

- Не пишите на эмоциях. Написанное не исчезнет и корректировать последствия эмоционального письма куда сложнее, чем слова, высказанные вслух. Помните, что любое письмо может стать достоянием широкой публики. Возможно, цепочку писем с вашим участием перешлют кому-то еще или сделают скрин.

#### Правила позиционирования в соцсетях

- Помните — скрыть информацию невозможно. Не публикуйте те материалы (фотографии, картинки, тексты), которые будут вас компрометировать. Любая информация может быть использована против нас.
- Перечитывайте посты чужими глазами — полезное упражнение, которое поможет фильтровать контент прежде чем выкладывать его на всеобщее обозрение.
- Проверяйте тщательно, кого вы добавляете в друзья, на каких фотографиях вас отмечают, сверяйтесь с группами, в которые вступаете, пишите внимательно информацию о себе.
- Проверяйте то, что вы постите.

#### Правила использования мессенджеров

- Соблюдайте «тихий час». Договоритесь с человеком, когда ему можно писать в вечерние часы. Если конкретной договоренности нет, то не пишите раньше 9:00 и позже 22:00.
- Смайлы и стикеры отправляйте, только если уверены, что вы и ваши собеседники понимают их одинаково.

**УСПЕХОВ В РАБОТЕ!**

**Проект**  
**«Факультет родительских наук»**  
**БФ «Дорога к дому»**  
**компании «Северсталь»**

**Серия**  
**«В помощь специалисту**  
**по работе с семьей и детьми»**

Составитель:  
 доцент кафедры психологии и педагогики  
 Вологодского государственного университета,  
 кандидат психологических наук  
 Вадурина Елена Николаевна.

Проект осуществляет свою деятельность  
 на базе БУ СО ВО «Территориальный центр  
 социальной помощи семье и детям»  
 г. Вологда, ул. Энгельса, д. 61



Руководитель проекта:  
**Кондакова**  
**Светлана Григорьевна**



8 (8172) 54-41-43  
 +7 (921) 149-49-75



fakultet35@mail.ru  
<https://родителям35.рф> и [дорога-к-дому.рф](https://дорога-к-дому.рф)



## БЕЗОПАСНОСТЬ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ И ЦИФРОВОЙ ЭТИКЕТ

Проект «Факультет родительских наук»  
 БФ «Дорога к дому» компании «Северсталь»

Серия «В помощь специалисту  
 по работе с семьей и детьми»



Уважаемые специалисты, так как социальные сети и мессенджеры стали неотъемлемой частью жизни детей, важно знать об их опасностях, чтобы информировать родителей и детей.

### ОПАСНОСТИ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ:

- Спонтанные покупки.
- Взрослый контент.
- Знакомства с опасными людьми.
- Выживание личной информации.
- Травля, запугивание (кибербуллинг).
- Призывы к суициду, агрессии.
- Суицидальные группы, группы людей, страдающих нервной анорексией, группы вербовки в запрещенные организации и др.
- Взлом аккаунтов, опасные ссылки.

### ОСОБЕННОСТИ В ПОВЕДЕНИИ РЕБЕНКА, КОТОРЫЕ ГОВОРЯТ О ТОМ, ЧТО РЕБЕНОК ПОПАЛ В ОПАСНУЮ СИТУАЦИЮ

1. Ребенок начинает особенно тщательно охранять тайну своей переписки, заметно, что он излишне беспокоится, прячется, когда с кем-то общается.
2. Настроение ребенка после пребывания в социальных сетях сильно меняется, могут появиться слезы или вспышки гнева.
3. Ребенок не может уснуть после общения с кем-то, становится агрессивен, если по какой-то причине перекрыт доступ к гаджетам.
4. Заметны перемены в психологическом состоянии: он перевозбужден и радостен либо, наоборот, выглядит испуганным и подавленным.
5. Задает вопросы вам или другим людям на нетипичные для него темы, касающиеся преступности, криминала, странных видов заработка денег, возможности суицида и др.
6. Тщательно «замечает следы»: не оставляет свои гаджеты доступными другим, быстро закрывает окна на экране, если их содержимое могут увидеть другие, меняет пароли на новые.

## ПРИЛОЖЕНИЯ И СЕРВИСЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЬСКОГО КОНТРОЛЯ, ЛУЧШИЕ ПО ОЦЕНКЕ ЭКСПЕРТОВ

### Список функций, эффективность которых оценивали эксперты:

- Защита настроек паролем.
- Скрытие браузера и приложений.
- Запрет на установку и удаление.
- Запрет и запрос на совершение встроенных покупок.
- Фильтрация контента по возрастному цензу.
- Фильтрация веб-сайтов.
- Ограничение на громкость музыки.
- Ограничение на использование мобильных данных.
- Ограничение по времени использования устройства, возможность удаленной блокировки.
- Отслеживание местоположения.
- Кнопка SOS.
- Истории звонков, SMS-трекер.

### Лучшие приложения для Android:

1. Kaspersky SafeKids (4,40 баллов);
2. Kidslox (4,37);
3. Mobile Fence Parental Control (4,10).

### Лучшие приложения для iOS:

1. Kaspersky SafeKids (4,53 балла);
2. Kidslox (4,51);
3. Встроенный родительский контроль iOS (4,20).

### ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ:

1. Всероссийский проект «Открытые уроки» – урок про социальные сети.
2. Открытые родительские собрания «Социальные сети».
3. Социальные ролики о влиянии интернета и опасностях в социальных сетях.
4. Документальный фильм BBC «Как смартфоны и соц-сети убивают наше время»

«Наше цифровое поведение имеет значение. То, как мы себя ведем в виртуальном пространстве, становится частью нашей идентичности».

**Цифровой этикет** – это правила поведения в интернете.

### Принципы цифрового этикета

1. Демонстрация позитивного отношения.
2. Субординация.
3. Симметрия (ориентироваться на собеседника при выборе способов общения).
4. Соблюдение личных границ.
5. Безопасность.

### Правила этикета при использовании гаджетов

- Сведите к минимуму использование телефона или планшета при личном общении с человеком. Человек, с которым сейчас происходит контакт, важнее того, кто может позвонить или написать в этот момент.
- Не доставляйте неудобств окружающим (звук, вибрация, свет). По нормам делового этикета считается, что звонок телефона должен быть нейтральным.

### Правила переписки по электронной почте

- Старайтесь минимизировать и сокращать текст письма. Следуйте простому принципу: письмо должно содержать информации не больше и не меньше, чем нужно.
- Ваш e-mail не должен содержать прозвищ, уменьшительно-ласкательных имен, нецензурных и оскорбительных слов.
- Каждое письмо должно содержать тему. Если мы захотим найти это письмо через неделю, месяц или год, тема очень поможет.
- Перечитывайте письмо перед отправкой. Оказывается, в цифровом этикете людей больше всего раздражают ошибки в сообщениях и письмах.