

**Муниципальное бюджетное учреждение  
Дополнительного образования  
«Детско-юношеская спортивная школа №1»**

**Методические рекомендации по обеспечению  
информационно-психологической безопасности»**

Подготовила: Фоминичева О.С.,  
инструктор-методист

г. Константиновск  
2018-2019 учебный год

«Зачастую дети принимают все, что видят по телевизору и в Интернете, за чистую монету. В силу возраста, отсутствия жизненного опыта и знаний в области медиаграмотности они не всегда умеют распознать манипулятивные техники, используемые при подаче рекламной и иной информации, не анализируют степень достоверности информации и подлинность её источников. Мы же хотим, чтобы ребята стали полноценными гражданами своей страны – теми, кто может анализировать и критически относиться к информационной продукции. Они должны знать, какие опасности подстерегают их в сети и как их избежать»

Виртуальная угроза, подстерегающая детей в Интернете, становится более опасной, чем очевидные опасности, от которых мы пытаемся защитить наших детей.

Оставить ребёнка в Интернете без присмотра – всё равно, что оставить его одного в большом городе. Детское любопытство или случайный клик по интересной ссылке легко уведут его на опасные сайты. Родители! Научите своего ребенка использовать Интернет в качестве инструмента для самопознания и источника информации, необходимой для успешного существования в социуме! Помните! Интернет с одной стороны открыл пространство для чистого творчества и свободного выражения, но с другой стороны позволил развиваться процессам, пагубно сказывающимся на психологическую безопасность и психологическое здоровье ребенка, подростка!

### **Какие опасности для детей таятся в Интернете:**

#### **Явные опасности**

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

#### **Опасные молодёжные течения.**

Подросткий ребёнок будет обращаться в сфере его возрастной группы, которая часто так и называется – сложный возраст. Сайты всевозможных фанатов, социальные сети, объединяющие людей с неуравновешенной психикой в разного рода группы депрессивных течений и группы суицидальной направленности, толкают порой детей к суициду (буллициду) – всё это нужно заблокировать для ребёнка. Также опасение вызывает тот факт, что ряд экстремистских групп используют Интернет для распространения своих идей, пропаганды насилия в отношении национальных меньшинств и иммигрантов. Часто в подростковом возрасте возникает повышенный интерес к своей формирующейся личности. Подростки много времени уделяют своей внешности, пытаются обнаружить у себя часто не существующие косметические дефекты, самостоятельно исправить их. Подписываясь на такие сообщества или группы в социальных сетях как «0 калорий», «Типичная анорексичка» и т.д. ребенок может



заинтересоваться и применить на себе опасные диеты и тем самым испортить здоровье.

### **Виды информации, причиняющей вред здоровью и (или) развитию детей**

К информации, запрещенной для распространения среди детей, относится информация:

1) побуждающая детей к совершению действий, представляющих угрозу их жизни и (или) здоровью, в том числе к причинению вреда своему здоровью, самоубийству;

2) способная вызвать у детей желание употребить наркотические средства, психотропные и (или) одурманивающие вещества, табачные изделия, алкогольную и спиртосодержащую продукцию, пиво и напитки, изготавливаемые на его основе, принять участие в азартных играх, заниматься проституцией, бродяжничеством или попрошайничеством;

3) обосновывающая или оправдывающая допустимость насилия и (или) жестокости либо побуждающая осуществлять насильственные действия по отношению к людям или животным, за исключением случаев, предусмотренных настоящим Федеральным законом;

4) отрицающая семейные ценности и формирующая неуважение к родителям и (или) другим членам семьи;

5) оправдывающая противоправное поведение;

6) содержащая нецензурную брань;

7) содержащая информацию порнографического характера.

### **Родители ПОМНИТЕ!**

На страницах Интернета, которые посещает Ваш ребенок, маркерами пропаганды СУИЦИДА являются:

- наличие предложения, просьбы, приказа совершить самоубийство;
- наличие указания на самоубийство как на способ решения проблемы;
- выражение положительной оценки, либо одобрение: совершения самоубийства, либо действий, направленных на самоубийство, или намерений реального (воображаемого) собеседника или третьего лица совершить самоубийство, а также призыва, побуждающего совершить самоубийство;

- информация, содержащая аргументы, побуждающие к совершению самоубийства, в том числе представление самоубийства как обыденного явления (приемлемого, логичного и закономерного в современном обществе поступка);

- выражение осуждения, высмеивания неудавшейся попытки совершить самоубийство, в том числе, включая описание отношения, чувств и обсуждения темы лицами, имеющими опыт попытки самоубийства;

- наличие любого объявления, в том числе о знакомстве, с целью совершения самоубийства, группового и (или) асистированного самоубийства, а также в целях попытки совершения самоубийства;

