

kaspersky

Первый гаджет ребенка: советы родителям





Что нужно сделать перед тем, как подарить ребенку гаджет?

- Настройте учетную запись ребенка на устройстве. О том, как это сделать, рассказываем [в этой статье](#).
- Отключите покупку платных приложений и подписок в них.
- Установите приложения, которые пригодятся ребенку для общения и учебы (мессенджеры, обучающие игры и т. д.).
- Настройте параметры конфиденциальности для каждого приложения. О том, как это сделать, можно узнать на портале [Privacy Checker](#).
- Установите [надежное приложение для родительского контроля](#).
- Настройте возрастные ограничения для доступа к контенту с устройства ребенка.
- Включите блокировку входящих вызовов с неизвестных номеров.



Как организовать жизнь ребенка с новым гаджетом?

- Создайте систему правил использования гаджетов, которым будут следовать все члены семьи. О полезных цифровых привычках читайте [в нашем блоге](#).
- Определите, в каких местах и в какое время гаджетами пользоваться нельзя.
- Поощряйте занятия, не требующие использования гаджетов.
- Ограничьте использование смартфона во время:



еды;



подготовки ко сну;



семейных встреч и прогулок;



выполнения домашних и других учебных заданий;



приема гостей;



активного отдыха;



утренних процедур.



Каким правилам онлайн-безопасности нужно обучить ребенка?

- Установите четкие правила, определяющие, что можно и что нельзя ребенку делать в Интернете.
- Обучите ребенка основам конфиденциальности и расскажите о рисках, связанных с публикацией личной информации.
- Подчеркните, что в Интернете никому нельзя говорить, где ты живешь или находишься, и передавать свои учетные данные и пароли.
- Посоветуйте ребенку не использовать настоящее имя как имя пользователя.



О каких основных рисках нужно рассказать ребенку?

- Расскажите о фишинге и связанных с ним рисках.
- Предупредите, что скачивать игры с неофициальных и ненадежных сайтов опасно.
- Посоветуйте игнорировать сайты с [навязчивой рекламой, опросами и лотереями](#).
- Учите детей быть осторожней с подозрительными ссылками и непонятными вложениями в сообщениях электронной почты. Надежные защитные решения могут [обнаруживать и блокировать](#) как опасные страницы, так и любые вредоносные файлы и программы.
- Объясните, что если ему что-то кажется подозрительным в Сети, вы всегда готовы помочь.
- Помогите ребенку создать уникальный пароль и периодически менять его. [Надежный менеджер паролей](#) поможет справиться с этой задачей и сохранить пароли в безопасности.



Как помочь ребенку избежать опасного общения в Интернете?

- Предупредите ребенка, что он не должен принимать заявки в друзья от людей, которых не знает в реальной жизни.
- Попросите сообщать вам о каждом случае, когда незнакомец пытается выяснить личную информацию о ребенке или родителях.
- Регулярно обсуждайте онлайн-активность ребенка в доверительных разговорах.



Мой ребенок постоянно играет в онлайн-игры. Есть ли в этом риски? Как их избежать?

- Разрешайте ребенку играть в игры только с теми людьми, которых он знает, — по крайней мере, сначала.
- Научите ребенка создавать закрытые игры или собственный игровой сервер.
- Объясните, что загружать можно только игры с положительными отзывами и большим количеством скачиваний из официальных магазинов приложений.
- Скажите, что по ссылкам, которыми делятся пользователи чатов, лучше не переходить.
- Подумайте об установке современного защитного решения с «игровым режимом», которое может обнаруживать фишинговые страницы и вредоносные программы.
- Обратите особое внимание ребенка на то, что никому нельзя сообщать свои пароли — даже друзьям.



Мой ребенок стал жертвой интернет-травли. Что делать?

- Сохраняйте спокойствие, позвольте ребенку поделиться своими переживаниями и рассказать подробности происшествия. Слушайте, не перебивая.
- Ребенок должен быть уверен в том, что вы его понимаете, и чувствовать себя в безопасности.
- Сделайте скриншоты всех сообщений, прежде чем удалить их или заблокировать агрессора.
- Посоветуйте ребенку не отвечать в негативном ключе и не мстить.
- Предложите ребенку сменить параметры конфиденциальности и пароли, заблокировать обидчика или отправить жалобу владельцам сайта или соцсети.
- Сообщите о случившемся в администрацию школы.
- Если в результате травли у ребенка изменилось поведение, возможно, следует обратиться за помощью к психологу.



Мой ребенок издевается над другими в Интернете. Что делать?

- Сохраняйте спокойствие. Соберите доказательства и проанализируйте ситуацию со всех сторон.
- Обсудите это с ребенком, чтобы понять его точку зрения.
- Помогите ему осознать последствия его действий. Спросите, как бы он себя чувствовал, оказавшись на месте жертвы.
- Посоветуйте ребенку извиниться перед жертвой лично или через посредника.
- Контролируйте использование гаджетов. Следите, как ребенок общается с другими, стараясь при этом не вторгаться в его личное пространство. С помощью [современных приложений для родительского контроля](#) можно отслеживать историю поиска на устройстве ребенка.
- Обучите ребенка правилам цифрового этикета и навыкам ответственного поведения в Интернете.
- Обратитесь к школьному соцработнику или психологу, чтобы выяснить, есть ли проблемы или стрессовые факторы, которые могли стать причиной такого поведения.



Какие вопросы задать ребенку, чтобы убедиться в его онлайн-безопасности?

- Что тебе больше всего понравилось из того, что ты посмотрел или прочитал сегодня в Сети?
- Попалось ли тебе что-то странное или непонятное?
- Ты переписываешься или играешь с людьми, которых не знаешь в реальной жизни? Во что вы играете? О чем разговариваете?
- Какой информацией ты делишься, а какую хранишь в тайне?
- Попадалось ли тебе что-то, что вызывало неприятные чувства?
- Ты нашел какие-нибудь новые сайты или приложения, которые тебе нравятся? Давай вместе посмотрим, что там!
- Ты знаешь, что делать, если получишь странное или неуместное сообщение или просьбу?
- Что ты думаешь об ограничении времени использования смартфона? Бывает, что тебе хочется отдохнуть от гаджетов?
- Тебе попадались люди, которые вели себя грубо с другими? Что ты чувствовал и что делал?



Как следить за действиями ребенка в Интернете, не нарушая его личного пространства?

- Регулярно обсуждайте с ребенком, что он делает в Интернете.
- Проводите время в Интернете вместе. Смотрите видео, играйте в игры, пробуйте новое вместе с ребенком.
- Используйте [приложения для родительского контроля](#), обеспечивающие безопасность детей.
- Объясните ребенку, почему вам приходится использовать эти приложения.
- По мере взросления ребенка переходите от строгого контроля к наставничеству, поощряя ответственное поведение в Сети.
- Будьте в курсе [последних тенденций и угроз цифрового мира](#). Рассказывайте о них ребенку в понятной форме.



Какие признаки говорят о том, что гаджеты негативно влияют на ребенка?

- Снижение успеваемости.
- Снижение физической или социальной активности.
- Физические симптомы, например усталость глаз, нарушение сна, плохая осанка.
- Изменения в поведении, например повышенная раздражительность, нежелание общаться с друзьями и родными.
- Пренебрежение обязанностями и потеря интереса к любимым занятиям.
- Эмоциональные изменения, например частые перемены настроения, повышенная тревожность, признаки депрессии, снижение самооценки, негативное отношение к своей внешности, низкая мотивация.
- Когнитивные расстройства, например снижение концентрации внимания или проблемы с памятью.

