

Некоторые аспекты обеспечения информационно-психологической безопасности школьников

Доклад на окружном родительском собрании
Педагога-психолога ЦПМСС «Доверие» САО г.Москвы
Канд.психол.наук
Пирумовой К.В.

Современный ребенок живет в мире постоянно увеличивающихся темпов роста информации. Изменились формы и методы распространения информации. Главная роль теперь принадлежит глобальным сетям. В Интернете на ребенка оказывать влияние может любой человек, политическая партия, группы людей, организации; нет никаких ограничений по территории влияния, времени. Средства влияния и возможности виртуального воздействия постоянно усиливаются и усложняются.

Всероссийское исследование «Дети России онлайн», проведенное в 2010–2011 гг. Фондом развития Интернета совместно с факультетом психологии МГУ имени М.В. Ломоносова и Федеральным институтом развития образования МОН РФ, охватившее 1025 детей в возрасте от 9 до 16 лет и 1025 их родителей из одиннадцати разных регионов России, выявило более рискованное и, следовательно, более незащитное поведение российских школьников в Интернете, нежели у их сверстников, живущих в развитых европейских странах. Среди особенностей использования интернет-технологий можно обозначить следующие:

- дети в России начинают впервые выходить в Глобальную сеть в возрасте 8–10 лет;
- большинство российских детей выходят в Сеть самостоятельно (около 80% детей), родители их практически не контролируют;
- дети часто встречают опасный контент (например, почти треть опрошенных детей сталкивались за последний год с изображениями сексуального характера в Интернете);
- не все родители достаточно осведомлены о существующих рисках в Интернете и способах защиты от них, многие зачастую недооценивают проблему безопасности.

Результаты влияния информации на здоровье ребенка, в том числе на его духовную жизнь, нравственность, непредсказуемы. С одной стороны, постоянно увеличиваются возможности для творческой и интересной жизни, саморазвития, с другой стороны, информационные потоки так огромны, что ребенок не всегда успевает обработать и запомнить даже полезную информацию. Дети и подростки легко могут найти или создать уникальную среду для виртуального общения и так же легко стать жертвами манипуляторов, подвергаться разного рода насилию. Информационные перегрузки приводят многих людей, в том числе и детей, к стрессам, депрессиям.

Многие дети с раннего возраста начинают играть в различные *компьютерные игры*, далеко не всегда развивающего характера, в которых используются самые фантастические виртуальные образы, как позитивные так и негативные. Надо сказать, что использование виртуальных образов ребёнком в отсутствие фундамента телесного, душевного и духовного здоровья (а в детском возрасте идет только закладка и формирование этого фундамента) приводят к следующим последствиям:

а) нарушению восприятия живого образа, нарастанию неумелости в деятельности в обычных условиях, восприятию мира в "искусственном" масштабе вне связи с реальным временем и пространством.

б) путанию реального и виртуального мира. До 6-7 лет у детей отсутствует механизм различения обыденной и виртуальной реальности, ребёнок продолжает виртуальный поединок наяву, ставит себя выше своих родителей, не может приспособиться к своему реальному "Я".

Кроме того, **до 7 лет у детского сознания нет защитного барьера от виртуальной агрессии**. Только после 12 лет дети имеют возможность хотя бы частично научиться разделять реальности □ виртуальную и действительную.

в) заражению сознания "информационной инфекцией", то есть агрессивными натуралистическими образами, приводящими к телесному "отравлению". Виртуально убивая и подавляя, **ребёнок получает удовольствие от удара, оскорбления, убийства, собственной злости и безнаказанности.** Привычная человеческая шкала ценностей переворачивается, извращается восприятие ребёнком окружающего мира.

г) задержке психического развития за счёт длительного восприятия жёстких, негибких, предзаданных форм изображения (так же как и при использовании роботизированных игрушек).

