

## РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ПОДДЕРЖАНИЮ ЦИФРОВОЙ ГИГИЕНЫ.

С учетом особенностей поведения детей и подростков в интернете и их потребностей, стоит уделить особое внимание анонимности и приватности, целостности цифрового образа, защите репутации, защите от кибербуллинга и нежелательных знакомств, а также финансовых онлайн-транзакций и счетов.

Чтобы эти навыки безопасного поведения в информационной среде сформировались, потребуется немало времени, именно поэтому работу стоит начать сегодня.

**?** Что же делать родителям?

В первую очередь надо осознать, что полностью контролировать поведение подростка в интернете невозможно. Так же, как раньше было невозможно полностью контролировать, что ребенок делает во дворе после уроков.

Однако взрослые могут и должны быть авторитетным источником информации о том, что такое хорошо и что такое плохо в новых реалиях. В этом отношении в мире ничего не изменилось и мы, родители, по-прежнему должны и можем быть авторитетом для своих детей.

В цифровом пространстве есть свои правила гигиены. К использованию интернета и потреблению информации стоит относиться так же, как к потреблению в физическом мире.

=====

**Вот базовые приемы информационной безопасности, о которых нужно знать и говорить детям и подросткам:**

1. Не давайте свой телефон незнакомым людям, которым якобы нужно срочно позвонить. Вы же не хотите, чтобы в руки незнакомцев попал разблокированный телефон.
2. Используйте длинные и надежные пароли, а также двухфакторную аутентификацию, особенно для платежей и денежных переводов. Использование удобных коротких паролей может плохо кончиться.
3. Меньше рассказывайте о себе в интернете. Думайте, кому и что вы говорите. Злоумышленники могут использовать раскрытые вашими же руками личные данные, чтобы атаковать вас.

4. Не принимайте запросы на дружбу от незнакомых людей в социальных сетях. Как минимум, это может кончиться валом рекламного спама. Про более скверные сценарии пишут в таблоидах каждый день.
5. Следите за тем, какие приложения получают на ваших устройствах доступ и к чему. Новой игре совершенно не обязательно знать, где вы сейчас находитесь или иметь доступ к камере или микрофону.
6. Обновляйте программы и операционные системы на всех устройствах (не только мобильных). Разработчики не зря едят свой хлеб и в новых версиях добавляют не только красивые кнопки, но и закрывают уязвимости.
7. С осторожностью открывайте электронные письма. Открывать письма с неизвестных адресов — все равно, что есть еду, которую нашел на улице. Эффект может быть схожим — заражение.
8. Аккуратнее относитесь к использованию публичных сетей Wi-Fi при обращении к своему мобильному банку. В сети гостиниц и других мест отдыха часто внедряются любители легкой наживы.
9. Не скачивайте «поломанное» программное обеспечение с неизвестных сайтов. Заражение фактически обеспечено. Для этого и размещают такое ПО, наспигованное ловушками, а вовсе не для удобства наивных пользователей.
10. Контролируйте, что ваш ребенок покупает в интернете — все средства для этого встроены в современные операционные системы. Вы должны давать ребенку разрешение на покупку в сети в каждом случае.

Заведите для этих целей ОТДЕЛЬНУЮ дебетовую карту и пополняйте ее на ту сумму, которую не боитесь потерять.

11. Не сохраняйте пароли, даже если это супер удобно. Это самый простой вариант для мошенников, чтобы навредить вам и вашим финансам.

=====

## УЧИТЕ НА РЕБЕНКА СОБСТВЕННОМ ПРИМЕРЕ.

Помните, что дети и подростки в целом разбираются в использовании компьютеров и мобильных устройств лучше вас. Но они не имеют вашего жизненного опыта и более доверчивы.

Как поговаривала Фрекен Бок, «мой руки и учи уроки». А современным родителям стоит регулярно напоминать своим чадам: «Используй длинные пароли и не скачивай на свой телефон что попало».

=====

Нельзя предусмотреть все. Но можно научить ребенка базовым и принципиальным вещам. А в остальном он разберется самостоятельно.

=====

**Но прежде всего, конечно, сработают ваш личный пример и доверительные отношения.**

**!** Общайтесь полноценно с вашими детьми. Поддерживайте доверительность с самого раннего возраста. Это не просто, для этого нужно довольно много знать о развитии детской психики - чтобы не было раздражительности и срывов на ребенка - именно это разрушает доверительность.

Чтобы помогать ребенку обеспечивать цифровую безопасность, вы должны знать, какие сайты они посещают, с кем общаются, что любят смотреть.

Точно так же как вы не позволяете уходить из дома, не предупредив вас, куда и с кем ребенок пошел, вы не должны разрешать ему пользоваться интернетом, как ему захочется.

**!** Установите правила для использования интернета.

Четко определите время, которое Ваш ребенок может проводить в Интернете, и сайты, которые он может посещать.

Контролируйте выполнение этих правил, особенно, если компьютер находится в комнате ребенка. А лучше как можно дольше не позволять ребенку иметь отдельный компьютер.

**!** Запретите детям распространять личную информацию.

Объясните ребенку, почему опасно разглашать в Интернете информацию личного характера (номер телефона, домашний адрес, номер школы и т.д.), а также выкладывать свои фото до совершеннолетия.

**!** Объясните ребенку, что при общении в Интернете на чатах, форумах и в других ситуациях, требующих регистрации, нельзя использовать реальное имя.

Помогите ему выбрать регистрационное имя (ник), не содержащее никакой личной информации, вместо фотографии выберите аватар.

**!** Учите детей быть осторожными.

Рассказывайте ребенку о возможных опасностях Сети и их возможных последствиях. Ребенок должен знать, что нельзя открывать подозрительные файлы и ссылки, как бы заманчиво они не выглядели. Как нельзя открывать двери в дом незнакомым людям, чтобы они там ни говорили.

=====

Воспитывайте ребенка с такой любовью, чтобы он не боялся спрашивать вас о том, в чем он не уверен.

=====

**!** Не позволяйте Вашему ребенку встречаться с on-line знакомыми.

Объясните ребенку, что никогда нельзя быть уверенным в том, кто с тобой общается в сети.

**!** Научитесь сами, безопасно использовать интернет, чтобы затем советовать детям. Для многих родителей интернет является все еще неизвестным миром. Поэтому нам очень важно знать о том, что интернет предлагает нашим детям, чтобы затем советовать, как безопасно использовать интернет.

**Поэтому, первейшим и необходимейшим условием для безопасного пользования интернетом становится не тотальный запрет, слежка и контроль, а просвещение и обучение ребенка.**

**Лет с 5-6 детям можно понемногу рассказывать об опасностях цифрового мира, так же как мы рассказываем им об опасностях на проезжей части, в общественных местах.**

**Пока ребенок мал, доверяет и готов активно впитывать информацию, пока вы для него авторитет непререкаемый - используйте это время.**

**А дальше - сохраняйте доверительность и добрые отношения, свою авторитетность (не авторитарность), будьте интересны своим подрастающим детям, и продолжайте углублять их знания в области цифровой безопасности. И если ребенку очень что-то интересно, лучше вы сами расскажите об этом, разносторонне и полно, в соответствии с возрастом, чем запрещать и вынуждать детей идти на обман.**