

## ПАМЯТКА

### Цифровая гигиена: правила информационной безопасности, которым стоит научить своих детей

Существенную часть своей жизни современные дети и подростки проводят в интернете, а значит без базовых знаний в области кибербезопасности им, как и взрослым, не обойтись. Чем раньше начать прививать навыки безопасного взаимодействия с виртуальной средой, тем прочнее они усвоятся. И станут такими же естественными, как мытье рук.

Многие представители поколения Z (люди, родившиеся между 1997 и 2015 годами) не выпускают смартфоны из рук. Гаджеты для них подобны новому органу чувств, объединяющему с глобальной сетью. Они выросли вместе с интернетом, это естественная и неотъемлемая часть их жизни. У поколения Z в интернете создается свой образ, новое «я», там же происходит постижение и проверка окружающего мира.

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.

#### Что же делать родителям и учителям?

Запрещать, проверять или пустить все на самотек? В первую очередь надо осознать, что полностью контролировать поведение ребенка или 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.

## Цифровая гигиена

Вот 10 базовых приемов 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 биометрию и 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 закончиться 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, напигованное 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. Наконец, заведите для этих целей отдельную дебетовую карту и пополняйте ее на ту сумму, которую не боитесь потерять.

### **Учите на 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.