тем более, ни в коем случае нельзя встречаться с ними в реале.

- Не позволяйте ребёнку пользоваться голосовыми службами для взаимодействия с сетевыми игроками.
- Если ребёнок общается в чатах и пользуется службами мгновенного обмена сообщениями, расскажите ему о том, каким опасностям он может подвергать себя, если не будет соблюдать правила безопасности. Старайтесь контролировать общение Вашего ребенка при использовании подобными службами.
- При столкновении с гриферами научите детей руководствоваться следующими правилами: игнорировать атаки киберхулиганов, создать закрытый участок игрового пространства, изменить параметры игры и отдавать предпочтения играм со строгими правилами и функциями блокировки нежелательных сообщений. Если эти методы не помогут, лучше на некоторое время сменить игру и сообщить администрации сайта о кибер-хулиганах.
- Расскажите ребёнку о рисках, которым он может подвергаться в виртуальном пространстве, в том числе и о вирусах.
- Нормируйте время пребывания Вашего ребёнка за компьютером.
- Проявляйте интерес к виртуальной жизни Вашего ребёнка и не игнорируйте вопросы, которые он задаёт. Если не знаете ответов на какие-либо вопросы, совместно поищите их в интернете.
- Приучите ребёнка делиться с Вами впечатлениями о посещении интернета и рассказывать Вам обо всём, что может вызывать у него беспокойство.
- Хвалите ребёнка, если он поступает правильно и спокойно объясняйте, что нужно делать и как себя вести, если ребёнок ошибается.
- Создайте альтернативные интересы и обязанности для Вашего ребёнка.

– посещение кружка по интересам или спортивной секции;

– хобби;

– уборка своей комнаты;

– уход за животными или домашними растениями;

– помощь младшим в подготовке уроков и т. д.

- Доверительные отношения позволят Вам принять своевременные меры в случае возникновения ситуации, угрожающей его безопасности.



ЕСЛИ ВАШЕМУ РЕБЁНКУ ОТ 11 ДО 14 ЛЕТ

Подростковый период является переходным: идёт биологическое и половое созревание организма, психическое развитие, возникает новый уровень самосознания, происходит социализация личности.

Дети младшего подросткового возраста отличаются хорошей восприимчивостью, легко усваивают компьютерные программы и с интересом исследуют сетевое пространство. Доминирующими мотивами поведения детей данного возраста являются: стремление к самостоятельности и признанию товарищей, расширение собственных прав, желание занять достойное место в группе сверстников. Особую роль начинает играть самооценка личности.

Происходит формирование собственной иерархии ценностей.

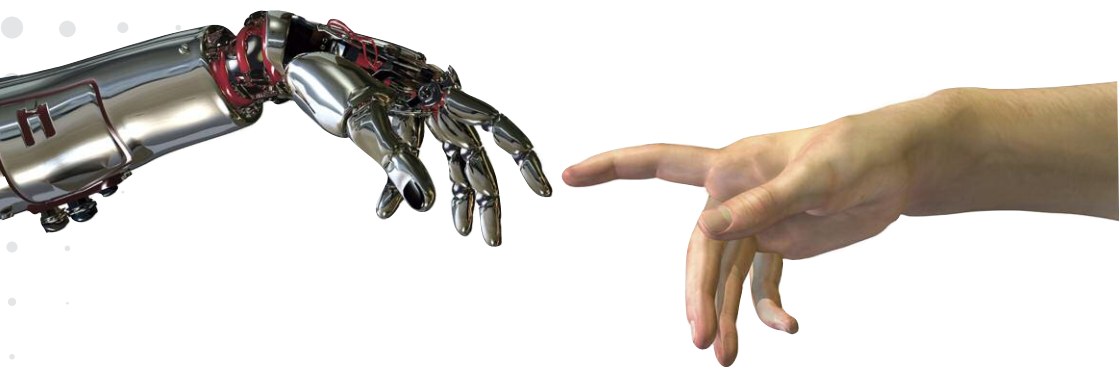
В этот период особый интерес вызывают интернет-ресурсы, позволяющие подростку общаться с реальными и виртуальными знакомыми, а также развлекательные и образовательные участки Сети. Дети периода взросления уже знают о том, какая информация содержится в интернет-пространстве и нередко стремятся исследовать эти ресурсы в обход запретам родителей.