- наличие опроса (голосования), теста, рейтинга на предмет выбора самоубийства как способа решения проблемы, равно как на предмет выбора



наиболее безболезненного, надежного, доступного, эстетичного способа самоубийства;

- наличие информации об одном и более способах совершения самоубийства;

- наличие описания (демонстрации): процессов, процедур, изображающих (воспроизводящих) любую последовательность действий и (или) возможных результатов (последствий) совершения самоубийства, средств и (или) мест для совершения самоубийства в контексте рассматриваемого на странице в сети «Интернет» способа самоубийства;

- наличие информации о совокупности необходимых для самоубийства условий (выбор места, времени, способа, иные подготовительные действия, которые необходимо совершить для достижения цели самоубийства);

- наличие повышенного интереса к психоактивным веществам. Учитывая, что дети зачастую обмениваются информацией в социальных сетях с помощью картинок, зрительных образов, интерес к измененным состояниям сознания проявляется наличием изображений различных психоактивных веществ (алкоголь, наркотики и пр.), информации о способах их употребления, возможных положительных эффектах и отсутствии негативных последствий.

- наличие в социальной сети на странице ребенка видео- и аудиозаписей с деструктивной тематикой, количество просмотров подобных видеороликов в совокупности с частым упоминанием о них ребенком в повседневной жизни демонстрирует повышенный интерес к подобному поведению.

### **Наркотики, алкоголизм**

Мы говорим нашим детям о том, что алкоголизм – это страшная болезнь, а наркотики убивают, но мы не говорим о том, что они вызывают чувство временной эйфории и что именно в этом кроется опасность. Это наша ошибка. Будьте уверены: об этом они узнают от сверстников, прочитают в Интернете, и тогда беда застанет их врасплох. Не допустите, чтобы ложь опередила вас, найдите время и нужные слова, чтобы верно пояснить проблему.

### **Секты**

Следите за тем, с кем и на каких сайтах общается ребёнок в Сети. Проверяйте сообщества, форумы, чаты и сразу блокируйте подозрительные из них. Сектанты – вербовщики всегда принимают облик друзей и обещают что-то хорошее – разберитесь в вопросе сами, насколько это возможно. И помните! Всякое дерево познаётся по плодам. Не позволяйте встречаться с незнакомыми виртуальными собеседниками.

### **Вирусы, трояны, обманщики**

Помимо опасностей человеческих, есть ещё опасности чисто технические. Заблудившись в Сети, очень легко заразить компьютер вредоносными программами, которые могут добавить вам головной боли: кража паролей и прочей конфиденциальной информации, спам от вашего



имени, хулиганство, вымогательство, угрозы – всё это может быть плодами вирусов.

### **Интернет-магазины**

Сейчас развелось множество различных сайтов, предлагающих огромный ассортимент различного вида товара: от дисков до компьютера последнего поколения. К сожалению, в погоне за количеством, теряется качество, а методы привлечения клиентов у многих Интернет-магазинов давно уже вышли за рамки законов и совести. Вам могут запросто прислать подделку или вовсе оставить ни с чем.

Кто-то скажет – если целиком оградить ребёнка от всего этого, то он окажется неподготовленным к жизни и сильно пострадает, столкнувшись один на один с жестокой реальностью. Это очень опасное заблуждение. Вы никогда не сможете оградить ребёнка от мира целиком. Поверьте, он в достаточной мере получит контакт с враждебной внешней средой в школе, на улице, со сверстниками и даже по телевизору. Если и в семье ребёнок не увидит стремления к чистым и светлым принципам, то как же он сделает правильный выбор в будущем? Помните! Оградить ребёнка от всего чистого и светлого – ничего не стоит. Достаточно просто ничего не делать.

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

**Пункт 1:** Как можно больше общайтесь со своим ребенком, чтобы избежать возникновения Интернет-зависимости. Приобщайте ребенка к культуре и спорту, чтобы он не стремился заполнить свободное время компьютерными играми. **Запомните!** Не существует детей, которых бы не интересовало ничего, кроме компьютера. **Помните!** «Ребенку для полного и гармоничного развития его личности необходимо расти в семейном окружении, в атмосфере счастья, любви и понимания»

**Пункт 2:** Существуют определенные механизмы контроля пользования Интернетом, например:

- размещать компьютер в общих комнатах, или быть рядом, когда дети пользуются Интернетом;
- совместное с ребенком пользование Интернетом;
- устанавливать специальные системы фильтрации данных, самостоятельно закрывающие доступ к определенной информации. Критерии фильтрации задает взрослый, что позволяет устанавливать определенное расписание пользования интернетом.

**Пункт 3:** Возможные Соцсети, в которых могут «сидеть» Ваши дети – это ВКонтакте, Одноклассники, Facebook, Фотострана, MySpace. Также обратите внимание на ресурс «Мой Мир» на почтовом сайте Mail.