д) затруднению восприятия ребёнком себя: изменению сознания, воли, личности, эмоций, телодвижений (моторная неловкость, неестественность телодвижений). У ребёнка развивается невнимательность, неусидчивость, "витание в облаках"; нарастает, как снежный ком, неуспеваемость. Часто это сопровождается повышенной утомляемостью, раздражительностью, нарушением памяти и мышления.

е) включению ребёнком в свой образ чужого образа, отождествление себя с ним.

Виртуальные образы привлекают внимание ребёнка и создают психологическую зависимость за счёт искусственной стимуляции, перевозбуждения нервной системы. Это приводит к дисгармонии мозговых ритмов и гипервозбудимости детей.

Компьютерные игры психиатры всего мира считают наркотиком нового поколения, уводящим ребёнка из мира настоящего в мир иллюзий. Вырастая, он будет тратить своё свободное время на компьютерные игры в ущерб настоящей реальной жизни.

И, к сожалению, все чаще и чаще мы говорим о компьютерной зависимости.

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ.

Обратите внимание на психологические особенности вашего ребенка. Социально дезадаптированные дети имеют повышенную вероятность к приобретению Интернет-зависимости. Причина в том, что Интернет

позволяет оставаться анонимным, не бояться осуждения (если что-то сделал неправильно, всегда можно поменять имя и начать все заново), предоставляет гораздо более широкий выбор возможностей к общению, чем реальный мир. В Интернете ребенку гораздо легче выстроить свой виртуальный мир, пребывание в котором будет комфортным. Поэтому, если у ребенка что-то не получается в реальном мире, он будет стремиться к пребыванию там, где ему комфортно. С другой стороны, Интернет может помочь застенчивому ребенку стать более общительным, найти ту среду общения, которая более полно соответствует его уровню развития, и в результате повысить его самооценку. Если ваш ребенок в жизни замкнут, застенчив или склонен к унынию, вам необходимо внимательно следить за его отношением к Интернету с тем, чтобы предотвратить его превращение из средства раскрытия личности ребенка в плохо контролируемую страсть.

Следите за симптомами проявления Интернет зависимости. Она проявляется в том, что дети до такой степени предпочитают жизнь в Интернете, что фактически начинают отказываться от своей реальной жизни, проводя в виртуальной реальности большую часть своего времени. Интернет-зависимый ребенок чаще всего тих и замкнут, он ждет не дождется, когда можно будет подключиться к Интернету, ему тяжело выйти из него, он впадает в депрессию или становится раздражительным, если на несколько дней его отлучили от Интернета. Интернет-независимый ребенок легко может переключиться на другой канал общения, выйти из Интернета, когда в этом возникает необходимость, он всегда четко различает, где он сейчас общается – в Сети или нет. Спросите себя: оказывает ли времяпровождение в Сети влияние на школьные успехи вашего ребенка, его здоровье и отношения с семьей и друзьями? Выясните, сколько времени ваш ребенок проводит в Интернете.

Обратитесь за помощью к специалистам. Если у вашего ребенка проявляются серьезные признаки Интернет-зависимости, проконсультируйтесь с педагогом или психологом. Навязчивое использование Интернета может

быть симптомом других проблем, таких, как депрессия, раздражение или низкая самооценка. И когда эти проблемы будут решены, зависимость от Интернета может пройти сама собой.

Не запрещайте Интернет. Для большинства детей он является важной частью их общественной жизни. Вместо этого установите ***«Внутрисемейные правила использования Интернета»***. В них можно включить следующие ограничения: количество времени, которое ежедневно проводит в Интернете ребенок; запрет на Сеть до выполнения домашней работы; ограничение на посещение чатов или просмотр материалов «для взрослых».

Поддерживайте равновесие. Пусть ребенок почаще играет с другими детьми. Мотивируйте его на такое общение. Помогайте ребенку участвовать в общении вне Интернета. Если ваш ребенок застенчив и испытывает неловкость при общении с ровесниками, почему бы не рассмотреть возможность специального тренинга? Поощряйте участие ребенка в тех видах деятельности, которые объединяют детей с одинаковыми интересами, например, судомодельный, радиотехнический или литературный кружок.