Стремление к исследованию интернета и слишком строгий контроль со стороны взрослых могут вызвать негативную реакцию со стороны ребёнка и явиться причиной сокрытия их деятельности в сетевом пространстве.

Дети 11-14 лет нуждаются в контроле родителей, но уже проявляют самостоятельность, поэтому очень важно обучить их компьютерной грамотности и правилам безопасной работы в Сети, поскольку они могут входить в интернет в школе, интернет-кафе или у товарищей, где внешний контроль будет отсутствовать. Нужно развивать внутренний контроль ребёнка и приучать его к ответственному поведению в Сети в целях собственной безопасности.

- Не размещайте компьютер в изолированной комнате. Лучше размещайте его в общей комнате. Так Вам легче будет контролировать ребёнка.
- Создайте профили для всех членов семьи, пользующихся интернетом с применением службы семейной безопасности.
- Создайте список Избранного с адресами посещаемых сайтов.
- Создайте для ребёнка учётную запись с ограниченными пользовательскими правами.
- Научите ребёнка правилам конфиденциальности и поведения в сети.
- Создайте семейные правила безопасности и расскажите, почему их следует придерживаться.
- Приучите Вашего ребёнка с уважением относиться к людям, которых он встречает в интернете.

- Объясните ребёнку, что его ник не должен содержать о нем личной информации.
- Научите ребёнка придумывать безопасные пароли и поясните, что это позволит ему защитить собственную информацию и повысит безопасность.
- Расскажите ребёнку о рисках, которым он может подвергаться, выходя в Сетевое пространство, в том числе и о вирусах.
- Объясните, что в интернете, помимо обычных людей, могут находиться мошенники и преступники, которые способны использовать его личные данные для преступных целей.
- Расскажите Вашему ребёнку, что встречаться с виртуальными знакомыми в реале может быть небезопасно.
- Приучите ребёнка рассказывать Вам о своих Сетевых знакомых и обсуждайте интересующие его вопросы.
- Приучите ребёнка делать перерывы во время пользования компьютером.
- Используйте специальное современное программное обеспечение для контроля ресурсов, которые посещает Ваш ребёнок.
- Установите программу родительского контроля.
- Используйте программы фильтрации веб-содержимого.
- Используйте средства блокирования нежелательного контента.
- Применяйте функции блокировки всплывающих окон.
- Установите программу, лимитирующую время работы в компьютере по истечении определённого времени.
- Установив доверительные, дружеские отношения с ребёнком Вы сможете лучше контролировать его Сетевую активность, повысив, тем самым, уровень его безопасности.



ЕСЛИ ВАШЕМУ РЕБЁНКУ ОТ 15 ДО 18 ЛЕТ

В этом возрасте подростков отличает эмоциональная неустойчивость, повышенная ранимость, необъективное восприятие действительности, они склонны к идеализации чувств дружбы, любви и сексуальных отношений. Для лиц этого возраста характерны переживания, связанные с собственной внешностью, принятием их сверстниками, признанием окружающими их способностей и умений. Перемены в поведении вызваны гормональной перестройкой организма и психологическими изменениями, стремлением к самопознанию, самоутверждению и самостоятельности. Кризис интересов является сходной и существенной проблемой подросткового возраста. Ребёнок по-новому начинает смотреть на окружающее – предметы, явления, людей, мир в целом. Открытие новых граней вещей и процессов вызывают новые потребности, мотивы, желания, интересы, ценности¹⁴.