При общении в Сети у ребенка завязываются виртуальные отношения с новыми «знакомыми» и «друзьями», которые кажутся безобидными, поскольку Интернет-друг является как бы «ненастоящим». Предупредите своего ребенка, что под именем «нового друга» может скрываться мошенник или извращенец. Виртуальное хамство и розыгрыши часто заканчиваются

киберпреследованием и киберунижением, доставляя объекту травли множество страданий.

**Пункт 4:** Научите детей не оставлять в публичном доступе личную информацию: контакты, фото, видео. Запомните принцип Интернет: «Все, что вы выложили, может быть использовано против вас». Желательно оставлять только электронные способы связи. Например, специально выделенный для подобного общения e-mail или номер icq.

**Пункт 5:** Станьте «другом» Вашего ребенка в Соцсетях. Это Вам поможет контролировать виртуальные отношения ребенка с новыми «знакомыми» и «друзьями». Объясните ему, что Другом должен быть только тот, кто хорошо известен.

**Пункт 6:** Контролируйте время, которое Ваш ребенок проводит в Интернете. Длительное времяпрепровождение в Сети может быть связано с «заигрываниями» со стороны педофилов, особенно в блогах, социальных сетях.

**Пункт 7:** Несмотря на моральный аспект, периодически читайте электронную почту ребенка, если вы видите, что после прочтения почты Ваш ребенок расстроен, растерян, запуган.

**Пункт 8:** Главное средство защиты от мошенника, педофила – ребенок должен твердо усвоить, что виртуальные знакомые должны оставаться виртуальными. То есть – никаких встреч в реальном мире с теми друзьями, которых он обрел в Интернете. По крайней мере, без родительского присмотра.

**Пункт 9:** Средство защиты от хамства и оскорблений в Сети – игнорирование пользователя, ни в коем случае не поддаваться на провокации. Объясните ребенку, как пользоваться настройками приватности; как блокировать нежелательного «гостя»: добавить пользователя в «черный список», пожаловаться модератору сайта.

**Пункт 10:** Избежать неприятного опыта с покупками в Интернет-магазинах можно, придерживаясь нескольких правил: проверьте «черный список», читайте отзывы в Интернете. Вас должна насторожить слишком низкая цена товара, отсутствие фактического адреса и телефона продавца на сайте, стопроцентная предоплата.

**Пункт 11:** Для защиты компьютера от вирусов установите специальные для этого программы и периодически обновляйте их. Объясните ребенку, что нельзя сохранять на компьютере неизвестные файлы, переходить по ссылкам от незнакомцев, запускать неизвестные файлы с расширением \*.exe, так как большая вероятность, что эти файлы могут оказаться вирусом или трояном.



## ГЛОССАРИЙ

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

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

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

Согласно российскому законодательству, информационная безопасность (медиабезопасность) детей – это состояние защищенности детей, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией, в том числе – распространяемой в сети Интернет, вреда их здоровью, физическому, психическому, духовному и нравственному развитию.

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

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

**Виктимизация детей** – это процесс функционального воздействия насильственных отношений на ребенка, в результате чего ребенок превращается в жертву насилия, т.е. приобретает виктимные физические,



психологические и социальные черты и признаки. Обычно «виктимизацию» определяют как действия, предпринятые одним человеком или несколькими людьми с намерением воздействовать, дискриминировать, нанести физический ущерб или причинить психологическую боль другому человеку.

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

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

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

#### **Виды кибербуллинга**

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

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

**Кибервандализм** – хулиганство в Сети.

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

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

**Спам** (англ. spam) – массовая рассылка коммерческой, политической и иной рекламы или иного вида сообщений (информации) лицам, не выразившим желания их получать.

**Троян** – вредоносная программа, распространяемая людьми. В отличие от вирусов и червей, которые распространяются самопроизвольно.

**Фишинг** – вид интернет-мошенничества, целью которого является получение доступа к конфиденциальным данным пользователей – логинам и паролям. Это достигается путём проведения массовых рассылок электронных писем от имени популярных брендов, а также личных сообщений внутри различных сервисов, например, от имени банков (Ситибанк, Альфа-банк), сервисов (Rambler, Mail.ru) или внутри социальных сетей (Facebook, Вконтакте, Одноклассники.ru). В письме часто содержится прямая ссылка на сайт, внешне неотличимый от настоящего, либо на сайт с редиректом. После того, как пользователь попадает на поддельную страницу, мошенники пытаются различными психологическими приёмами побудить пользователя



ввести на поддельной странице свои логин и пароль, которые он использует для доступа к определенному сайту, что позволяет мошенникам получить доступ к аккаунтам и банковским счетам.