Контролируйте своих детей. Существуют программы, которые ограничивают использование Интернета и осуществляют контроль за тем, какие сайты посещаются. Однако сообразительный ребенок, если постарается, может и отключить и эту службу. Поэтому ваша конечная цель – развитие у детей самоконтроля, дисциплины и ответственности.

Предложите альтернативы. Если вам кажется, что ваши дети интересуются только онлайн-развлечениями, попробуйте предложить им автономный аналог одной из их любимых игр. Например, если ваш ребенок получает удовольствие от ролевых игр на тему *фэнтези*, предложите ему почитать книги той же тематики, посмотреть фильмы.

Интернет может быть прекрасным местом как для обучения, так и для отдыха и общения с друзьями.

Но, как и весь реальный мир, Сеть тоже может быть опасна. Перед тем как разрешить детям выходить в Интернет самостоятельно, им следует уяснить некоторые моменты.

Расскажите своим детям об опасностях, существующих в Интернете, и научите правильно выходить из неприятных ситуаций. В заключение беседы установите определенные ограничения на использование Интернета и обсудите их с детьми. Сообща вы сможете создать для ребят уют и безопасность в Интернете.

Если вы не уверены, с чего начать, вот несколько мыслей о том, как сделать посещение Интернета для детей полностью безопасным.

- Установите правила работы в Интернете для детей и будьте непреклонны.
- Научите детей предпринимать следующие меры предосторожности по сохранению конфиденциальности личной информации:
 - Представляясь, следует использовать только имя или псевдоним.
 - Никогда нельзя сообщать номер телефона или адрес проживания или учебы.
 - Никогда не посылать свои фотографии.
 - Никогда не разрешайте детям встречаться со знакомыми по Интернету без контроля со стороны взрослых.
- Объясните детям, что разница между правильным и неправильным одинакова как в Интернете, так и в реальной жизни.
- Научите детей доверять интуиции. Если их в Интернете что-либо беспокоит, им следует сообщить об этом вам.
- Если дети общаются в чатах, используют программы мгновенного обмена сообщениями, играют или занимаются чем-то иным, требующим регистрационного имени, помогите ребенку его выбрать и убедитесь, что оно не содержит никакой личной информации.
- Научите детей уважать других в Интернете. Убедитесь, что они знают о том, что правила хорошего поведения действуют везде – даже в виртуальном мире.

- Настаивайте, чтобы дети уважали собственность других в Интернете. Объясните, что незаконное копирование чужой работы – музыки, компьютерных игр и других программ – является кражей.
 - Скажите детям, что им не следует встречаться с друзьями из Интернета. Объясните, что эти люди могут оказаться совсем не теми, за кого себя выдают.
 - Скажите детям, что не все, что они читают или видят в Интернете, – правда. Приучите их спрашивать вас, если они не уверены.
 - Контролируйте деятельность детей в Интернете с помощью современных программ. Они помогут отфильтровать вредное содержимое, выяснить, какие сайты посещает ребенок и что он делает на них.
 - Поощряйте детей делиться с вами их опытом в Интернете. Посещайте Сеть вместе с детьми.
- Регулярно посещайте Интернет-дневник своего ребенка, если он его ведет, для проверки.

Будьте внимательны к вашим детям!

Постарайтесь не терять с ними эмоционального контакта. Дети должны чувствовать и осознавать, что их любят и принимают в семье, несмотря на ошибки, которые мы все (а уж тем более дети) волей-неволей в жизни совершаем. Чувствуя любовь и поддержку близких, ребенок легче усвоит все вышеприведенные правила и рекомендации, относящиеся к безопасному пребыванию человека в виртуальном пространстве.