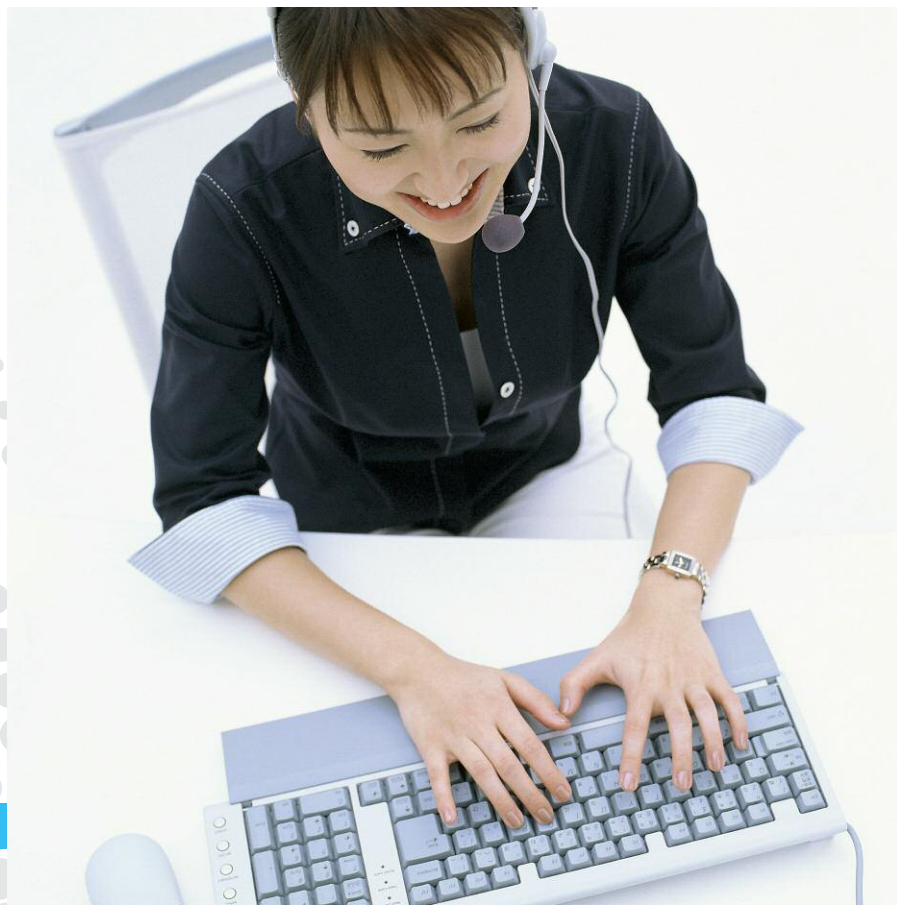
Подростки ищут себя, поэтому нередко испытывают чувство одиночества и не ощущают себя членами общества. Следует отметить, что поиск собственного круга общения подростком идет параллельно его психологическому отделению от родителей. В киберпространстве они удовлетворяют свою потребность в общении и находят друзей¹⁵.

Подростки 15-18 лет технически образованы и хорошо ориентируются в интернете. Не смотря на самостоятельность и независимость, они всё же нуждаются в напоминании о правилах поведения в Сети и мерах предосторожности.

- Компьютер следует размещать в комнате общего пользования.
- Расскажите ребёнку о правилах конфиденциальности и поведения в Сети и его личной ответственности.
- Расскажите о рисках, которым он может подвергнуться, посещая интернет.
- Ребёнок должен уметь ориентироваться в сетевом пространстве, правильно пользоваться поисковыми машинами, отсеивать нежелательные электронные сообщения и ни при каких обстоятельствах не выкладывать о себе в Сеть личную информацию.
- Научите как правильно себя вести в случаях встречи с мошенничеством и другими фактами нарушения закона.
- Приучите соблюдать авторские права других людей.
- Объясните, что, скачивая из интернета файлы аудио, видео или текстового форматов, он может не только нарушить закон, но и загрузить вирус на собственный компьютер.
- Создайте семейные правила безопасности и разъясните причины необходимости следования установленным внутренним правилам.
- Проявляйте интерес к виртуальной жизни ребёнка, обсуждайте с ним его интернет-впечат-

ления и интересуйтесь сетевыми знакомыми.

