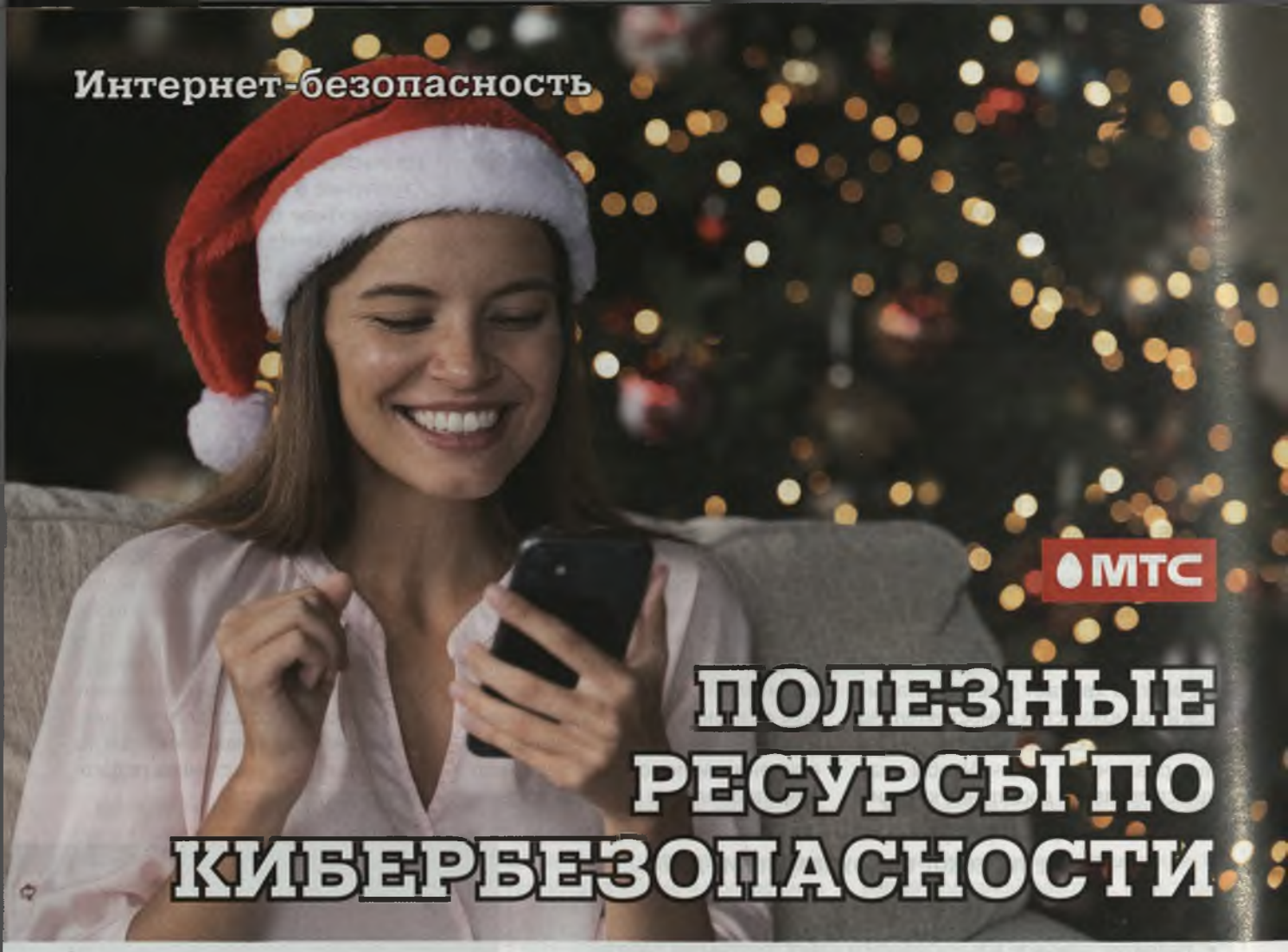


ПОЛЕЗНЫЕ РЕСУРСЫ ПО КИБЕРБЕЗОПАСНОСТИ

Продолжаем совместный проект с МТС. Современные подростки рано начинают пользоваться всеми возможностями смартфона. Но прежде, чем ребёнок окунётся в мир интернета и технологий, важно обсудить с ним базовые правила кибербезопасности.
Мы составили подборку блогов и подкастов, которые помогут разобраться, что такое цифровой этикет, как использовать программы родительского контроля и защитить ребёнка от кибербуллинга.

ТЕКСТ: ЕКАТЕРИНА СОРОКА

Чат-бот по кибербезопасности

В мессенджере Telegram компания МТС запустила голосовой чат-бот по кибербезопасности для детей – **@cybersafety_bot.** На онлайн-платформе шесть известных белорусских блогеров рассказывают о разных аспектах безопасности в интернете. Темы самые актуальные: почему важно придерживаться цифрового этикета, как защитить свой аккаунт от взлома, что делать, если столкнулся с кибербуллингом, как общаться с незнакомцами в Сети и т. д.