- Говорите с ребёнком о здоровых взаимоотношениях полов и о сексе. Это позволит немного ослабить его любопытство и подготовит к правильной реакции при попадании на ресурсы взрослого содержания.
- Расскажите ребёнку о рисках общения в приватном режиме.
- Научите ребёнка внимательно относиться к информации, получаемой из интернета, чтобы он умел отличать правду от лжи.
- Расскажите о различных способах проверки информации.
- Настаивайте на посещении модерлируемых участков сетевого пространства.
- Приучите ребёнка не встречаться с сетевыми знакомыми в реале, а если всё же такая проблема возникнет, проконтролируйте его новые контакты.
- Научите ребёнка советоваться с Вами, прежде чем осуществить покупку через интернет.
- Старайтесь быть в курсе сайтов, которые посещает Ваш ребёнок. Это даст Вам возможность осуществлять определённый контроль за деятельностью ребёнка в Сети и снизит вероятность попадания в интернет личной информации о нём и его близких.



ПОЛЕЗНЫЕ РЕСУРСЫ

«ГОРЯЧИЕ» КОНТАКТЫ ПО ИНТЕРНЕТ-БЕЗОПАСНОСТИ

1. Специальный раздел сайта компании «Киевстар» по защите детей от негативного контента.

Проконсультироваться с экспертом по онлайн-безопасности можно на сайте <http://online-bezpeka.kyivstar.ua>, где квалифицированные специалисты ответят на Ваш вопрос.

2. Электронная горячая линия по противодействию детской порнографии в интернете «Ла Страда-Украина»

Сообщить о случаях детской порнографии в интернете можно с помощью формы на главной странице www.internetbezpeka.org.ua. Главной целью работы ресурса является блокирование распространения детской порнографии, особенно на серверах украинских интернет-провайдеров. Горячая линия функционирует на базе Международного женского правозащитного центра «Ла Страда-Украина».

3. Национальная «горячая линия» по вопросам противодействия домашнему насилию и защите прав детей.

Обратившись на горячую линию по телефону 0 800 500 335 (бесплатно для звонков со стационарных телефонов на территории Украины), или 386 (бесплатно для звонков с мобильных операторов «Киевстар» и МТС) или по электронной почте info@lastrada.org.ua, onlandia@live.com, можно получить следующие консультации:

- Советы и правила безопасного поведения детей при пользовании интернетом.
- Советы родителям по безопасной работе детей в интернете.
- Предупреждение компьютерной зависимости и возможность получения психологической помощи.
- Юридические консультации относительно преступлений против детей в интернете.
- Помощь в случаях или подозрениях угрозы детям через интернет.

Горячая линия работает на базе Международного женского правозащитного центра «Ла Страда-Украина» при информационной поддержке проекта «Онляндия».

4. Проект по противодействию незаконным материалам в интернет-пространстве Украины Skarga.ua

Каждый пользователь украинских интернет-порталов может сообщить о ма-

териалах, которые нарушают законодательство страны и содержат: порнографию с участием несовершеннолетних, проявления расовой и национальной нетерпимости, проявления терроризма, призывы к насильственному свержению конституционного строя, с помощью формы на главной странице <http://skarga.ua/>

Проект создан Интернет-Ассоциацией Украины.

5. Телефон Доверия МВД Украины

Телефон доверия Департамента МВД: (+380 44) 254-76-04.

Также сообщить о веб-сайтах, пропагандирующих насилие и жестокость или разжигают ненависть, расовую дискриминацию, занимающихся изготовлением или распространением детской порнографии, можно в Департамент борьбы с преступлениями, связанными с торговлей людьми МВД Украины. Узнайте больше: полезные сайты по теме

Посетите украинские и зарубежные сайты для родителей по онлайн-безопасности:

1. <http://online-bezpeka.kyivstar.ua/> «Безопасность детей в интернете» – специальный раздел сайта «Киевстар»
2. <http://www.onlandia.org.ua/> Портал «Онляндия — безопасность детей в интернете».
3. <http://www.detionline.ru/> «Ребенок в сети
4. <http://saferunet.ru/> Российский сайт, посвященный безопасности детей в интернете.
5. <http://www.icmec.org/> Международный центр защиты детей от эксплуатации и похищений
6. <http://www.lastrada.org.ua/> Международный женский правозащитный центр «Ла Страда-Украина»
7. <http://www.ecpat.net/> ECPAT (End Child Prostitution, Child Pornography and Child Trafficking for sexual purposes) International (на английском языке)
8. <http://www.teachtoday.eu/> Teach Today (на английском языке)
9. <http://www.make-it-safe.net/> Make-IT-safe Campaign (на английском языке)
10. <http://www.thinkuknow.org/> Think U Know Initiative (на английском языке)
11. <http://www.inhope.org/> INHOPE – Ассоциация интернет-провайдеров «горячих линий» (на английском языке)
12. <http://www.nachalka.com/bezopasnost> Раздел сайта Началка.ру дает советы по онлайн-безопасности для родителей, и учителей.
13. <http://www.netpolice.ru/> Сайт NetPolice популяризирует безопасный и эффективный доступ в интернет для детей и подростков.

СНОСКИ

1. По подсчетам Internet World Stats.
2. Результаты исследования gemiusAudience «Do you CEE? - Тенденции развития интернет-рынка стран Центральной и Восточной Европы в 2006-2009 гг.».
3. Интернет-ассоциация Украины (ИНАУ) использует данные компании InMind (12,6 млн. чел., второй квартал 2010 г.), а Украинская ассоциация интернет-рекламы (УАИР) – данные Gemius и GfK (8,25 млн. чел., осень 2009 г.).
4. В Украине наблюдался наибольший скачок роста в период с 2006 по 2009 год - 84 % (данные исследования gemiusAudience).
5. Координатор отдела Совета Европы по вопросам медиа и информационного общества Ли Хиббард // «Корреспондент», 02.02.2010
6. Бугайова Н.М. Ризики сучасних комп'ютерних технологій: ігрова залежність. // Інформаційні технології в наукових дослідженнях і навчальному процесі: Матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції, м. Луганськ, 14-16 листопада 2006.
7. Исследования Symantec 2009 г. Рейтинг детских поисковых запросов в интернете. Режим доступа: http://www.infox.ru/hi-tech/internet/2009/12/21/Opublikovan_ryeyting.phtml
8. Orzack M.H. Computer addiction: What is it?//Psychiatric Times. – August.-1998, V.15, N8.
9. Young K.S. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder//CyberPsychology and Behavior.- 1998, V.1, P.237-244.
10. Кримінальний Кодекс України, ст.301. Закон України №1819-VI, документ 1819-17 «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії розповсюдженню дитячої порнографії».
11. Кримінальний Кодекс України, ст.190.
12. Особлива частина Розділ XVI «Злочини у сфері використання електронно-обчислювальних машин (комп'ютерів) систем та комп'ютерних мереж і мереж електровз'язку», ст. 361, 361-1, 361-2, 363-1.
13. Болтівець С.І. Педагогічна психогігієна: теорія та методика: Монографія. — К.: Редакція «Бюлетеня Вищої атестаційної комісії України», 2000.
14. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості. К.: Вид-во ТОВ «КММ», 2006.
15. Чепань М.-Л. Пять великих тайн исторической психологии.– К.: «Школьный мир», 2005.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

- Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості. К.: Вид-во ТОВ «КММ», 2006.
- Максименко С.Д.. Загальна психологія. 3-є видання. Перероблене та доповнене. Навчальний посібник. – К.: «Центр учбової літератури», 2008.
- Максименко С.Д. Психологія у соціальній та педагогічній практиці. Методологія, методи, програми, процедури. – К., 1998.
- Максименко С.Д. Психологічне здоров'я дітей. В кн.: Авторські програми з психології. – К.: «Шкільний світ», 2002.
- Максименко С.Д., Чепа М.-Л.А., Бугаєва Н.М. Трансформационные механизмы нужды в зависимость: генетико-моделирующий метод прогнозирования аддикций в онтогенезе. Конференция «Экспериментальная психология в России: традиции и перспективы», Москва, 2010.
- Максименко С.Д., Максименко К.С., Папуча М.В. Психологія особистості. – К.: Вид-во ТОВ «КММ», 2007.
- Максименко С.Д., Кокун О.М. Теоретико-методологічні засади психологічного обґрунтування заходів пропагування серед молоді здорового способу життя / С.Д. Максименко // Практична психологія та соціальна робота. – 2009. – № 8. – С. 59-63.
- Болтівець С.І. Педагогічна психогігієна: теорія та методика: Монографія. — К.: Редакція «Бюлетеня Вищої атестаційної комісії України», 2000. — 302 с.
- Болтівець С.І. Теоретико-методичні основи психогігієнічного виховання молоді [Текст] // Практична психологія та соціальна робота : науково-практичний освітньо-методичний журнал. - 2009. - N 9. - С. 60-63.
- Болтівець С.І. Вікові особливості періодизації психорегуляційних норм розвитку учнів. // Проблеми загальної та педагогічної психології: 36. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г.С.Костюка АПН України /За ред. С.Д.Максименка. – К., 2004. – Т. VI, вип. 8. – С. 33-43
- Болтівець С.І. Духовність і мораль у молодіжному середовищі. Дивосвіт. – 2003. – №2. – С. 24-26
- Болтівець С.І. Педагогічні аспекти психогігієни учня. – К.: Рад. школа. – 1990. – № 5. – С. 66-70
- Болтівець С.І. Как помочь подростку найти свой образ, или психогигиена собственного образа. // Зеркало моды – 2001. – №5 (23). – С. 66-67.
- Чепа М.-Л. Пять великих тайн исторической психологии. – К.: «Школьный мир», 2005.
- Чепа М.-Л.А. Від фізіології до духовості: якісні рівні вікового розвитку. Сборник трудов “Духовно-нравственное развитие личности в многокультурном славянском пространстве” Ростовский государственный педагогический университет. Дата розміщення 23.04.2003.
Режим доступа: <http://rspu.edu.ru/conferences/religious/Chepa.htm>
- Чепа М.-Л.А. Психологічні особливості формування тютюнозалежності у підлітковому та юнацькому віці. Сучасні підходи до профілактики тютюнокуріння, алкоголізму, наркоманії та СНІДУ. Матеріали конференції. – К.: 2003. – С. 38–39.
- Чепа М.-Л.А., Рождественський Ю.Т. Психологія uzалежньєн (на прикладі формування тютюнозалежності. Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С.

Костюка АПН України. – К.: 2003, Т.V, ч.4. – С. 347–353.

- Чепя М.-Л.А., Чайка Г.В., Пупцева Т.В. Тренування психічних функцій школяра комп'ютерними засобами. Науково-методичний посібник. За ред. М.-Л.А. Чепи. – К., Інститут психології АПН України, 1996.–99 с.

- Бугайова Н.М. Психологічні проблеми інтернет-адикції в умовах використання телекомунікаційних технологій. Розділ 4. Телекомунікаційні технології у навчальному процесі: методичні рекомендації. – Київ, НАП України, 2009.

- Бугайова Н.М. Ризики сучасних комп'ютерних технологій: ігрова залежність. // Інформаційні технології в наукових дослідженнях і навчальному процесі: Матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції, м. Луганськ, 14–16 листопада 2006 р. Т.1.- Луганськ, 2006.

- Бугайова Н.М. Психологічні закономірності розвитку адикцій в онтогенезі. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України / За ред. С.Д. Максименка. Т. XII, част. 4. – К., «ГНОЗИС», 2010.

- Бугаева Н.М. Глобальные риски использования современных телекоммуникационных технологий. - Актуальные проблемы психологии: Психологическая теория и технология навчання. – К.: Міленіум, 2007. – Т.8, вип. 3.

- Бугайова Н.М. Віртуальні романтичні стосунки в Інтернеті, кіберсексуальна залежність.. - Актуальні проблеми психології: Психологічна теорія і технологія. – К.: Вид. Університету ім. М.П. Драгоманова, 2008. – Т.8, вип. 5.