Чтобы получить полезную информацию, нужно зайти в чат-бот, нажать /start и выбрать понравившегося спикера. Далее появится небольшое голосовое сообщение с информацией о безопасном поведении в интернете. Пользователь может выбрать тему для подробного изучения и начать «беседу», а после получить ссылку на серию видеороликов проекта «Дети в интернете», которые предоставляют ещё больше полезной информации о кибербезопасности.

Блог Kaspersky Daily

«Самые интересные идеи и советы, которые помогут вам оставаться в безопасности в любой ситуации», – так отзываются о блоге его создатели. Сайт будет полезен родителям, которые хотят разобраться, какие существуют сетевые угрозы и как уберечь от них свою семью. Поднимаются темы вреда и пользы соцсетей, детских цифровых привычек, защиты от фишинговых атак, настроек безопасности аккаунтов: как изменить пароль, подключить двухфакторную аутентификацию, просмотреть сеансы и выйти из аккаунта на всех устройствах и т. д. Кроме этого, на сайте можно скачать антивирусные программы для разных устройств.

Сайт Netka.by

Ещё один полезный ресурс для родителей и подростков. Во-первых, заинтересованным родителям предоставляется структурированная информация и бесплатные консультации экспертов. Во-вторых, подросток может лично написать специалистам (предварительно оставив адрес электронной почты, на который придёт ответ), задать вопрос о цифровых технологиях и безопасности в интернете и получить понятный ответ. В-третьих, на сайте можно почитать о том, как правильно пользоваться сервисами и приложениями для родительского контроля, что не стоит выкладывать в интернет, как научить детей противостоять агрессии в Сети, что предпочесть онлайн-развлечениям и т. д.

Родителям на заметку: проект был создан неравнодушной мамой, когда её старшая дочь стала пользоваться интернетом. Поэтому здесь точно можно найти ответы на беспокоящие вопросы.

ПОДКАСТЫ

Удобный формат для родителей: можно слушать фоном во время выполнения разных дел. Например, если заняты готовкой или едете за рулём.

«Без шапки». Как бороться с травлей в интернете?

В этом выпуске авторы поговорили с директором социальных проектов VK, руководителем благотворительного сервиса «Добро Mail.ru» и автором проекта «День борьбы с кибербуллингом» Александрой Бабкиной. Что такое кибербуллинг и как он проявляется? В чём отличие детской травли в интернете от взрослой? Каким образом можно её остановить? Как вовремя понять, что ребёнок стал жертвой буллинга, и научить его отстаивать личные границы? Ответы на эти и другие вопросы родители услышат в подкасте.

«Что изменилось?». Кибербуллинг: чем опасна травля в интернете и как себя защитить?

Уже в анонсе авторы утверждают, что вариантов, как обидеть человека в онлайн-пространстве, много: от негативного комментария под постом до троллинга. Более 60 % пользователей сталкивались с агрессией в интернете, однако внимание этой проблеме стали уделять совсем недавно. В этом подкасте Александра Бабкина и практикующий педагог-психолог Иван Брушлинский расскажут о действующих лицах кибербуллинга (жертве, агрессоре и свидетеле), как отличить конфликт от насилия, где грань между шуткой и оскорбительным высказыванием, можно ли привлечь к ответственности за травлю в интернете. Подкаст одинаково полезен и подросткам, и их родителям.

«Гештальт для всех». Буллинг и кибербуллинг: жертвы и агрессоры

Ведущая Анна Ягода побеседовала с психотерапевтом и экспертом в теме буллинга Мариной Березиной. Кто может стать жертвой преследования? Как травля зарождается? Можно ли её предотвратить? Что делать, если распознал агрессора в себе? Подкаст полезен в первую очередь родителям, но его могут прослушать и подростки, которым интересно разобраться в причинах происходящего и не стать жертвой или хейтером.

Подкаст «Дети и сети»

Подкаст будет информативен для родителей. «Дети и сети. Talkовые вопросы» – ответы экспертов о развитии цифровых технологий, психологии общения с детьми и периоде самоизоляции. В первом видеовыпуске приглашённый гость Василий Чёрный, директор по маркетингу Brand Analytics, рассказывает об эпохе цифровой грамотности, трендах, которые формируются в интернете, и о том, как оградить подростков от негативной информации. Во втором выпуске – беседа с клиническим психологом Мариной Гудзенко о мотивации детей учиться дистанционно.

В аудиовыпуске более подробно рассматривается влияние соцсетей на молодое поколение, каким должен быть безопасный и полезный контент для подростков.

Если вы столкнулись с травлей в интернете, за помощью можно обратиться на круглосуточную бесплатную телефонную линию для детей и подростков, попавших в кризисную ситуацию, – 8-801-100-16-11 или написать в онлайн-чат психологу на kids.pomogut.by. Больше информации о кибербуллинге можно найти в обучающих видеороликах и тестах-тренажёрах на сайте проекта #ИнтернетБезБуллинга.