- Бугайова Н.М. Інтернет-адикція як форма залежної поведінки. // Теорія та методика навчання математики, фізики, інформатики. - Кривий Ріг, "НМетАУ", 2006.- Т.3, вип. VI.- 408 с. (7 стор. – 0,3).

- Бугайова Н.М., Цап В.Й. Профілактика Інтернет-залежності в перебігу електронного навчання: збірник наукових праць. Випуск I. – Кривий Ріг: Видавничий відділ НметАУ, 2010.

- Войскунский А.Г. Психологические исследования феномена Интернет-аддикции. Режим доступа: <http://psynet.carfax.ru/texts/voysk4.htm>

- Егоров А.Ю. Нехимические зависимости.- СПб.: «Речь».- 2007.- 190с.

- Котляров А.В. Другие наркотики или Homo Addictus: Человек зависимый.- М.: Психотерапия.- 2006.- 480 с.

- Старшенбаум Г.В. Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей.- М., изд. "Когито-Центр", 2005.

- Marks I. Behavioural (non-chemical) addictions//British J. Addict.- 1990, V.85. - P.1389–1394.

- Orzack M.H. Computer addiction: What is it?//Psychiatric Times. – August.-1998, V.15, N8.

- Young K.S. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder//CyberPsychology and Behavior.- 1998, V.1, P.237–244.

ДЕТИ В ИНТЕРНЕТЕ: КАК НАУЧИТЬ БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ

КРАТКАЯ ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- Повышайте собственную компьютерную и интернет-грамотность.
- Станьте для своего ребёнка другом и советчиком, осваивайте интернет вместе.
- Выберите наиболее приемлемый способ технической защиты: от регулярно обновляемого антивируса до установки специального программного обеспечения родительского контроля на ПК, а также на мобильный телефон.
- Создайте территорию безопасного интернета. Предложите детям познавательные, интересные и увлекательные ресурсы, посещая которые они будут защищены от рисков виртуального мира. Используйте обновляемый список рекомендованных сайтов для детей на <http://online-bezpeka.kyivstar.ua/>

Семейная онлайн-безопасность – ответственность каждого

Обучите ребенка правилам безопасной работы в Сети:

1. Разъясните ребенку важность сохранения своей и чужой конфиденциальной информации:

- нельзя выкладывать в интернете информацию о семье, ее финансовых делах, адреса проживания и учебы, номера телефонов, кредитной карты или банковские данные;
- никому, кроме родителей, нельзя выдавать пароли интернета, даже лучшим друзьям.

2. Научите детей вести себя в онлайн – как в реальной жизни. Точно так же, как в жизни, в Сети ребенок должен вести себя вежливо, не делать чего-либо, что может обидеть других людей или противоречит закону. Объясните детям, что в интернете следует с уважением относиться к людям и к их авторским правам. Незаконное копирование и распространение материалов, являющихся чьей-либо собственностью, считается кражей.

3. Виртуальный собеседник может выдавать себя за другого. Научите ребенка не слишком доверять незнакомцам в Сети. Ребенок должен знать, что нельзя назначать встречи с виртуальными знакомыми без разрешения родителей.

4. Виртуальный мир иногда стоит реальных денег. Всегда нужно выяснять, сколько стоят специальные интернет сервисы, ведь например, иногда стоимость SMS в онлайн-игре не указывается. Если такая информация не ясна, нужно обращаться за советом к родителям, которые помогут разобраться, сколько на самом деле стоит SMS и так ли уж необходимо его отправить.

5. Спрашивать совета – можно и нужно. Сообщите ребёнку, что он может обратиться к Вам в любой ситуации, которая его беспокоит. Если в интернете (в общении электронной почты, на сайте, форуме, чате) что-либо не понятно, тревожит или угрожает, всегда нужно обращаться за помощью к родителям. Информация и услуги в интернете не всегда безопасны, поэтому прежде чем загружать, устанавливать или сохранять что-либо из интернета, нужно получить разрешение родителей. Научите проверять информацию из Сети с помощью дополнительных запросов и обращения к проверенным источникам.

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК