0. ИНСТРУКЦИЯ К НАВИГАТОРУ ПРОФИЛАКТИКИ СОЦИАЛЬНЫХ РИСКОВ ДЕТСТВА В ЦИФРОВОЙ СРЕДЕ

для педагогов-психологов, социальных педагогов, классных руководителей, педагогов, советников директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями, а также других специалистов системы образования и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних

ВЕРСИЯ 1.0
2025 год

Уважаемые коллеги!

Вашему вниманию предлагаются Методические материалы и памятки для специалистов по алгоритмам действий, направленных на предупреждение вовлечения несовершеннолетних в деструктивные группы, признакам девиантного (отклоняющегося) онлайн-поведения детей и подростков с учетом рисков, выявленных в сети Интернет — **Навигатор профилактики социальных рисков детства в цифровой среде** для педагогов-психологов, социальных педагогов, классных руководителей, педагогов и специалистов образовательных организаций, а также учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. Пакет разработок состоит из 3 частей и 17 памяток.

МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Включает в себя данную инструкцию к Навигатору профилактики социальных рисков детства в цифровой среде (памятка 0), а также 5 памяток:

0.1 **Социальные риски детства в цифровой среде.** В памятке описано что такое «риск», «уязвимость», «ресурсы развития и защитные факторы» в контексте проблемного и девиантного (отклоняющегося) поведения, систематизированы современные представления об онлайн-рисках и их негативных последствиях, а также описаны основные потребности, которые удовлетворяют дети и подростки в интернет-пространстве.

0.2 **Механизмы формирования опасного поведения подростков в интернет-пространстве.** Памятка поможет сориентироваться в специфике опасного поведения подростков в сети Интернет, этапах его развития, потенциальных факторах риска, предпосылках уязвимости и готовности к опасным действиям.

0.3 **Классификация видов девиантного (отклоняющегося) онлайн-поведения.** Здесь Вы найдете все виды и формы отклоняющегося онлайн-поведения и их основные признаки. Обобщенные признаки дают возможность соотнести их с тем или иным видом онлайн-поведения, каждый из которых имеет определенный цвет и номер. Это позволит Вам достаточно быстро найти нужную памятку по цвету и номеру в особой части Навигатора.

0.4 **Навигатор профилактики социальных рисков детства в цифровой среде: общий алгоритм действий.** В памятке представлено определение профилактики как направления деятельности специалистов, описаны ее уровни в контексте работы с онлайн-рисками. Общий алгоритм включает действия в рамках межведомственного взаимодействия специалистов органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. Он может быть использован Вами в процессе профилактической работы с детьми и подростками. Особое внимание уделяется сотрудничеству с родителями (законными представителями) несовершеннолетних, поскольку именно они являются главными людьми в жизни каждого ребенка. Взаимодействие с родителями (законными представителями) в каждом конкретном случае позволит Вам вырабатывать способы решения трудных ситуаций, учитывая действующее законодательство. Также в памятке указаны контакты для обращения за помощью и ссылки на методические ресурсы. Навигатор профилактики социальных рисков детства в цифровой среде логически связан с памятками особой части.

0.5 **Нормативно-правовая база в контексте информационной безопасности и профилактики социальных рисков в сети Интернет.** В данной памятке Вы найдете перечень основных нормативно-правовых актов в области информационной безопасности детей и подростков, профилактики негативных социальных явлений в детско-молодежной среде и правонарушений среди несовершеннолетних.

ОСОБАЯ ЧАСТЬ. Состоит из 8 памяток по различным видам девиантного (отклоняющегося) онлайн-поведения, соответствующих каждому виду специализированных алгоритмов действий специалистов и рекомендаций. Предложенные в памятках алгоритмы действий дополняют общий алгоритм (памятка 0.4 методической части) и учитывают не только психологическую, психолого-педагогическую и социально-психологическую специфику поведенческих проблем, но также и правовой контекст в процессе реализации комплексной помощи детям и семьям. Каждая памятка имеет свою цветовую индикацию, которая обозначена в классификации видов девиантного (отклоняющегося) онлайн-поведения (памятка 0.3. методической части):

1 **Памятка по социально-психологической дезадаптации и психоэмоциональному напряжению у детей и подростков (желтая гамма).** Сама по себе дезадаптация не является видом девиантного (отклоняющегося) онлайн-поведения, но в некоторых случаях может быть причиной или следствием поведенческих проблем и трудностей, усиливать их и способствовать тому, что дети и подростки «сбегают» из реального мира в сеть Интернет. Вы найдете в этой памятке описание более конкретных признаков, причин дезадаптации и сможете сориентироваться в том, как выстроить логику взаимодействия с ребенком, родителями (законными представителями) и коллегами в индивидуальной работе.

© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

2 **Памятка по киберагрессивному поведению (розовая гамма).** Травля и иные виды агрессии в последние годы ярко проявляются в онлайн-среде, что в ряде случаев приводит к серьезным последствиям. Признакам и подвидам киберагрессии посвящена данная памятка, и включает возможные действия в конфликтных и иных ситуациях, связанных с подобным поведением.

3 **Памятка по киберделинквентному поведению (красная гамма).** Правонарушения несовершеннолетних — сложная междисциплинарная проблема, решение которой зависит от целого ряда факторов. При этом сейчас появляются их новые подвиды в сети Интернет, отличающиеся своими признаками и спецификой проявлений, с которыми Вы можете ознакомиться в данной памятке. Более того, совершенствуется нормативно-правовое регулирование киберсреды, включая усиление ответственности пользователей за ненадлежащее онлайн-поведение. В данном контексте крайне важна слаженность работы команды специалистов и межведомственное взаимодействие, поэтому желательно в каждой образовательной организации выработать свои стиль, тактику и стратегию оказания комплексной помощи детям и подросткам при участии родителей (законных представителей) в соответствии с общим и специализированным алгоритмами действий.

4 **Памятка по кибервиктимному поведению (бордовая гамма).** Дети и подростки в силу возраста являются уязвимой и виктимной группой. В связи с этим они могут становиться жертвами злоумышленников и мошенников в сети Интернет. Поэтому особое внимание необходимо уделять признакам кибервиктимизации несовершеннолетних, знать подвиды кибервиктимного поведения и алгоритмы реагирования в таких ситуациях.

5 **Памятка по кибервиктимно-делинкветному поведению (темно-красная гамма).** В последние годы проявился новый смешанный вид поведения, при котором несовершеннолетний становится жертвой телефонных и/или онлайн-мошенников и, в состоянии заблуждения, находясь под их влиянием совершает противоправные действия агрессивно-насильственного и террористического характера. В памятке описаны характер манипулятивных действий и методы, которые могут быть использованы против детей и подростков, превентивные меры и алгоритм действий специалистов.

6 **Памятка по киберсамоповреждающему и киберсуицидальному поведению (синяя гамма).** Одной из острых проблем в настоящее время является суицидальное и самоповреждающее поведение, вызывающее обеспокоенность не только родителей (законных представителей) и педагогов, но и общества в целом. Такое поведение находит отражение в виртуальной реальности и требует очень тщательного и деликатного подхода к ребенку, поскольку нередко оно сопровождается его пониженным настроением, депрессивным фоном и глубокой подавленностью, которая иногда может быть не видна даже опытным специалистам. В данной памятке Вы можете сориентироваться в основных признаках киберсуицидального и несуицидального киберсамоповреждающего поведения, а также в алгоритме соответствующих безотлагательных действий.

7 **Памятка по кибераддиктивному поведению (фиолетовая гамма).** В настоящее время выделены и описаны разные подвиды нехимических зависимостей. В памятке представлены общие признаки и частные проявления, включая указание на то, какие срочные меры необходимо принимать в случаях, если ребенок или подросток проявляет признаки склонности к той или иной кибераддикции.

8 **Памятка по киберрискованному поведению (зеленая гамма).** В Интернете дети и подростки могут проявлять рискованные действия, а исследования показывают, что уже можно говорить о подвидах киберрискованного поведения, которое нередко приводит к нежелательным или негативным последствиям. Эти аспекты отражены в данной памятке.

РЕКОМЕНДАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ. В данной части представлены 3 памятки с рекомендациями для детей младшего школьного возраста, подростков и родителей (законных представителей), которые могут быть использованы как материал для просветительской деятельности, а также практические рекомендации для специалистов:

1) Памятка с рекомендациями для детей по безопасности в сети Интернет.

2) Памятка с рекомендациями для подростков по безопасности в сети Интернет.

3) Памятка с рекомендациями для родителей (законных представителей) по кибербезопасности детей и подростков.

4) Памятка с рекомендациями для специалистов по развитию медиакомпетенций у детей и подростков.

Надеемся, что Навигатор профилактики социальных рисков детства в цифровой среде поможет Вам и Вашим коллегам в процессе психолого-педагогической работы, практике оказания психологической помощи детям, подросткам и семьям, а также в решении сложных или нестандартных ситуаций.

В случае работы с тем или иным видом девиантного поведения **офлайн** используйте памятки Навигатора профилактики девиантного поведения **(2022)**

Для работы с жертвами используйте памятки Навигатора профилактики виктимизации детей и подростков **(2024)**

0.1. СОЦИАЛЬНЫЕ РИСКИ ДЕТСТВА В ЦИФРОВОЙ СРЕДЕ

ЧТО ТАКОЕ РИСК И УЯЗВИМОСТЬ?

Различные социальные риски и уязвимости играют роль в формировании девиантного (отклоняющегося) поведения офлайн и онлайн. Поэтому специалистам важно понимать, что такое риск и уязвимость.

РИСК — это любое условие или обстоятельство, которое может повышать вероятность развития проблемного или девиантного (отклоняющегося) поведения офлайн и онлайн.

ВАЖНО В связи с постоянным развитием социальной сферы, культурно-историческим и научно-техническим прогрессом общества, перечень рисков не может быть исчерпывающим.

ВАЖНО Фактор риска повышает вероятность поведенческих проблем у ребенка или подростка, подвергающегося его воздействию, но не говорит о том, что это поведение будет реализовано.

Избегайте стигматизации!

Онлайн-риски — это ситуации встречи ребенка или подростка в киберпространстве с потенциальными угрозами, которые могут нанести психологическую травму или негативно повлиять на развитие его личности (Рубцова О.В., Дворянчиков Н.В. и др.).

Виды онлайн-рисков

Солдатова Г.В. и др.; Симакова Т.А.; Жданова С.Ю., Доронина В.Ф.

01 Контентные риски
возникают в процессе использования находящихся в сети Интернет материалов (текстов, картинок, аудио- и видео- файлов, ссылок на различные ресурсы).

ВАЖНО Выделено несколько категорий контентных рисков — информация о насилии и причинении вреда себе и другим; сексуализированный контент; пропаганда наркотиков и психоактивных веществ, идей и движений, противоречащих законодательству; информация, влияющая на психическое состояние человека; нарушение норм морали и этики; недобросовестная реклама; ложные и манипулятивные сообщения.

02 Коммуникационные риски
это потенциальная возможность столкновения пользователя с нежелательным для него общением (различные формы кибертравли, сексуальных онлайн-домогательств и др.).

03 Технические риски
определяются возможностями реализации угроз повреждения программного обеспечения компьютера или мобильного устройства, хранящейся на нем информации, нарушения ее конфиденциальности или хищения персональной информации посредством вредоносных программ (вирусы, «черви», «троянские кони», шпионские программы, боты и др.).

04 Потребительские риски
злоупотребление в Интернете правами потребителя: приобретение товара низкого качества, подделок, контрафактной и фальсифицированной продукции, потеря денежных средств без приобретения товара или услуги, хищение персональной информации с целью мошенничества.

05 Чрезмерное использование Интернета (проблемное использование Интернета, склонность к интернет-зависимости)
комплекс признаков: непреодолимая тяга к Интернету, невозможность отказа или отсрочки онлайн-деятельности и трудности в различных сферах жизни, связанных с цифровым миром (чрезмерное увлечение видеоиграми, навязчивая потребность в общении посредством мессенджеров, социальных сетей и форумов, онлайн-просмотре видеороликов, фильмов и сериалов).

06 Репутационные или репутационно-правовые риски
это потенциальные негативные последствия, возникающие в результате онлайн-активности в прошлом. Так, публикации ненадлежащего контента могут привести к отчислению из образовательной организации, увольнению с работы в будущем (в случае, если данная информация станет известна через некоторое время или несколько лет), шантажу со стороны третьих лиц или возбуждению уголовного дела, если онлайн-активность будет расценена как противоправная.

07 Смешанные риски
сочетают в себе обозначенные выше и могут переходить из онлайна в офлайн и наоборот.

УЯЗВИМОСТЬ — это восприимчивость к различным рискам, то есть факторы, которые усиливают реакцию на риск. Уязвимость повышает вероятность проявления поведенческих проблем прежде всего для тех детей и подростков, которые к ней чувствительны; она проявляется в виде эффекта взаимодействия восприимчивости и факторов риска.

Уязвимость

↗ **Постоянная** — обусловлена индивидуально-психологическими особенностями.

↘ **Временная** — проявляется на фоне усталости, стресса, когда человек не справляется с трудностями и нуждается в поддержке.

Примеры фактора уязвимости

- отсутствие хороших отношений с родителями (законными представителями), недостаток заботы и внимания со стороны значимых взрослых
- несформированные социальные навыки, слабая способность планирования
- отсутствие позитивного школьного опыта
- некоторые личностные характеристики, не соответствующие ожиданиям общества (застенчивый ребенок в культуре, которая ценит смелость, может быть более уязвим перед риском) и др.

Негативные последствия онлайн-рисков

- Криминализация и вовлечение в криминальные практики
- Маркетинговое давление и вовлечение в рискованные денежные отношения
- Психологическое насилие и информационное давление
- Цифровая эксплуатация и использование ребенка для создания цифрового контента

© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

ЧТО ТАКОЕ РЕСУРСЫ РАЗВИТИЯ И ЗАЩИТНЫЕ ФАКТОРЫ?

РЕСУРСЫ РАЗВИТИЯ И ЗАЩИТНЫЕ (ПРОТЕКТИВНЫЕ, ПРЕДОХРАНЯЮЩИЕ) ФАКТОРЫ – это индивидуально-психологические характеристики и позитивные социальные факторы, повышающие устойчивость ребенка, подростка или взрослого к действию неблагоприятных факторов риска, способствующие нормальному развитию. Поведенческие трудности возникают не у всех детей и подростков, которые сталкиваются с факторами риска. Если есть достаточные ресурсы, поддержка и защитные факторы, развитие протекает благополучно.

Примеры ресурсов развития и защитных факторов

- Высокий интеллектуальный уровень, интерес к учебе, духовному росту, наличие просоциальных увлечений и широкий круг интересов, чувство юмора, эмоциональная зрелость, внутренний самоконтроль, целеустремленность, успешное овладение навыками принятия решений, преданность и близость.
- Уважение законов и норм общества, школы, семейных правил, признание и одобрение правильных действий, наличие определенных обязанностей и успехи в их выполнении, умение обращаться за помощью.
- Хорошая успеваемость, возможность активного участия в работе социальной группы.
- Доверительные отношения с родителями (законными представителями), наличие любви, поддержки и заботы в семье и школе, общение с учетом возраста ребенка.
- Общение среди просоциальных сверстников.
- Важность взаимоотношений хотя бы с одним взрослым человеком наряду с родителями (например, учителем и т.д.), поддержка со стороны просоциального взрослого.
- Наличие по месту жительства центров помощи и социальной поддержки.

ВАЖНО формировать и закреплять ресурсы развития, поскольку они позволяют проявлять устойчивость в ситуациях риска.

КАКИЕ ПОТРЕБНОСТИ УДОВЛЕТВОРЯЮТ ДЕТИ И ПОДРОСТКИ В ИНТЕРНЕТ-ПРОСТРАНСТВЕ?

01 **Потребность в общении и поиске ролевых моделей**
Дети и подростки используют социальные сети и мессенджеры для общения с друзьями и сверстниками, обмена мнениями и поддержания социальных связей, что помогает им формировать свои собственные ценности и убеждения.

02 **Потребность в принятии и принадлежности**
Участие в онлайн-группах и сообществах помогает им чувствовать себя частью группы, получать одобрение и поддержку от сверстников.

03 **Потребность в получении информации**
Интернет предоставляет доступ к информации, позволяя детям и подросткам исследовать интересующие их темы и расширять свои знания.

04 **Потребность в поиске информации о безопасности**
Многие подростки используют Интернет для получения информации о различных аспектах личной безопасности.

05 **Потребность в поддержке в трудных ситуациях**
В Интернете доступны сообщества и ресурсы, предлагающие поддержку и помощь по вопросам, связанным с травлей (буллингом), психическим здоровьем и другими проблемами.

06 **Потребность в получении образования**
Многие используют Интернет для подготовки к занятиям, к контрольным работам и экзаменам, изучения новых тем через образовательные платформы онлайн.

07 **Потребность в самовыражении, самореализации и творчестве**
Различные онлайн-ресурсы для создания контента позволяют детям и подросткам проявлять свои творческие способности и делиться ими с аудиторией. Участие в онлайн-проектах, конкурсах и инициативах помогает им развивать навыки и достигать целей.

08 **Потребность в автономии и самостоятельности**
Проявляется в их стремлении к независимости.

09 **Потребность в развлечениях**
Реализуется через поиск игр, видео, музыки и других форм контента, что помогает им расслабиться и отвлечься от повседневных забот.

10 **Потребность в выражении эмоций**
Платформы для творчества, такие как блоги, видеоплатформы и социальные сети, позволяют им делиться своими чувствами и переживаниями.

11 **Потребность в формировании личностной идентичности**
Интернет предоставляет пространство для самопрезентации, где подростки могут экспериментировать с различными аспектами своей идентичности, включая стиль, интересы и взгляды.

ВАЖНО Указанные потребности свойственны всем детям и подросткам вне зависимости от того, отсутствуют или имеются у них те или иные поведенческие трудности. **Во всех случаях особую роль в развитии благополучия детей и подростков играет поддержка взрослых** в поиске приемлемых, просоциальных и конструктивных способов удовлетворения их потребностей в Интернете.

0.2. МЕХАНИЗМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В ИНТЕРНЕТ-ПРОСТРАНСТВЕ

ОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ПОДРОСТКОВ В ИНТЕРНЕТ-ПРОСТРАНСТВЕ – это такие действия несовершеннолетних, в результате которых наступают вредные, негативные последствия для других людей (вследствие агрессивного, делинквентного поведения подростков) или для самих несовершеннолетних (вследствие их виктимного, самоповреждающего или зависимого поведения).

ВАЖНО опасные действия могут совершаться подростком непосредственно онлайн либо офлайн, но под воздействием информации или коммуникаций в интернет-среде.

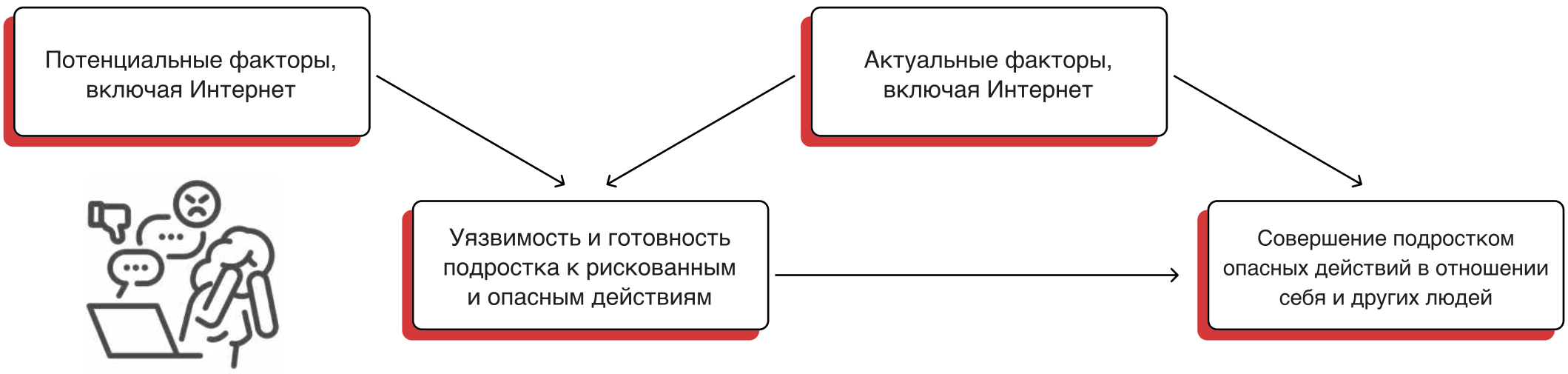
В развитии опасного поведения несовершеннолетних можно выделить два этапа:

1 этап

Формирование уязвимости ребенка и склонности к совершению рискованных действий под влиянием ряда потенциальных факторов, включая воздействие Интернета. Они подготавливают возможность совершения подростком опасных действий, но не запускают их непосредственно.

2 этап

Основная роль принадлежит провоцирующим ситуационным актуальным факторам (в том числе относящимся к Интернету), под влиянием которых уязвимость и потенциальная готовность к рискованным и опасным поступкам преобразуются в сами опасные действия.



ПОТЕНЦИАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ — система условий и взаимодействий, в которые включен подросток и в которых формируется его личность, реальная и цифровая.

В этой системе выделяются следующие уровни:

- Макросоциальный
- Личностный
- Микросоциальный
- Психобиологический

Проблемы функционирования системы в условиях включенности несовершеннолетнего в интернет-среду могут создавать специфические **предпосылки уязвимости либо готовности** несовершеннолетнего к совершению опасных действий.

Макросоциальному уровню соответствует сфера социокультурных представлений, наиболее общие и типичные для данной культуры идеи, нормы, образцы поведения, которые традиционно транслируются ребенку взрослыми.

Однако в цифровую эпоху ребенок черпает непосредственно из Интернета представления, ценности, образцы поведения интернет-сообществ, причем происходит стирание нормативных границ и принятие несовершеннолетним специфических идей этих групп.

Микросоциальный уровень составляют семья несовершеннолетнего и круг его общения, с которым развиваются межличностные отношения (сверстники, учителя, знакомые).

Однако слабость семейной поддержки и контроля семьей онлайн деятельности подростка, а также дефицит межличностных связей в реальной жизни, неудовлетворенность потребности в области отношений компенсируются множественными контактами в социальных сетях, замещающими реальное общение.

© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

На **личностном уровне** выделяются мотивационно-смысловая сфера, значительную часть которой составляет сфера Я, а также индивидуально-психологические особенности подростков.

Недостаточная включенность подростка в реальную интересную деятельность ведет к тому, что его мотивы и смыслы вырабатываются во взаимодействии с интернет-средой. Интернет дает ему богатые возможности самопрезентации, ролевого экспериментирования, онлайн самореализации, часто не сдерживаемые нормативными рамками. Влияния виртуальной реальности особенно сильны для личностно незрелых несовершеннолетних или имеющих особые акцентуированные индивидуальные черты.

Индивидуальность подростка во многом связана с его **психобиологическими особенностями** (генетическими, нейрофизиологическими, характеристиками биохимических процессов).

Выраженные индивидуальные черты и, особенно, психическая патология часто делают несовершеннолетнего повышенно уязвимым перед проблемными влияниями Интернета. Специфической формой патологии является интернет-зависимость, при которой развиваются состояния нехимической аддикции.

ПРЕДПОСЫЛКИ УЯЗВИМОСТИ И ГОТОВНОСТИ К ОПАСНЫМ ДЕЙСТВИЯМ

Таким образом, трудности адаптации подростка в нормативной среде, неудовлетворенные потребности в области отношений, перспектив, сфере Я, связанные с этим негативные эмоциональные состояния компенсируются возможностями, предоставляемыми Интернетом, содержащими, однако, риски развития и формирующими **уязвимость и готовность к опасным действиям** для удовлетворения нереализованных потребностей и мотивов.

При столкновении с провоцирующими ситуационными **трудностями** (трудноразрешимыми проблемами, обострением сложных ситуаций в реальной жизни, фрустрациями, обидами, отвержением, потерями) потенциальное состояние готовности к опасным действиям переходит в **актуальное**.

В этих случаях Интернет может выступить в роли **инициатора или провокатора опасных действий,** предлагая идеи или образцы действий для разрешения проблемы или удовлетворения потребности, предоставляя якобы эффективные возможности действий. В некоторых случаях подросток оказывается под давлением злоумышленника в интернет-пространстве, чувствуя себя в ловушке.

Если при этом оказываются действенными **факторы защиты,** к которым относятся внутрисемейные связи, дружеские отношения, поддержка со стороны близких или культуральные, моральные установки, несовершеннолетний может оказать сопротивление и избежать тяжелых последствий.

Однако нередко давление негативных факторов Интернета оказывается сильнее. При наличии соответствующих обстоятельств и доступности средств совершения опасных действий подростки могут совершить опасные действия, ведущие к их криминализации или виктимизации.

ЧТО ВАЖНО УЧИТЫВАТЬ СПЕЦИАЛИСТАМ?

Специалисты, занимающиеся профилактикой опасных действий несовершеннолетних в интернет-среде, должны **учитывать** описанные **механизмы** их формирования и стремиться **принимать меры на ранних этапах** действия потенциальных факторов, но быть внимательными и к актуальным ситуационным обстоятельствам и возможным провоцирующим влияниям Интернета.

0.3. КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ ДЕВИАНТНОГО (ОТКЛОНЯЮЩЕГОСЯ) ОНЛАЙН-ПОВЕДЕНИЯ

СОЦИАЛИЗАЦИЯ И ПОВЕДЕНИЕ ОФЛАЙН

Социализация офлайн

это процесс усвоения и активного воспроизводства человеком социального и культурно-исторического опыта. Осуществляется в ходе интеграции человека в социальную систему, вхождения в социальную среду через овладение ее социальными нормами, правилами и ценностями, знаниями, навыками, привычками, позволяющими ему успешно функционировать в обществе.

Поведение офлайн

это процесс взаимодействия личности со средой, опосредованный индивидуальными особенностями и внутренней активностью личности, имеющий форму преимущественно внешних действий и поступков. Поведение отражает процесс социализации человека, то есть его интеграции в социум.

ДЕВИАНТНОЕ (ОТКЛОНЯЮЩЕЕСЯ) ПОВЕДЕНИЕ — это поведение не соответствующее общепринятым или официально установленным **социальным нормам,** которое негативно оценивается со стороны других людей, наносит ущерб самой личности, окружающим людям и/или имуществу, и отличается чаще всего преимущественно **стойко повторяющимися** действиями или поступками (многократно или длительно).

Выделяется несколько видов девиантного (отклоняющегося) поведения:

- раннее проблемное (отклоняющееся) поведение
- агрессивное поведение
- суицидальное и несуицидальное самоповреждающее поведение
- риск нападения обучающимся на образовательную организацию
- делинквентное поведение
- аддиктивное (зависимое) поведение
- рискованное поведение

ВАЖНО девиантное (отклоняющееся) поведение сопровождается различными проявлениями социальной и социально-психологической дезадаптации, а также имеет выраженное индивидуальное и возрастно-половое своеобразие.

В юридической науке рассматриваются такие действия или бездействия индивида, которые противоречат принятым в настоящее время **правовым нормам** и запрещены под угрозой наказания.

С правовой точки зрения деяния делят на

- дисциплинарные проступки
- гражданско-правовые деликты
- административные деликты
- преступления

ВАЖНО преступления оцениваются по степени их общественной опасности в контексте уголовного права, что отделяет их от правонарушений.

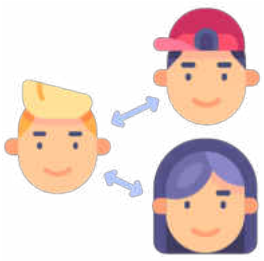
Делинквентное поведение — это поведение, при котором **нарушаются нормы права**, но в силу либо **недостижения** ребенком или подростком **возраста уголовной ответственности**, либо **незначительности правонарушения**, за ним не следует уголовное наказание. **К криминальному поведению** относятся **серьезные преступления**, влекущие за собой реальное уголовное наказание при условии достижения возраста уголовной ответственности.

КИБЕРСОЦИАЛИЗАЦИЯ И ПОВЕДЕНИЕ ОНЛАЙН

Киберсоциализация (цифровая/информационная социализация) – это:

- процесс интеграции пользователя в электронную социокультурную среду, связанный с приобщением человека к культуре онлайн-коммуникации, ценностям, нормам и правилам общения в киберпространстве;
- процесс качественных изменений структуры самосознания и мотивационно-потребностной сферы личности, происходящий под влиянием и в результате использования человеком информационно-коммуникационных, компьютерных, электронных, цифровых, мультимедиа, сотовой связи и интернет-технологий (Плешаков В.А.).

Современные данные: можно говорить о **цифровой личности как части реальной личности.** Человек в виртуальной среде овладевает и присваивает социальный опыт, который воспроизводит в смешанной реальности (Солдатова Г.У.).



Два типа киберсоциализации (Айсина Р.М. и Нестерова А.А.):

1. **Позитивная киберсоциализация:** получение полезного опыта в онлайн, использование его как ресурса развития в офлайн-реальности, безопасное освоение киберпространства.
2. **Негативная киберсоциализация:** высокая степень онлайн-активности пользователя, которая сочетается с низкой способностью к саморегуляции при использовании сетевых ресурсов, **наличием девиантных паттернов** при общении в интернет-среде и/или высокой уязвимости по отношению к агрессивным сетевым интервенциям.

© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

ОНЛАЙН-ПОВЕДЕНИЕ — это форма социального поведения человека, которая реализуется в виртуальном пространстве с помощью информационно-коммуникативных технологий и технических средств, а также отражает индивидуально-психологические и социально-психологические характеристики пользователя.

В Интернете человек оставляет **цифровые следы,** которые являются продуктом его онлайн-поведения, большей частью вербально выраженный, хотя иногда воплощенный различными художественными средствами (в виде картинки, музыки или видео). Иными словами — это результат опосредования в виде знаков той или иной активности человека в онлайн-пространстве, в том числе его деятельности.

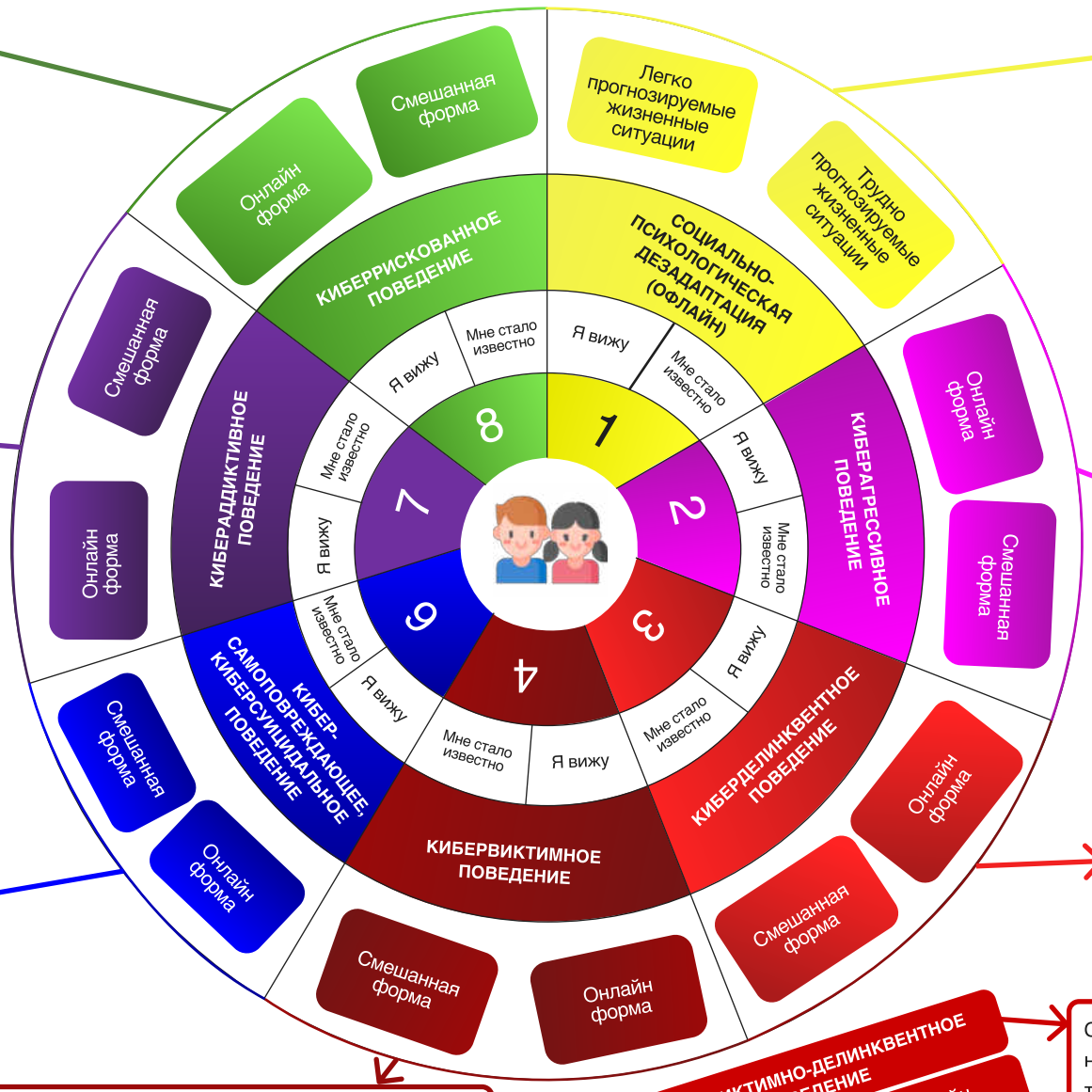
В настоящее время можно говорить о трансформации видов девиантного (отклоняющегося) поведения в онлайн-пространстве

КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ ДЕВИАНТНОГО (ОТКЛОНЯЮЩЕГОСЯ) ОНЛАЙН-ПОВЕДЕНИЯ

Реализованное стремление несовершеннолетних к опасной неопределенности с использованием цифровых технологий. Такое поведение связано с возможностью наступления негативных последствий как для их безопасности, так и для их психоэмоционального состояния, несмотря на равную вероятность наступления положительного исхода.

Предпочтение онлайн-коммуникации, а не живого общения; трудности планирования своего пребывания в сети Интернет (в частности, в игре); в целом влияние Интернета (игр или других видов активности) на повседневную жизнь (трудности в общении с окружающими людьми, а также в управлении собственной жизнью).

Размещение/сохранение на своих интернет-ресурсах материалов о самоповреждениях или суицидальной направленности; комментирование таких материалов в социальных сетях или мессенджерах; участие в сообществах по данной теме; нормализация и положительная оценка самоповреждающего или суицидального поведения.



Резкое изменение поведения (стал более закрытым, вспыльчивым или подавленным), внезапное или постепенное снижение успеваемости, отказы посещать школу, жалобы на плохое самочувствие, избегание сверстников и педагогов. Проявляется в первую очередь в офлайн реальности и **НЕ является видом** девиантного (отклоняющегося) поведения, но предшествует ему или является его следствием.

Любое психологическое насилие и агрессия в Интернете, оскорбления других людей, в том числе учеников/учителей, насмешки, коллективное игнорирование, жестокие розыгрыши онлайн, распространение слухов, угрозы.

Действия в Интернете, нарушающие нормы Уголовного кодекса, в ходе которых использовались цифровые технологии и электронные устройства.

Смешанный вид поведения, при котором несовершеннолетний становится жертвой телефонных и/или онлайн-мошенников и, в состоянии заблуждения, находясь под их влиянием, совершает противоправные действия агрессивно-насильственного и террористического характера.

Действия или реакции несовершеннолетних, которые могут способствовать их субъективной или объективной уязвимости к кибервиктимизации и приводить к тому, что несовершеннолетние становятся жертвами преступных действий в интернет-пространстве.

Каждый вид девиантного (отклоняющегося) онлайн-поведения представлен в отдельных памятках особой части данного Навигатора.

1. **Социально-психологическая дезадаптация** — НЕ является видом девиатного (отклоняющегося) поведения как в офлайн, так и в онлайн

2. Киберагрессивное поведение:

- Кибертравля (кибербуллинг)
- Киберпровокация (кибертроллинг)
- Киберразжигание (флейминг)
- Киберзлословие (хейтинг)
- Киберпритеснение (киберхарассмент)
- Кибервыманивание (аутинг)
- Киберклевета (дениграция)
- Киберпреследование (онлайн-сталкинг)
- Киберигнорирование (изоляция)
- Видеопубликация избиений (хеппислепинг)
- Киберрассылка «хлама» (спамерство)
- Киберсамозванство (имперсонация)
- Киберподлог (фрейпинг)
- Киберразглашение (доксинг)
- Внутриигровой кибервандализм (гриффинг)
- Видеоконференционный вандализм (зумбомбинг, зум-рейдерство)

3. Киберделинквентное поведение:

- Участие несовершеннолетних в сфере незаконного оборота наркотических веществ посредством Интернета
- Участие в деструктивных (экстремистских, запрещенных) группах
- Нападения на образовательные организации и иные государственные учреждения
- Ложный вызов (сваттинг)
- Кибервыуживание (фишинг)
- Кибервзлом (хакерство)
- Кибердискриминация
- Сексуальное онлайн-вымогательство и/или онлайн-домогательство (груминг)
- Продажа аккаунтов, СИМ-карт или банковских карт

4. Кибервиктимное поведение:

- Кибертравля (кибербуллинг) и/или иные подвиды киберагрессии
- Онлайн и/или телефонное мошенничество
- Сексуальное онлайн-домогательство (груминг)
- Сексуальное онлайн-вымогательство
- Распространение материалов сексуального характера (секстинг)

5. Кибервиктимно-делинквентное поведение:

- Совершение противоправных и общественно-опасных действий в ситуации кибервиктимизации под влиянием третьих лиц

6. Киберсамоповреждающее, киберсуицидальное поведение:

- Самоповреждение (селфхарм)
- Цифровое самоповреждение
- Ведение уточата с суицидальной направленностью
- Киберсамоубийство
- Коммуникативный киберсуицид (флешмоб-суицид)
- Аддиктивный киберсуицид
- Парный онлайн-суицид
- Участие в деструктивных группах («группы смерти»)
- Участие в группах, посвященных диетам

7. Кибераддиктивное поведение:

- Интернет-зависимость
- Игровая зависимость (гейм-аддикция, гэмблинг)
- Зависимость от видеоигр (гейм-аддикция)
- Зависимость от ставок на спорт (беттинг-аддикция)
- Проблемное использование Интернета
- Зависимость от устройств (гаджетов; включая компьютерную зависимость)
- Одержимость негативными онлайн-новостями (думскроллинг)
- Запойный просмотр видеоконтента (бинджвотчинг)
- Игнорирование мобильным устройством (фаббинг)
- Киберотлынивание (киберлафинг)
- Одержимость онлайн-покупками (онлайн-шоппинг) или листанием каталогов (скроллшоппинг)

В случае работы девиантным поведением офлайн используйте [Навигатор профилактики девиантного поведения](#) **(2022)**

Для офлайн работы с жертвами используйте [Навигатор профилактики виктимизации детей и подростков](#) **(2024)**

0.4. НАВИГАТОР ПРОФИЛАКТИКИ СОЦИАЛЬНЫХ РИСКОВ ДЕТСТВА В ЦИФРОВОЙ СРЕДЕ: ОБЩИЙ АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ

ЧТО ТАКОЕ ПРОФИЛАКТИКА?

Богданович Н.В., Делибалт В.В.

Профилактика

это направление деятельности специалистов (педагога-психолога, социального педагога, классного руководителя, педагога, а также других специалистов системы профилактики), целью которого является предупреждение отклонений в развитии и поведении через **создание ресурсных условий для успешного формирования и развития личностных ресурсов**, способствующих преодолению различных трудных жизненных ситуаций и **влияющих на повышение устойчивости к неблагоприятным факторам**.

Уровни профилактики

Первичная профилактика направлена на **предотвращение** возникновения проблем в онлайн-поведении **через развитие личностных ресурсов, повышающих устойчивость** к влиянию возможных неблагоприятных факторов риска у всех детей и подростков.

Это в первую очередь просветительская и развивающая работа* с учетом возрастных особенностей, включающая формирование у детей и подростков:

- навыков безопасного и ответственного поведения в Интернете,
- развитие критического мышления,
- повышение осведомленности о возможных рисках и опасностях,
- создание условий для позитивного и конструктивного использования онлайн-ресурсов,
- информирование о том, как их собственные действия или бездействия могут повысить риски, как следует в нестандартных условиях себя вести, а также о том, куда и как они могут обратиться за помощью.

***Обратитесь к памятке 4 с рекомендациями для специалистов по развитию медиакомпетенций у детей и подростков (см. рекомендательную часть данного Навигатора).**

Вторичная профилактика направлена на работу с теми детьми и подростками, которые находятся в **группе риска, раннее выявление и предотвращение** у них развития более устойчивых проблем в онлайн-поведении.

Включает в себя на основе результатов скрининговой диагностики в рамках мониторинга:

- проведение углубленной диагностики индивидуально-психологических особенностей,
- выявление признаков девиантного (отклоняющегося) поведения (как офлайн, так и онлайн), потенциально опасного или деструктивного поведения,
- а также проведение в сотрудничестве с родителями (законными представителями) индивидуальной профилактической и коррекционной работы с детьми и подростками, демонстрирующими тревожные признаки.

Третичная профилактика решает специальные задачи **ресоциализации и реинтеграции** тех детей и подростков, у которых уже есть **стойкие проблемы в онлайн-поведении**. Третичную профилактику также называют **реабилитацией**.

На данном уровне осуществляется:

- психологическая поддержка, интенсивная работа с семьей и окружением ребенка, направленная на оказание помощи, предупреждение рецидивов, а также последствий опасного поведения в интернет-среде.

Каждый из этих уровней направлен на предотвращение проблем и поддержку детей, подростков и семей в безопасном использовании Интернета.

В случае работы с тем или иным видом девиантного поведения офлайн используйте памятки **Навигатора профилактики девиантного поведения** (2022)

Для работы с жертвами используйте памятки **Навигатора профилактики виктимизации детей и подростков** (2024)

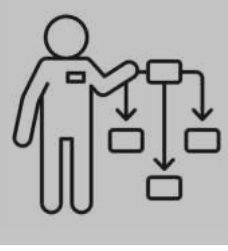
© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

ОБЩИЙ АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ
ДЛЯ ВСЕХ ВИДОВ ДЕВИАНТНОГО (ОТКЛОНЯЮЩЕГОСЯ) ОНЛАЙН-ПОВЕДЕНИЯ И ОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ В ИНТЕРНЕТ-ПРОСТРАНСТВЕ

Поведение разворачивается непосредственно в Вашем присутствии

1. **Действовать незамедлительно** по общему алгоритму и специализированному алгоритму, указанному в соответствующей памятке.



О поведении известно из других источников (со слов других детей, родителей, педагогов, из официальных документов, либо по косвенным признакам, вызывающим сомнения)

1. Если источник информации надежен, информация правдива, соотнесите ее с признаками, описанными в классификации видов девиантного (отклоняющегося) онлайн-поведения (памятка 0.3), а также в соответствующей виду специализированной памятке. Далее рекомендуется действовать, согласно общему алгоритму и специализированному алгоритму, указанному в соответствующей памятке.

2. Поговорить с ребенком или подростком (не давя на него).
3. Поговорить с родителями (законными представителями), учитывая семейную ситуацию.
4. Инициировать **психолого-педагогический консилиум** (ППк) (совместно с администрацией, педагогом-психологом, социальным педагогом, другими учителями и специалистами), определить приоритетные меры оказания комплексной помощи и образовательный маршрут.
5. При необходимости вынести случай на **Совет профилактики** образовательного учреждения и рассмотреть вопрос о необходимости постановки на профилактический учет.
6. Обратиться к администрации и специалистам (социальному педагогу, педагогу-психологу) образовательной организации с запросом о предоставлении информации о ресурсах территориальной/региональной системы профилактики и помощи.
7. При необходимости на основании решении ППк и Совета профилактики:
   - рекомендовать родителям (законным представителям) обратиться за помощью в специализированные центры (центры психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (далее — ППМС-центры), психолого-медико-педагогическую комиссию (ПМПК), центры социального обслуживания, учреждения здравоохранения и др.);
   - привлекать специалистов из других учреждений (например, инспектора по делам несовершеннолетних (ПДН), специалистов комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав (КДН и ЗП), ППМС-центра и других) для работы с ребенком и семьей на базе образовательной организации.
8. Провести мониторинг ситуации.

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ И ПОЛУЧИТЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ИНФОРМАЦИЮ

Телефоны доверия, горячие линии

- **Горячая линия кризисной психологической помощи Министерства просвещения Российской Федерации** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-600-31-14**
  - На линии ежедневно и круглосуточно оказывается психологическая помощь и поддержка всем позвонившим, находящимся в кризисном состоянии или в кризисной ситуации.
- **Всероссийский Детский телефон доверия** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-2000-122**
  - Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей, педагогов и специалистов в организациях Вашего муниципального образования/субъекта Российской Федерации.
- **Горячая линия «Ребенок в опасности» Следственного комитета Российской Федерации** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-100-12-60#1**. Также для обращения доступна короткая комбинация **123**
- **Горячая линия поддержки по вопросам травли Травли.NET** (ПН-ПТ с 10:00 до 20:00 по московскому времени) **8-800-500-44-14**

Онлайн-помощь

1. **Горячая линия «Дети Онлайн» http://detionline.com/helpline/about**
2. **ЧАТ-БОТ «Добрыня» (антибуллинг) https://t.me/BylingBot**
3. **Анонимный чат с психологом мырядом.онлайн https://xn--d1apbhi9d3a.xn--80asehdb/** (ПН-ПТ с 10:00 до 21:00 по московскому времени).
4. **Раздел «Кибербуллинг» портала Минцифры и Ростелекома https://xn----9sbbihqekoax4a5b.xn--p1ai/**
5. **Сайт Молодежного цифрового омбудсмена, раздел «Цифропомощь»: сервис подачи обращений для молодых людей, которые столкнулись с проблемами в Интернете https://youthombudsman.ru/help**
6. **Сообщить о запрещенном контенте можно на сайте Роскомнадзора https://eais.rkn.gov.ru/feedback/**

Куда можно направить родителей (законных представителей)

1. **Портал Растимдетей.рф** — навигатор для современных родителей по вопросам развития, воспитания и образования детей от 0 до 18 лет (статьи, памятки, буклеты).
2. **Психологический университет для родителей «Быть родителем»** — бытьродителем.рф

Информационно-методические материалы и ресурсы

1. **Образовательный портал Альянса по защите детей в цифровой среде «ЦИФРАтека. База практических знаний» https://cifrateka.ru/**
2. **Вестник Киберполиции России https://max.ru/cyberpolice**
3. **Касперский детям https://kids.kaspersky.ru/**
4. **Материалы АНО «Центр изучения и сетевого мониторинга молодежной среды» https://www.cism-ms.ru/poleznye-materi**

0.5. НОРМАТИВНО-ПРАВОВАЯ БАЗА В КОНТЕКСТЕ ИНФОРМАЦИОННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И ПРОФИЛАКТИКИ СОЦИАЛЬНЫХ РИСКОВ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Информационная безопасность

- Федеральный закон Российской Федерации от 27 июля 2006 года № 149-ФЗ «Об информации, информационных технологиях и о защите информации».
- Федеральный закон Российской Федерации от 27 июля 2006 года № 152-ФЗ «О персональных данных».
- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2010 года № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».
- Доктрина информационной безопасности Российской Федерации (утверждена Указом Президента Российской Федерации № 646 от 5 декабря 2016 года).
- Стратегия развития информационного общества в Российской Федерации на 2017–2030 годы (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 9 мая 2017 года № 203).
- Концепция информационной безопасности детей в Российской Федерации (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 апреля 2023 года № 1105-р).

Профилактика негативных социальных явлений в детской и молодежной среде, правонарушений среди несовершеннолетних, межведомственное взаимодействие

- Федеральный закон Российской Федерации от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
- Федеральный закон Российской Федерации от 24 июня 1999 года № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
- Федеральный закон Российской Федерации от 23 июня 2016 года № 182-ФЗ «Об основах системы профилактики правонарушений в Российской Федерации».
- Комплексный план противодействия идеологии терроризма в Российской Федерации на 2024–2028 годы (утвержден Указом Президентом Российской Федерации 30 декабря 2023 года № Пр-2610).
- Стратегия противодействия экстремизму в Российской Федерации (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 28 декабря 2024 года № 1124).
- Концепция развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 22 марта 2017 года № 520-р).
- План основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 23 января 2021 года № 122-р).
- Стратегия комплексной безопасности детей в Российской Федерации до 2030 года (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 17 мая 2023 года № 358).
- План мероприятий по реализации Стратегии комплексной безопасности детей в Российской Федерации на период до 2030 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 17 ноября 2023 года № 3233-р).
- Комплекс мер по профилактике негативных социальных явлений в детской и молодежной среде на 2023–2025 годы (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 июня 2023 года № 1667-р).
- Концепция развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года (утверждена приказом Минпросвещения России 18 июня 2024 года № СК-13/07вн).

© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

НОРМАТИВНО-ПРАВОВАЯ БАЗА В КОНТЕКСТЕ ИНФОРМАЦИОННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И ПРОФИЛАКТИКИ СОЦИАЛЬНЫХ РИСКОВ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИНФОРМАЦИОННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И ПРОФИЛАКТИКЕ РИСКОВ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ

- **Комплект памяток для педагогических работников и иных профильных специалистов по их действиям в ситуациях социальных рисков и профилактике девиантного поведения обучающихся «Навигатор профилактики»** с учетом разработанных критериев выявления изменений в поведении детей, которые могут свидетельствовать о рисках совершения общественно опасного деяния, киберагрессии, интернет-зависимости (письма Минпросвещения России от 13 декабря 2022 года № 07-8351, от 27 декабря 2022 года № 07-8747, от 26 ноября 2024 года № 07-5707).

- **Памятки для родителей и несовершеннолетних по информационной безопасности** (письмо Минпросвещения России от 24 мая 2023 года № 07–2755).

- **Рекомендации по использованию медиативных технологий в социальных сетях** (письмо Минпросвещения России от 14 августа 2024 года № ДГ-1333).

- **Методические рекомендации для педагогических работников дошкольных образовательных организаций по формированию у воспитанников основ безопасного поведения** (на природе, на дорогах, на объектах транспортной инфраструктуры, на транспорте, в быту, социуме, информационном и цифровом пространстве (письмо Минпросвещения России от 18 июня 2024 года № 03-881, размещены на официальном сайте ФГБНУ «Институт развития, здоровья и адаптации ребенка»).

- **Методические рекомендации по обеспечению психологической безопасности образовательной среды, в том числе профилактике травли, интернет-травли** (письмо Минпросвещения России от 24 мая 2023 года № 07–2755).

Навигатор профилактики девиантного поведения (2022)

Навигатор профилактики виктимизации детей и подростков (2024)

1. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ДЕЗАДАПТАЦИЯ И ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ НАПРЯЖЕНИЕ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ДЕЗАДАПТАЦИЯ – это состояние, осложняющее приспособление к социальной среде и окружению. Проявляется в первую очередь в офлайн реальности и не является видом девиантного (отклоняющегося) поведения.

Часто дети и подростки, пережившие или находящиеся в кризисных и/или объективно/субъективно трудных жизненных ситуациях, могут демонстрировать это состояние. Также дезадаптация может предшествовать проявлениям различных видов отклоняющегося поведения, в том числе в онлайн-пространстве, или быть его следствием.

Проявления дезадаптации могут варьироваться от незначительных трудностей в общении до серьезных поведенческих или психических расстройств, без оказания соответствующей комплексной помощи приобретающих хронический характер.

С чем может быть связана социально-психологическая дезадаптация?

Ситуации, связанные с легко прогнозируемыми жизненными обстоятельствами:

- Поступление в школу, переход из класса в класс или на другую ступень обучения (включая этап подготовки к выпуску из образовательной организации).
- Смена классного руководителя.
- Экзаменационные ситуации.
- Нововведения в учебном процессе и другие ситуации.

Различные сочетания нижеуказанных общих признаков могут свидетельствовать о социально-психологической дезадаптации:

- Резкое снижение успеваемости, в том числе связанное с нарушением учебной мотивации.
- Отказ посещать школу.
- Проблемы в межличностных отношениях.
- Нетипичные для ребенка эмоциональные реакции.
- Физиологические реакции, например слабость, жалобы на головные боли и/или боли в животе, дрожь и другие проявления.
- Навязчивые движения и действия (накручивает волосы на палец или выдергивает, грызет ногти, а также разговаривает сам с собой, и другие проявления).
- Конфликтное, агрессивное отношение к окружающим, в том числе в сети Интернет.

Ситуации, связанные с непредвиденными жизненными обстоятельствами и различными социальными рисками:

- Внезапная смена образовательной организации.
- Проблемы взаимоотношений и конфликты.
- Трудные, опасные или кризисные ситуации, жестокое обращение и различные виды насилия, пренебрежение нуждами ребенка и преступления, совершаемые в окружении или в отношении обучающегося.
- Переживание горя (развод родителей, болезнь, расставание или смерть кого-то из близких или друзей, а также домашних животных, собственные заболевания).
- Потеря родителями работы.
- Чрезвычайные и экстремальные ситуации, которые наблюдает или о которых случайно узнает обучающийся, и другие ситуации.

Социально-психологическая дезадаптация может проявляться у детей и подростков в стрессовых реакциях, тревожности, депрессии, замкнутости, низкой самооценке, социальном отвержении, проблемах в обучении и коммуникации, трудностях в построении доверительных отношений, агрессивных реакциях и социальной интеграции.

Риски, связанные с социально-психологической дезадаптацией:

- Психосоматические расстройства/заболевания (ребенок начинает часто болеть и просто не ходить в школу, получая вполне надежные медицинские справки).
- Различные виды девиантного (отклоняющегося) поведения, в том числе в сети Интернет.

ВАЖНО своевременное вмешательство, включающее профессиональную помощь специалистов (психологов, социальных педагогов, врачей, социальных работников и др.), а также поддержку семьи и окружающего сообщества, чтобы способствовать адаптации ребенка или подростка.

© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

Во время взаимодействия с ребенком **важно обращать внимание** на проявления **психоэмоционального и/или нервно-психического напряжения**, которые могут дополнительно указывать на признаки социально-психологической дезадаптации.

ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ НАПРЯЖЕНИЕ — это состояние организма, характеризующееся повышенным уровнем стресса, тревоги и эмоциональной нестабильности. Оно может:

- возникать в ответ на различные стрессовые факторы, психоэмоциональные нагрузки, кризисные и опасные ситуации,
- проявляться через такие симптомы, как раздражительность, усталость, снижение концентрации внимания и работоспособности, нарушение сна, а также физические симптомы, такие как учащенное сердцебиение, потливость или мышечное напряжение.

Длительное психоэмоциональное напряжение может негативно влиять на физическое и психическое здоровье ребенка, поэтому важно своевременно предпринимать меры для его снижения и поиска способов управления стрессом.

Почему дети и подростки с признаками социально-психологической дезадаптации переносят социальную активность в Интернет?

Избегание реальности — возможность уйти от проблем и стрессов, связанных с реальной жизнью, таких как буллинг, трудности в учебе или проблемы в семье.

Поиск поддержки среди сверстников, которые испытывают похожие проблемы, что помогает чувствовать себя менее одинокими и более понятыми.

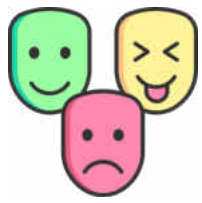
Иллюзия анонимности, снижающая страх перед осуждением и позволяющая свободно выражать свои мысли и чувства.

Поиск информации о проблемах, с которыми они сталкиваются, чтобы лучше понять себя и свои чувства.

Развлечение и отвлечение: игры, видео и другие формы контента помогают отвлечься от негативных эмоций и расслабиться.

Виртуальное общение может быть более комфортным для тех, кто испытывает трудности в реальных социальных взаимодействиях.

Во время взаимодействия с ребенком или подростком рекомендуется:



01 Учитывать динамику и протяженность проявления признаков социально-психологической дезадаптации.

02 Обсудить на психолого-педагогическом консилиуме (ППк) с другими учителями, ведущими разные предметы в этом классе, и специалистами школы возможные варианты индивидуальной помощи ребенку с целью преодоления учебных трудностей, либо необходимость разработки индивидуального учебного плана до уровня полного восприятия материала, пока ребенок не почувствует успех.

03 Дать почувствовать ребенку, что его состояние, отличающееся от обычного, замечено, и учитель открыт к тому, чтобы оказать поддержку, если ребенок в ней нуждается:

- Мне кажется, что тебя что-то беспокоит или у тебя что-то происходит. Если тебе нужно поговорить, я всегда готов(а) тебя выслушать.
- Я очень беспокоюсь о том, что с тобой что-то происходит. Мы могли бы поговорить и подумать над решением ситуации.
- Возможно, тебе самому(ой) сейчас нелегко, давай вместе подумаем, что с этим можно сделать.
- Мне показалось, что в последнее время ты выглядишь расстроенным(ой), у тебя что-то случилось?

04 Способствовать формированию у ребенка устойчивого позитивного представления о себе, уверенности в себе, волевых качеств через поиск таких видов деятельности, где ребенок мог бы почувствовать ситуацию успеха. Это может быть включение ребенка в коллективно-творческую деятельность, школьное самоуправление, кружки дополнительного образования.

05 Организовать общеклассные мероприятия с использованием интерактивных форм работы для сплочения класса и создания благоприятного психологического климата.

06 Организовать взаимодействие с педагогом-психологом и социальным педагогом для коррекции воздействия негативных факторов, повлекших социально-психологическую дезадаптацию.

07 Привлечь внимание родителей (законных представителей) к проблеме ребенка. Помните, что ребенок может скрывать школьные события от родителей. Старайтесь наладить доверительные отношения с родителями своих учеников.

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ

Горячая линия кризисной психологической помощи Министерства просвещения Российской Федерации (бесплатно, круглосуточно) **8-800-600-31-14**

- На линии ежедневно и круглосуточно оказывается психологическая помощь и поддержка всем позвонившим, находящимся в кризисном состоянии или в кризисной ситуации.

Всероссийский Детский телефон доверия (бесплатно, круглосуточно) **8-800-2000-122**

- Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей, педагогов и специалистов в организациях Вашего муниципального образования/субъекта Российской Федерации.

2. КИБЕРАГРЕССИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

КИБЕРАГРЕССИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ — это поведение, направленное на причинение вреда посредством электронных устройств одному человеку или группе лиц, и воспринимаемое как оскорбительное, уничижительное, приносящее ущерб или нежелательное.

ПРИЗНАКИ КИБЕРАГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Любое психологическое насилие в Интернете:

- Коллективное игнорирование.
- Жестокие розыгрыши.
- Распространение слухов.
- Угрозы.
- Конфликтное, агрессивное отношение к окружающим.
- Оскорбления других учеников/учителей, третьих лиц.
- Насмешки.

Формы киберагрессивного поведения

- Онлайн форма
- Смешанная форма

Смешанная форма может проявляться не только онлайн, но и офлайн или наоборот.

ПОДВИДЫ КИБЕРАГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ СМЕШАННОЙ ФОРМЫ

01 **Кибертравля (кибербуллинг)**
систематическое и целенаправленное негативное воздействие на пользователя в социально-сетевой среде с целью причинения психологической травмы.

02 **Киберпровокация (троллинг)**
намеренно провокационные или оскорбительные комментарии к статьям в Интернете, к постам в блогах и соцсетях, сообщения в личных или групповых чатах с целью высмеять, унизить, оскорбить автора поста или пользователя, спровоцировать его на негативную реакцию, создать конфликт между другими комментаторами или пользователями группового чата.

03 **Киберразжигание (флейминг)**
разжигание речевого конфликта не в монологе, а в полилоге с участием множества коммуникантов, эмоционально реагирующих на такую речевую провокацию. Кроме того, в отличие от троллинга, флейминг предполагает прямую словесную атаку непосредственно на коммуниканта.

04 **Киберзлословие (хейтинг)**
унижение, необоснованная критика человека, выражающаяся в виде большого количества комментариев с оскорблениями иногда со стороны группы хейтеров, целью которых зачастую является подрыв репутации конкретной личности.

05 **Киберпритеснение (киберхарассмент)**
адресованные конкретному человеку обычно настойчивые или повторяющиеся слова и действия, которые вызывают у него раздражение, тревогу и стресс и при этом не имеют разумной цели. Киберхарассмент обычно выражается в повторяющихся оскорбительных сообщениях жертве, от которых она чувствует себя морально уничтоженной, которым она не может ответить по причине страха или невозможности идентифицировать преследователя, а иногда к тому же вынуждена оплачивать полученные сообщения.

06 **Кибервыманивание (аутинг)**
получение персональной и/или конфиденциальной информации и публикация ее в сети Интернет или передача тем, кому она не предназначалась.

07 **Киберклевета (дениграция)**
распространение заведомо ложных сведений, порочащих честь и достоинство другого лица или подрывающих его репутацию.

08 **Киберпреследование (сталкинг)**
сбор, накопление и использование личной информации о жертве в целях шантажа, запугивания путем угрозы расправы и т.д.

09 **Киберигнорирование или социальная изоляция**
заключается в вытеснении, игнорировании жертвы в интернет-сообществах. Жертву против ее воли исключают из общих переписок, сообществ, чатов (в том числе школьных), групп.

10 **Видеопубликация избиений (хеппислепинг)**
создание и размещение на популярных порталах видеороликов с записями осуществленных сцен насилия (чаще всего группой в отношении жертвы). Может также реализовываться в прямом эфире и соотноситься с делинквентным поведением.

ПОДВИДЫ КИБЕРАГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОНЛАЙН ФОРМЫ

01 **Кибер рассылка «хлама» (спамерство, несанкционированная рассылка нерелевантного контента)**
совокупность нежелательных, незапрошенных электронных и бумажных рассылок, которые агрессивно и без ведома хозяев заполняют почтовые ящики организаций и граждан.

© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

02 **Киберсамозванство (имперсонация)**
выдача себя за другого пользователя сети Интернет путем использования его пароля доступа к аккаунту в социальных сетях, в блоге, почте, либо создание аккаунта с данными «жертвы» и осуществление от его имени негативного общения с другими пользователями.

03 **Киберподлог (фрейпинг)**
осуществление рассылки информации путем взлома личной страницы в социальных сетях и изменения сведений о ее хозяине, которая оскорбляет или ставит под угрозу как его самого, так и его друзей. Но чаще основная цель подобных действий — выставить объект в смешном, нелепом виде.

04 **Киберразглашение (доксинг)**
свободное опубликование персональных данных в сети Интернет, таких как адрес места жительства, логины и пароли учетных записей сайта Госуслуг (Единого портала государственных и муниципальных услуг) или личного кабинета налогоплательщика, переписка, интимные фотографии.

05 **Внутриигровой киберванданлизм (гриффинг)**
процесс, в котором одни игроки целенаправленно преследуют других игроков в многопользовательских онлайн-играх с целью разрушения удовольствия других пользователей от игры путем нарушения отдельного функционала, использования брани, блокирования других пользователей и т.д.

06 **Видеоконференционный вандализм (зумбомбинг, зум-рейдерство)**
преднамеренная атака, когда пользователи получают доступ к видеоконференции и, транслируя различный неприемлемый контент, используя нецензурные выражения, срывают мероприятие, оказывая негативное воздействие на всех его участников.

АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ

В случае, если Вы знаете, что несовершеннолетний проявляет киберагрессивное поведение используйте общий алгоритм действий (памятка 0.4), а также:

Вынесите этот случай на психолого-педагогический консилиум (ППк) с администрацией и другими специалистами (в том числе приглашенных из других организаций — по необходимости).

Обсудите этот случай с педагогом-психологом, социальным педагогом и представителем школьной службы примирения и/или медиации (при наличии).

Учитывая семейную ситуацию ребенка-агрессора, аккуратно сообщите родителям (законным представителям) о сложившейся ситуации, попросите их не применять насильственные наказания. Объясните ситуацию родителям жертвы.

Совместно с другими специалистами образовательной организации разработайте программу психолого-педагогических и педагогических мероприятий, направленных на профилактику и коррекцию агрессивного поведения, помощь жертве, сплочение учебного коллектива, приступите к реализации этой программы.

По возможности, включите агрессора и жертву в созидательную, интересную им коллективную деятельность, где они оба смогут чувствовать свою причастность к коллективу и осознавать полезность собственных действий.

В случае травли на публичных страницах в социальных сетях, обратитесь к их администратору (если им является другой обучающийся), либо вынесите на психолого-педагогический консилиум предложение обратиться в правоохранительные органы с целью блокировки данной страницы (если администрация канала/паблика/группы/сообщества анонимна или не относится к образовательной организации).

Через некоторое время проведите мониторинг ситуации, убедитесь, что динамика агрессивных проявлений идет на спад.

В случае смешанной формы киберагрессивного поведения также используйте 3 памятку **Навигатора профилактики девиантного поведения (2022)**

Для работы с жертвами используйте 4 памятку по кибервиктимному поведению данного Навигатора и/или памятки **Навигатора профилактики виктимизации детей и подростков (2024)**

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ

- **Всероссийский Детский телефон доверия** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-2000-122**
  - Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей, педагогов и специалистов в организациях Вашего муниципального образования/субъекта Российской Федерации.
- **Горячая линия кризисной психологической помощи Министерства просвещения Российской Федерации** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-600-31-14**
  - На линии ежедневно и круглосуточно оказывается психологическая помощь и поддержка всем позвонившим, находящимся в кризисном состоянии или в кризисной ситуации.
- **Горячая линия «Ребенок в опасности» Следственного комитета Российской Федерации** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-100-12-60#1**. Также для обращения доступна короткая комбинация 123
- **Горячая линия «Дети Онлайн»** http://detionline.com/helpline/about
- **ЧАТ-БОТ «Добрыня» (антибуллинг)** https://t.me/BylingBot

КУДА МОЖНО НАПРАВИТЬ РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ)

1. **Портал Растимдетей.рф — навигатор для современных родителей по вопросам развития, воспитания и образования детей от 0 до 18 лет (статьи, памятки, буклеты).**
2. **Психологический университет для родителей «Быть родителем» — бытьродителем.рф**

3. КИБЕРДЕЛИНКВЕНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

ДЕЛИНКВЕНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ – это поведение, при котором несовершеннолетним **нарушаются нормы права**, но:

за ним **не следует уголовное наказание** в силу
- либо недостижения ребенком или подростком возраста уголовной ответственности,
- либо незначительности правонарушения.

за ним **следует реальное уголовное наказание**
- если подросток достиг возраста уголовной ответственности и совершил серьезное преступление.

КИБЕРДЕЛИНКВЕНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ — это действия, нарушающие нормы Уголовного кодекса, в ходе которых использовались цифровые технологии и электронные устройства.

ФАКТОРЫ РИСКА, УЯЗВИМОСТЬ И ПОТЕНЦИАЛЬНЫЕ ПРИЗНАКИ

Индивидуальные факторы риска и уязвимость

- ведомость, внушаемость, неспособность сопротивляться вредным влияниям,
- оправдание правонарушений, отрицательное отношение к закону,
- сниженная критичность к своему поведению, непонимание происходящего,
- выраженные эмоциональные особенности (холодность по отношению к другим, сниженная способность к сочувствию, частые колебания настроения, проявления гнева, злости, обидчивости, скрытности, а также чувства одиночества, непонимания другими),
- повышенная возбудимость, импульсивность, беспокойная агрессивность и раздражительность, неумение контролировать себя,
- желание обратить на себя внимание или повышенная общительность,
- невысокие познавательные возможности,
- употребление психоактивных веществ,
- стремление получить сильные впечатления, поиск авантюрных удовольствий, героизация и др.

Социальные факторы риска

- непоследовательные стратегии воспитания, вседозволенность либо заброшенность,
- излишний или недостаточный контроль, авторитарность со стороны взрослых,
- плохие взаимоотношения с близкими, опыт физического или эмоционального насилия,
- недостаток знаний у взрослых о возрастных особенностях детей, способах управления трудными педагогическими ситуациями,
- конфликты в школе, пренебрежение со стороны сверстников,
- отрицательная оценка способностей ребенка взрослыми,
- окружение ребенка или подростка состоит в основном из ребят или взрослых с похожими поведенческими проблемами,
- неорганизованность детского отдыха и досуга,
- примеры преступных действий, насилия, жестокости, безнаказанности, которые наблюдает ребенок в своем ближайшем социальном окружении, продукции СМИ или медиаконтенте в Интернете и др.

Потенциальные признаки киберделинквентного поведения

Поведенческие признаки
- резкие изменения в поведении, настроении, общении с близкими,
- скрытность в отношении онлайн-друзей, виртуальных контактов, своих онлайн и/или офлайн занятий,
- частое ночное использование цифровых устройств (телефона, планшета или персонального компьютера), несмотря на усталость и недосып,
- повышенное внимание к секретности своих цифровых устройств,
- социальная изоляция, уход от реального общения в виртуальное пространство,
- агрессивная реакция на попытки родителей (законных представителей) контролировать онлайн-активность.

Финансовые признаки
- активное использование криптокошельков, чужих банковских карт,
- появление собственных денежных средств в объёмах, значительно превышающих карманные деньги,
- неожиданные денежные переводы (в т.ч. крупные) от неизвестных лиц,
- частое получение посылок с неизвестным содержимым,
- попытки обналичивания денег через терминалы без объяснения причин,
- интерес к схемам быстрого заработка в Интернете,
- обсуждение инвестиций и криптовалют со сверстниками или неизвестными лицами,
- демонстрация дорогостоящих вещей без объяснения источника средств.

Технические признаки
- необычные списания с банковских счетов родителей без объяснений,
- активное использование новых малоизвестных мессенджеров и/или средств анонимизации,
- установка программ для шифрования данных и скрытия файлов,
- создание множества аккаунтов в социальных сетях с разными данными,
- использование специфического сленга и криптографических терминов,
- появление второго запасного телефона и/или СИМ-карты.

Психологические признаки
- повышенная тревожность и/или раздражительность при упоминании Интернета и цифровых устройств,
- манипулятивное поведение для получения доступа к деньгам,
- импульсивные покупки в Интернете без согласования с родителями,
- чрезмерная увлеченность онлайн-играми с возможностью микротранзакций.

ФОРМЫ КИБЕРДЕЛИНКВЕНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ — онлайн форма или смешанная форма (может проявляться не только онлайн, но и офлайн либо реализуется офлайн, но организация осуществляется в сети Интернет).

ВАЖНО в настоящее время не все виды киберпреступлений четко описаны в уголовном праве. Некоторые из них представлены косвенно (то есть преследуется скорее результат действия, чем сами действия). Поэтому граница того, что можно считать киберпреступлениями размыта. Кроме того, постоянно совершенствуется законодательство, и то, что недавно не входило в киберпреступления, может быть так обозначено.

ПОДВИДЫ КИБЕРДЕЛИНКВЕНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ СМЕШАННОЙ ФОРМЫ

01

Участие несовершеннолетних в сфере незаконного оборота наркотических веществ посредством Интернета (без элемента склонности к зависимости, но с элементом виктимности)

это форма киберпреступлений, при которой третьи лица используют мобильную связь, цифровые платформы (в том числе различные электронные платежные системы) и анонимные сети для бесконтактной продажи и распространения наркотических и психоактивных веществ. Особую роль играет вовлечение несовершеннолетних в данную деятельность (часто по принципу «сетевого наркомаркетинга»), а также их виктимность, то есть уязвимость перед манипулятивными воздействиями третьих лиц (подростки обладают неустойчивыми психоэмоциальными и волевыми качествами) и подверженность негативным последствиям.

Одним из вариантов вовлечения несовершеннолетних являются сообщения в мессенджерах или социальных сетях с приглашением на работу курьером, при этом сам подросток может не быть осведомленным о содержании доставляемых «заказов». Нередко лица, вовлекающие несовершеннолетних, находят индивидуальный подход к каждому подростку, применяя современные игровые техники: например, «вовлекатели» могут завуалировать преступную деятельность, связанную с наркотиками, в частности, их сбыт, как «квест» либо компьютерную игру, в процессе которых необходимо выполнить определенные действия и получить за это выигрыш, в данном случае денежные средства.

© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

02

Участие в деструктивных (экстремистских, запрещенных) группах

это большой спектр различных манипулятивных способов вовлечения несовершеннолетних к участию в террористической и экстремистской деятельности.

Экстремизм определяется как приверженность крайним мерам и взглядам, радикально отрицающим существующие в обществе нормы и правила через совокупность насильственных проявлений, совершаемых отдельными лицами и специально организованными закрытыми группами и сообществами, через которые организуется противоправная активность.

Для вовлечения несовершеннолетних в противоправную деятельность (в том числе в игровой онлайн форме) может применяться технология манипулятивного воздействия с использованием ботов или специально нанятых пользователей для искусственного управления общественным мнением, создания подставных групп пользователей, размещающих комментарии и пропаганду, популяризирующую и распространяющую деструктивные модели поведения.

03

Диверсионная деятельность

целенаправленная активность, связанная с планированием (в т.ч. онлайн) и/или нанесением ущерба объектам критической инфраструктуры, жизнеобеспечения и общественной безопасности. **Включает:** поиск информации и/или инструкций, распространение и передачу сведений о потенциальных объектах, информационное сопровождение, координацию действий с другими участниками, публикацию призывов или результатов диверсий **через интернет-ресурсы, социальные сети и иные средства электронной коммуникации**. Это крайне опасная форма противоправного поведения, влекущая тяжелые последствия как для общества, так и для подростка.

Совокупность причин: романтизация и/или «нормализация» противоправной деятельности; влияние радикальных групп через интернет-ресурсы, приводящее к появлению новых радикальных увлечений, интереса к материалам и идеологии террористической направленности; манипуляция чувством справедливости; финансовый интерес; стремление к самостоятельности, желание доказать свою значимость, тяга к риску и авантюрам; отсутствие должного контроля со стороны взрослых.

ВАЖНО формировать у подростков навыки критического анализа информации и безопасного поведения в Интернете, предоставлять информацию о легальных способах трудоустройства несовершеннолетних.

04

Нападения на образовательные организации или иные государственные учреждения

являются (в том числе как следствие участия в деструктивных группах) одним из самых сложных сочетанных видов делинквентного поведения (сочетание признаков агрессивного и суицидального поведения), а также сочетание онлайн (организация) и офлайн (реализация) форм.

ВАЖНО

Представляют собой особые случаи общественно опасных деяний; вызывают повышенную озабоченность сотрудников правоохранительных органов, образования и здравоохранения; часто подобные акты агрессии имеют сходные черты.

Движение в социальных сетях (в виде групп/пабликов/сообществ), посвященное нападениям на образовательные организации, признано террористической организацией и запрещено Верховным судом Российской Федерации.

В ситуации возможного риска нападения обучающимся на образовательную организацию используйте алгоритм действий в 5 памятке Навигатора профилактики девиантного поведения (2022)

ПОДВИДЫ КИБЕРДЕЛИНКВЕНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОНЛАЙН ФОРМЫ

1. Ложный вызов (сваттинг)

форма интернет-троллинга или киберпреступления, при которой в полицию поступает сообщение о ложной угрозе (например, заложенной бомбе, вооруженном преступнике или захвате заложников) по адресу жертвы. Цель — вызвать спецназ или другие силовые структуры к дому жертвы, реализация возможна также с использованием Интернета или IP-телефонии.

2. Кибервыуживание (фишинг)

интернет-мошенничество с целью получения путем подлога адреса организации у пользователей их личных данных (логинов, паролей, банковских и прочих конфиденциальных данных).

3. Кибервзлом (хакерство)

процесс поиска дыр в безопасности компьютерной системы или сети Интернет с целью получения доступа к личной или корпоративной информации.

4. Сексуальное онлайн-вымогательство и/или онлайн-домогательство (груминг)

вымогательство у сверстников или более младших детей сексуальных изображений, в том числе с помощью угроз или шантажа, а также вовлечение несовершеннолетних в совершение сексуальных действий онлайн.

5. Продажа аккаунтов, СИМ-карт или банковских карт

передача третьим лицам за вознаграждение данных своего аккаунта, или банковской карты, продажа СИМ-карты под влиянием мошенников, которые могут использовать их для противоправной деятельности. Может быть инициирована самим подростком, в связи с чем имеет черты не только киберделинквентного, но и кибервиктимного поведения.

6. Кибердискриминация

ущемление/оскорбление других пользователей по религиозному и/или национальному признаку.

АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ СПЕЦИАЛИСТОВ

При выявлении экстренной опасности для жизни и здоровья окружающих и самого подростка — незамедлительно поставьте в известность руководителя, педагогов и специалистов образовательной организации, сообщите в правоохранительные органы.
В случае, если Вы предполагаете, что несовершеннолетний проявляет киберделинквентное поведение, используйте общий алгоритм действий данного Навигатора (памятка 0.4), сообщите администрации образовательной организации, родителям (законным представителям) и при необходимости мотивируйте их на обращение в правоохранительные органы, а также:

- Отмечайте положительные стороны ребенка, не делая акцент на отрицательных, чтобы не навешивать ярлыки. Старайтесь оценивать не самого ребенка, а его поступки. Избегайте публичного порицания сравнения, выделяя кого-то одного, это может задеть чувства других подростков.
- В случае возникновения сложной ситуации, решайте проблему, беседуя с ее участниками. Подросток может не сразу открыться, ему нужно время, чтобы довериться. Если его мнение противоречит Вашему, попробуйте построить с ним конструктивный диалог.
- Обращайте внимание на свои чувства и эмоции. Если Вы злитесь или испытываете другие сильные чувства во время общения с подростком, то переадресуйте решение проблемы другим специалистам (педагогу-психологу или социальному педагогу), чтобы не усугубить ситуацию.
- В сложных ситуациях привлекайте внимание родителей (законных представителей) к проблеме подростка. Помните, что подросток может скрывать события от родителей. Налаживайте и поддерживайте доверительные отношения с родителями своих подопечных.

В случае риска нападения обучающимся на образовательную организацию и/или делинквентного поведения офлайн также используйте 5 и 6 памятки с алгоритмами действий Навигатора профилактики девиантного поведения (2022)

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ

- **Горячая линия «Ребенок в опасности» Следственного комитета Российской Федерации** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-100-12-60#1**
- **Горячая линия кризисной психологической помощи Министерства просвещения Российской Федерации** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-600-31-14**
- **Всероссийский Детский телефон доверия** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-2000-122**
- **Сообщить о запрещенном контенте можно на сайте Роскомнадзора https://eais.rkn.gov.ru/feedback/**

4. КИБЕРВИКТИМНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

КИБЕРВИКТИМИЗАЦИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ – это процесс, при котором несовершеннолетние становятся жертвами преступных действий в интернет-пространстве. Ребенок может стать жертвой онлайн и/или телефонной манипуляции, киберагрессии, сексуального онлайн-насилия и эксплуатации, преследования, злоупотребления доверием или введением в заблуждение со стороны посягателя, которые наносят вред его психологическому благополучию, психическому и физическому состоянию. Может происходить со стороны незнакомцев, как взрослых, так и сверстников, и часто сопровождается чувством беспомощности, страха и изоляции.

- Дети и подростки легко становятся пострадавшими от противоправных действий в силу возраста, так как зачастую не способны распознавать ситуации риска и оказать посягателю активное сопротивление.
- Еще бóльшей уязвимостью отличаются несовершеннолетние, которым свойственно виктимное поведение, т.е. рискованное, необдуманное или чрезмерно доверчивое поведение по отношению к злоумышленникам.

КИБЕРВИКТИМНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ — это действия или реакции несовершеннолетних, которые могут способствовать их субъективной или объективной уязвимости к кибервиктимизации. Оно может включать в себя:

Раскрытие личной информации
Публикация своих данных (имя, адрес, номер телефона, фотографий, аудиосообщений, видеоматериалов) в социальных сетях, на форумах, в сообщениях в мессенджерах, что делает их более доступными для злоумышленников.

Общение с незнакомцами
Участие в онлайн-чатах или социальных сетях, где дети и подростки взаимодействуют с людьми, которых они не знают в реальной жизни, проявление доверия к ним, что может привести к манипуляциям или угрозам.

Игнорирование правил безопасности
Неправильное использование настроек конфиденциальности, отсутствие паролей или использование простых паролей для защиты своих аккаунтов.

Участие в рискованных онлайн-активностях
Принятие участия в опасных челленджах, онлайн-квестах или играх, которые могут привести к физическому или эмоциональному вреду.

Поддержка агрессивного поведения
Участие в кибертравле или агрессивном общении, что может привести к ответной агрессии со стороны других пользователей.

ВАЖНО родителям (законным представителям) и педагогам необходимо обучать детей и подростков безопасному поведению в Интернете и помогать им развивать навыки критического мышления.

Есть вероятность, что несовершеннолетний стал жертвой, если он:

- находится в подавленном настроении;
- сторонится одноклассников или других детей;
- избегает массовых мероприятий в школе;
- часто болеет, не приходит в образовательную организацию по другим причинам;
- негативно реагирует на сигнал нового сообщения, пришедшего на смартфон;
- отпрашивается с уроков, объясняя это плохим самочувствием;
- проявляет аутоагрессивное поведение (наносит себе порезы, ожоги и т.д.).

Наиболее распространенные переживания жертв сексуального насилия или эксплуатации:

- проявления стрессовых переживаний (например, страхов, тревоги, стыда, ощущения предстательства);
- отрицание того, что произошло;
- ре-виктимизация при повторном использовании интимных изображений;
- замкнутость, скрытность, униженность;
- утрата уверенности в собственных суждениях;
- чувство одиночества и/или безнадежности;
- чувство ловушки и невозможности обратиться за помощью;
- сексуализированное поведение.

ФОРМЫ КИБЕРВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ — онлайн форма или смешанная форма (может проявляться не только онлайн, но и офлайн либо реализуется офлайн, но организация осуществляется в сети Интернет).

ПОДВИДЫ КИБЕРВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ СМЕШАННОЙ ФОРМЫ

01 **Кибертравля (кибербуллинг) и/или иные подвиды киберагрессии**
систематическое и целенаправленное негативное воздействие на жертву в социально-сетевой среде с целью причинения психологической травмы.

02 **Онлайн и/или телефонное мошенничество**
негативное воздействие на жертву с корыстными целями (получение конфиденциальной информации, денежных средств, в некоторых случаях с последующим побуждением жертвы к совершению противоправных действий).

03 **Сексуальное онлайн-домогательство (груминг)**
форма виртуального общения с ребенком или подростком, в течение которого взрослые люди или более старшие несовершеннолетние стремятся получить интимные материалы, организовать с ним встречу в реальном мире и/или виртуальную сексуальную коммуникацию.

ВАЖНО наиболее виктимная группа жертв сексуального онлайн-груминга — девочки 11-13 лет. Мальчики также могут становиться жертвами, однако процент потерпевших среди них меньше, но они более восприимчивы, нередко не оказывают сопротивление, а в 14-16 лет могут сами проявлять бóльшую активность.

© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

ПОДВИДЫ КИБЕРВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОНЛАЙН ФОРМЫ

01 **Сексуальное онлайн-вымогательство**
вымогательство у детей или подростков сексуальных изображений, в том числе с помощью угроз или шантажа, может быть составной частью процесса сексуального онлайн-домогательства (груминга).

02 **Распространение материалов сексуального характера (секстинг)**
получение, отправка и пересылка по сети Интернет фото- и видеоматериалов сексуального характера с целью мести, причинения вреда, унижения чести, достоинства и для того, чтобы вызвать последующую травлю жертвы.

АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ СПЕЦИАЛИСТОВ

В ситуации, когда специалист образовательной организации (педагог-психолог, социальный педагог, классный руководитель или педагог) обнаружил признаки, предполагающие возможное сексуальное насилие или злоупотребление в отношении ребенка, необходимо использовать общий алгоритм действий (памятка 0.4) данного Навигатора, а также важно соблюдать последовательность следующих действий:

01 Если у сотрудников образовательной организации возникают подозрения о совершении в отношении ребенка сексуального насилия или злоупотребления, то необходимо обратить внимание на косвенные признаки.

Косвенные признаки: повышенный интерес к вопросам сексуальности, имитация сексуальных действий в игре с другими детьми, демонстрация сведений о половых отношений, выходящих за пределы возрастной нормы и т.п.

ВАЖНО к подобным признакам следует относиться с осторожностью, так как их источником могут быть также обстоятельства, не имеющие характера сексуального насилия и злоупотребления.

02 При обнаружении или выявлении признаков следует собрать дополнительную информацию о ребенке и его семье и постараться выяснить, чем обусловлены подобные проявления.

03 Если со временем они сохраняются, то специалисту рекомендуется поговорить с ребенком и спросить его об источниках его знаний и привычек, а также о характере действий в отношении него окружающих.

04 Если в ходе первичной беседы ребенок отрицает какие-либо действия сексуального характера со стороны кого-либо из взрослых или сверстников, то следует продолжить наблюдение за ребенком и его семьей.

05 В случае, если в беседе со специалистом ребенок указывает на факты сексуального насилия или злоупотребления внутри или вне семьи, сотрудники образовательной организации должны принять меры по защите ребенка в будущем:

- если речь идет о внесемейном сексуальном насилии или злоупотреблении, руководитель образовательной организации обязан известить родителей (законных представителей) ребенка. В зависимости от их реагирования на сообщение, родители:
  - либо сами берут на себя заботу о ребенке и обращаются в правоохранительные органы и в организации, где ребенку может быть оказана медико-психологическая помощь,
  - либо, в случае их неадекватной реакции, это делает руководитель образовательной организации.

06 Далее следует опираться на алгоритмы, представленные в 6 и 7 памятках **Навигатора профилактики виктимизации детей и подростков (2024)**

В ситуациях кибертравли (кибербуллинга), иных подвидов киберагрессии также воспользуйтесь общим алгоритмом действий и памяткой 5 **Навигатора профилактики виктимизации детей и подростков (2024),** а также 4 и 5 памятками данного Навигатора.

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ

Всероссийский Детский телефон доверия (бесплатно, круглосуточно) **8-800-2000-122**

- Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей, педагогов и специалистов в организациях Вашего муниципального образования/субъекта Российской Федерации.

Горячая линия кризисной психологической помощи Министерства просвещения Российской Федерации – (бесплатно, круглосуточно) **8-800-600-31-14**

- На линии ежедневно и круглосуточно оказывается психологическая помощь и поддержка всем позвонившим, находящимся в кризисном состоянии или в кризисной ситуации.

Горячая линия «Ребенок в опасности» Следственного комитета Российской Федерации (бесплатно, круглосуточно) **8-800-100-12-60#1**. Также для обращения доступна короткая комбинация 123

Горячая линия «Дети Онлайн» http://detionline.com/helpline/about

ЧАТ-БОТ «Добрыня» (антибуллинг) https://t.me/BylingBot

КУДА МОЖНО НАПРАВИТЬ РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ)

1. **Портал Растимдетей.рф** — навигатор для современных родителей по вопросам развития, воспитания и образования детей от 0 до 18 лет (статьи, памятки, буклеты).
2. Психологический университет для родителей «Быть родителем» — **бытьродителем.рф**

5. КИБЕРВИКТИМНО-ДЕЛИНКВЕНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

КИБЕРВИКТИМНО-ДЕЛИНКВЕНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ — это смешанный вид поведения, при котором несовершеннолетний становится жертвой телефонных и/или онлайн-мошенников и, в состоянии заблуждения, находясь под их влиянием, совершает противоправные действия агрессивно-насильственного и террористического характера.

Последствия при этом могут быть **крайне серьезными** как для пострадавших от таких действий, так и для самого несовершеннолетнего, который может стать обвиняемым в тяжком уголовном преступлении.

Специалистам следует понимать **характер воздействия на несовершеннолетнего со стороны взрослых злоумышленников**, в результате которого он становится инструментом в их руках.

Мошеннические действия, как правило, включают в себя следующие элементы:

1. Инициация злоумышленниками контакта с несовершеннолетним по телефону или через сообщения в мессенджерах под маской сверстников или авторитетных для подростка лиц.

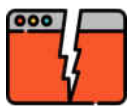
2. Получение от несовершеннолетнего определенных сведений (например, геолокации).

3. Компрометация: вступление в контакт следующей маски, якобы представляющей правоохранительные органы России (МВД, ФСБ), и, вследствие передачи несовершеннолетним этих сведений якобы военному противнику, обвинение его в тяжком преступлении (например, госизмене). Запугивание подростка, угрозы ему самому и его семье.

4. Требование секретности, изоляция несовершеннолетнего от окружающих.

5. Требование денежной компенсации или совершения определенных действий, как правило, деструктивных (например, поджога определенных объектов) якобы «для защиты Родины» или «помощи российским военным».

6. Постоянный контроль и поддержание эмоционального напряжения несовершеннолетнего через сообщения в мессенджерах, аудио- и видеосвязь.



НЕКОТОРЫЕ МЕТОДЫ, КОТОРЫЕ МОГУТ БЫТЬ ИСПОЛЬЗОВАНЫ ПРОТИВ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ

01 **Фишинг**
это метод, при котором мошенники отправляют поддельные сообщения (например, электронные письма, SMS или сообщения в мессенджерах), которые выглядят как официальные, чтобы заставить жертву раскрыть личные данные, такие как пароли или номера кредитных карт. Пример: мошенник может отправить сообщение, якобы от популярного сервиса, с просьбой подтвердить учетную запись, предоставив личные данные.

02 **Вишинг (голосовой фишинг)**
это форма фишинга, при которой мошенники используют телефонные звонки для получения личной информации. Пример: мошенник может позвонить ребенку, представившись сотрудником банка, полиции, школы или службы поддержки, и попросить подтвердить личные данные для «проверки безопасности».

03 **Смишинг (SMS-фишинг)**
это использование текстовых сообщений для обмана жертв с целью получения их личной информации. Пример: мошенник отправляет SMS с сообщением о выигрыше в конкурсе, прося перейти по ссылке и ввести личные данные.

04 **Ловушки с использованием социальных сетей**
мошенники могут использовать социальные сети для создания фальшивых профилей и взаимодействия с детьми и подростками. Пример: мошенник создает привлекательный профиль и начинает общаться с ребенком, предлагая дружбу или участие в «эксклюзивных» группах, чтобы завоевать доверие.

05 **Манипуляция через эмоции**
чтобы заставить жертву действовать без размышлений. Пример: мошенник может притвориться, что у него возникли проблемы, и попросить деньги или личные данные, чтобы «получить помощь». Также злоумышленник может убеждать, что ребенок будет героем, если выполнит его «просьбы».

06 **Обман через игры**
мошенники могут использовать популярные онлайн-игры для манипуляции и обмана. Пример: мошенник может предложить «бесплатные» внутриигровые предметы или валюту в обмен на личные данные или доступ к аккаунту.

07 **Создание ложных угроз**
чтобы заставить жертву раскрыть информацию или выполнить требования. Пример: мошенник может позвонить и сказать, что у него есть компрометирующая информация о ребенке, и потребовать деньги за ее «недоступность».

08 **Использование доверительных отношений**
чтобы манипулировать жертвой. Пример: мошенник может представиться другом или знакомым и попросить о помощи, чтобы получить доступ к личной информации.

ВАЖНО обучение детей и подростков критическому мышлению, осведомленности о рисках и безопасному поведению в Интернете может защитить их от потенциальных угроз.

© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

ПРИЗНАКИ КИБЕРВИКТИМНО-ДЕЛИНКВЕНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Есть вероятность, что несовершеннолетний стал жертвой телефонных или онлайн-мошенников, если он:

- Озабочен, теряет интерес к занятиям, к происходящему за исключением его собственного дела.
- Тревожен, находится в подавленном состоянии, проявляет признаки страха.
- Сторонится сверстников и взрослых, избегает вопросов, отвечает уклончиво, дает нереалистичные ответы.
- Интересуется, где можно взять крупные суммы денег, одалживает у знакомых.
- Закупает приспособления, емкости и материалы для деструктивных действий (горючие материалы, составляющие взрывчатых веществ, канистры и т.п.).

ПРЕВЕНТИВНЫЕ МЕРЫ

Для предупреждения этого типа противоправных действий в отношении несовершеннолетних и со стороны самих несовершеннолетних **важна первичная профилактика.**

В образовательных организациях необходимо информировать детей, подростков и их родителей (законных представителей) о возможности подобных провокаций и о том, как следует реагировать в подобных случаях:

1. не отвечать на телефонные звонки и сообщения с незнакомых номеров,
2. при появлении сообщений из «правоохранительных органов» сообщать взрослым (родителям, сотрудникам образовательных организаций).

В ситуациях онлайн и/или телефонного мошенничества воспользуйтесь 1 и 2 памятками **Навигатора профилактики виктимизации детей и подростков (2024)**, а также 3 и 4 памятками данного Навигатора.

ВАЖНО следует иметь в виду, что жертвами такого рода манипуляций легче становятся дети и подростки с чертами гиперсоциальности, послушные, исполнительные, впечатлительные, тревожные.

АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ СПЕЦИАЛИСТОВ

При обнаружении признаков вовлеченности несовершеннолетнего в манипулятивное взаимодействие со злоумышленниками помимо общего алгоритма (памятка 0.4) данного Навигатора необходимы следующие действия:

01 Поговорить с ребенком, выяснить причину его необычного состояния и поведения. Учитывая его страх, вызванный запугиванием мошенниками, и возможное нежелание идти на контакт, следует информировать его о возможности манипуляций подобного рода, прояснить для него истинную природу ситуации.

02 Информировать родителей (законных представителей) о ситуации, в которой находится их ребенок.

03 Информировать администрацию образовательной организации, в которой учится ребенок.

04 Сообщить о данной ситуации в правоохранительные органы.

05 Вынести случай на психолого-педагогический консилиум (ППк) с другими специалистами образовательной организации и разработать план помощи семье и одноклассникам ребенка (в случае, если им стала известна информация о данной ситуации). Обратите внимание, что ППк должен носить закрытый характер в силу специфики ситуации и информации.

06 Совместно с другими специалистами образовательной организации разработать программу психолого-педагогических и педагогических мероприятий, направленных на профилактику кибервиктимно-преступного поведения, приступить к реализации этой программы.

ВАЖНО **кибервиктимно-делинквентное поведение** несовершеннолетних **нужно отличать от экстремизма и террористических действий** несовершеннолетних, совершаемых также по «заказу» злоумышленников, связь с которыми поддерживается через Интернет, однако по **корыстным мотивам**. В подобных случаях речь может идти о киберделинквентном поведении.

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ

- **Всероссийский Детский телефон доверия** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-2000-122**
  - Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей, педагогов и специалистов в организациях Вашего муниципального образования/субъекта Российской Федерации.

Горячая линия кризисной психологической помощи Министерства просвещения Российской Федерации – (бесплатно, круглосуточно) **8-800-600-31-14**

- На линии ежедневно и круглосуточно оказывается психологическая помощь и поддержка всем позвонившим, находящимся в кризисном состоянии или в кризисной ситуации.

- **Горячая линия «Ребенок в опасности» Следственного комитета Российской Федерации** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-100-12-60#1**. Также для обращения доступна короткая комбинация 123
- **Горячая линия «Дети Онлайн»** http://detionline.com/helpline/about
- **ЧАТ-БОТ «Добрыня» (антибуллинг)** https://t.me/BylingBot

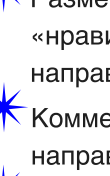
КУДА МОЖНО НАПРАВИТЬ РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ)

1. **Портал Растимдетей.рф** — навигатор для современных родителей по вопросам развития, воспитания и образования детей от 0 до 18 лет (статьи, памятки, буклеты).
2. Психологический университет для родителей «Быть родителем» — **бытьродителем.рф**

6. КИБЕРСАМОПОВРЕЖДАЮЩЕЕ И КИБЕРСУИЦИДАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

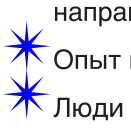
САМОПОВРЕЖДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ (СЕЛФХАРМ) — это комплекс действий аутоагрессивного характера, нацеленных на причинение физического вреда собственному телу (включает несуицидальное самоповреждающее поведение и суицидальные попытки).

НЕСУИЦИДАЛЬНОЕ САМОПОВРЕЖДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ – потенциально нелетальный намеренный акт аутоагрессивного поведения, связанный с физическим повреждением собственного тела и не имеющий в своей основе для человека цели собственной смерти.



Некоторые возможные действия:

порезы, расцарапывание, обжигание кожи, удары головой или кулаком о стену и др.



Менее очевидные симптомы:

голодание, переедание, злоупотребление алкоголем или ПАВ, нанесение шрамов и др.

ВАЖНО **в киберпространстве** такое поведение может иметь смешанный характер — несовершеннолетние могут помещать фото и видеоматериалы о своем реальном самоповреждающем поведении и/или суицидальных действиях, но возможно и моделирование таких действий посредством цифровых технологий, а также сознательное нанесение ущерба своей цифровой личности.

СУИЦИДАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ – это диапазон различных вариантов сочетания суицидальных мыслей и суицидальных действий.

ВАЖНО наиболее уязвимой в отношении самоубийства возрастной группой являются подростки, однако в последние годы отмечается тенденция к снижению возраста первого дебюта.

В развитии суицидального поведения особую роль играют социально-психологическая дезадаптация, суицидальное кризисное состояние, суицидальный риск и пресуицидальный период, то есть период формирования суицидальной активности, границами которого являются момент возникновения суицидальных побуждений и момент осуществления суицидальных действий.

Два типа пресуицидальных периодов

- **Аффективно-импульсивный (острый) тип (до суток)**
- **Гипотимный (хронический) тип (свыше суток)**

В настоящее время может демонстрироваться в онлайн-среде:

КИБЕРСУИЦИД – формирование и/или реализация суицидальных мыслей посредством разнообразных форм участия в интернет-коммуникации.

Признаки киберсамоповреждающего и киберсуицидального поведения

- Размещение (сохранение на своих интернет-ресурсах, отметка «нравится») материалов о самоповреждениях/суицидальной направленности (хэштеги, картинки, видео, песни и т.д.).
- Комментарии материалов о самоповреждениях/суицидальной направленности, особенно на онлайн-форумах.
- Участие в сообществах на тему самоповреждений/суицидальной направленности (нормализация и героизация такого поведения).
- Опыт киберагрессии (травли и/или социальной изоляции).
- Люди реализуют свою потребность в поиске поддержки; осмыслении своих чувств; понимании того, что их проблема не уникальна.
- Нормализация и положительная оценка суицидального поведения, поиск напарников для совершения суицида и свободное распространение информации о способах самоповреждения, повышение уровня безнадежности.

Особенности поведения несовершеннолетнего, которые могут насторожить

- Устойчивые (в течение более 2-х недель) проявления подавленного настроения, пониженного эмоционального фона (включая чувства безнадежности, одиночества, тревоги), раздражительности.
- Резкое снижение успеваемости, проявление безразличия к учебе и оценкам.
- Любые резкие изменения в привычном поведении (например, стал неряшливым, не хочет разговаривать с друзьями, потерял интерес к тому, чем раньше любил заниматься, пропускает занятия; стал более импульсивным, эмоциональным или замкнутым).
- Прямые или косвенные заявления о желании умереть, или убить себя, или о нежелании продолжать жизнь (даже если педагогу кажется, что эти заявления носят демонстративно-шантажный характер).
- Наличие рискованного, агрессивного поведения, фактов употребления ПАВ, алкоголя.
- Наличие фактов ухода из дома.

ФОРМЫ КИБЕРСАМОПОВРЕЖДАЮЩЕГО И КИБЕРСУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ – онлайн форма или смешанная форма (проявляется не только онлайн, но и офлайн или наоборот).

ПОДВИДЫ КИБЕРСАМОПОВРЕЖДАЮЩЕГО И КИБЕРСУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ СМЕШАННОЙ ФОРМЫ

01 **Киберамоповреждение (селфхарм)**
в сети Интернет проявляется в виде публикации контента, связанного с данной тематикой в своем аккаунте, паблике или канале, или размещении своего контента (фотографий, видео; наиболее частая форма — порезы кожи и расцарапывание кожи при помощи острых предметов) в сетевых сообществах социальных сетей.

02 **Киберсамоубийство**
действия, направленные на групповое или индивидуальное лишение себя жизни, которые совершаются в результате и/или посредством использования интернет-ресурсов.

03 **Информационный киберсуицид**
самоубийство с применением знаний, почерпнутых из Интернета.

04 **Онлайн-киберсуицид**
самоубийство в реальном времени, перед веб-камерой.

05 **Парный онлайн-суицид**
самоубийство, при котором инициатор ищет себе партнера в сети Интернет.

06 **Коммуникативный киберсуицид (флешмоб-суицид)**
объединение ранее незнакомых между собой людей с целью группового онлайн-самоубийства на основе виртуального договора.

07 **Аддиктивный киберсуицид**
аутоагрессивные действия, спровоцированные интернет-зависимостью.

© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

ПОДВИДЫ КИБЕРСАМОПОВРЕЖДАЮЩЕГО И КИБЕРСУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОНЛАЙН ФОРМЫ

01 **Цифровое самоповреждение**
направленное на самого себя влияние негативного онлайн-контента, цель которого заключается в том, чтобы вызвать у себя психологический дистресс или косвенно сообщить окружающим о своих психологических проблемах. Может включать в себя любой способ преднамеренного поиска и публикации оскорбительного контента о себе, например, создание негативного блога о себе или публикацию оскорбительных комментариев к собственным фото или видео анонимно, либо из ложного аккаунта, созданного специально для этой цели, известного как аккаунт-призрак.

02 **Ведение ауточата с суицидальной направленностью**
создание онлайн заметок или онлайн дневника с имитацией общения, где потенциальный суицидент ведет внутренний диалог о смерти и/или планировании самоубийства, оставляя цифровой след. Может проявляться в двух вариантах:

1. ведение переписки в чате с самим собой без присутствия других лиц;
2. организация в мессенджере или социальной сети закрытого канала/паблика, в который никто не может зайти, и ведение в нем диалога с самим собой.

Такой внутренний диалог может являться выражением эгоцентрической речи, с помощью которой подросток пытается овладеть своим поведением, но в ходе которого происходит сильное эмоциональное самонакручивание, самоубеждение, постоянное прокручивание в голове негативных, депрессивных или тревожных мыслей и воспоминаний (то есть руминация).

03 **Участие в деструктивных группах как проявлении аутоагрессивного поведения:**

- **посвященных суицидальной тематике** (например, «группы смерти») или самоповреждениям. Нередко подобные группы ведут «кураторы», наполняющие группы подобным медиаконтентом и организовывающие опасные онлайн-квесты;
- **посвященных диетам**. Подобные группы часто ведутся людьми, далекими от медицины, и следование их советам приводит к ущербу для жизни и здоровья.

АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ СПЕЦИАЛИСТОВ

В случае, если Вы:

- **знаете,** что несовершеннолетний проявляет киберсамоповреждающее или киберсуицидальное поведение,
- **обнаружили** у ребенка или подростка признаки наличия депрессивного состояния, факты нанесения себе физического вреда, суицидальные мысли **нужно незамедлительно** (сохраняя конфиденциальность по отношению к третьим лицам и этические нормы) воспользоваться общим алгоритмом действий (памятка 0.4), а также:

01 сообщить родителям (законным представителям) ребенка о своих наблюдениях с целью мотивирования семьи на обращение за помощью к профильным специалистам;

02 сообщить педагогу-психологу (при отсутствии – социальному педагогу, заместителю директора по воспитательной работе) о своих наблюдениях с целью (при необходимости) принятия оперативных мер для оказания экстренной помощи обучающемуся;

03 сообщить администрации образовательной организации о сложившейся ситуации с целью принятия управленческих решений по привлечению специалистов для оказания помощи, а также для составления плана психолого-педагогического сопровождения обучающегося;

- **подозреваете влияние** на ребенка **третьих лиц через Интернет**, то в этом случае необходимо **сообщить** в правоохранительные органы.

ВАЖНО доведение до самоубийства, склонение к совершению самоубийства или содействие совершению самоубийства, а также организация деятельности, направленной на побуждение к совершению самоубийства являются преступлениями в соответствии со ст. 110, ст. 110.1, ст. 110.2 Уголовного кодекса РФ.

В случае смешанной формы киберсамоповреждающего и киберсуиуидального поведения также используйте 4 памятку **Навигатора профилактики девиантного поведения (2022)**

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ

- **Всероссийский Детский телефон доверия** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-2000-122**
  - Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей, педагогов и специалистов в организациях Вашего муниципального образования/субъекта Российской Федерации.
- **Горячая линия кризисной психологической помощи Министерства просвещения Российской Федерации** – (бесплатно, круглосуточно) **8-800-600-31-14**
  - На линии ежедневно и круглосуточно оказывается психологическая помощь и поддержка всем позвонившим, находящимся в кризисном состоянии или в кризисной ситуации.
- **Горячая линия «Ребенок в опасности» Следственного комитета Российской Федерации** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-100-12-60#1**. Также для обращения доступна короткая комбинация 123
- **Горячая линия «Дети Онлайн»** **http://detionline.com/helpline/about**
- **ЧАТ-БОТ «Добрыня» (антибуллинг)** **https://t.me/BylingBot**

КУДА МОЖНО НАПРАВИТЬ РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ)

1. **Портал Растимдетей.рф** — навигатор для современных родителей по вопросам развития, воспитания и образования детей от 0 до 18 лет (статьи, памятки, буклеты).
2. Психологический университет для родителей «Быть родителем» — **бытьродителем.рф**

7. КИБЕРАДДИКТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

КИБЕРАДДИКТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ — это пристрастие к занятиям, связанным с использованием компьютера (или иного цифрового устройства), приводящее к резкому сокращению всех остальных видов деятельности, ограничению общения с другими людьми.

Есть вероятность, что у несовершеннолетнего могут быть проблемы, если:

- он предпочитает онлайн-коммуникации (в интернет-пространстве в целом, в играх, в частности), а не живое общение лицом к лицу,
- у него наблюдается улучшение эмоционального состояния через игровую или другую активность с использованием цифровых технологий,
- он демонстрирует неконтролируемое регулярное мысленное возвращение в онлайн-пространство (пространство игры или другую активность),
- он не может оторваться от устройства, бывают трудности планирования своего пребывания в сети (в игре в частности),
- у него имеются последствия в повседневной жизни (трудности с окружающими людьми, а также сложности в управлении собственной жизнью).

ФОРМЫ КИБЕРАДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ — онлайн форма (например, сетевые игры или зависимость от социальных сетей) или смешанная форма (может проявляться одновременно в онлайн и офлайн либо проявляется офлайн, но основные действия осуществляются в сети Интернет. Например, игнорирование мобильным).

ПОДВИДЫ КИБЕРАДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОНЛАЙН ФОРМЫ

01 **Интернет-зависимость**
чрезмерное недостаточно контролируемое поведение, связанное с использованием Интернета, вызывающее пагубные последствия и приводящее к снижению качества социального и личностного функционирования, а также к нарушениям психического и физического здоровья.

02 **Игровая зависимость (гейм-аддикция и гэмблинг)**
игровое поведение, осуществляемое посредством сети Интернет:

- зависимость от видеоигр (гейм-аддикция),
- зависимость от азартных игр (гэмблинг, лудомания), один из вариантов гэмблинга — беттинг-аддикция или зависимость от ставок на спорт).

Иногда говорят об интернет-зависимости как обобщающем термине, однако игровая зависимость может быть как частью ее, так и отдельным видом зависимости.

ВАЖНО интернет-зависимость — это изменение состояния сознания как следствие особой ценности активности в Интернете и уход от реальности, связанный с проблемами в учебной и иных видах деятельности, а также в межличностных отношениях. Человек может быть зависим от разных технических объектов и видов деятельности, которые реализуются через Интернет.

03 **Проблемное использование Интернета**
чрезмерная степень использования Интернета, которая может приводить к возникновению психологических, социальных, академических и профессиональных трудностей, а также может включать в себя и другие деструктивные виды использования интернет-технологий (например, кибертравлю).

По другим основаниям среди подвидов кибераддиктивного поведения онлайн формы также выделяют:

04 **Зависимость от устройств (гаджетов)**
куда входит часто упоминаемая компьютерная зависимость.

05 **Одержимость онлайн-новостями (думскроллинг)**
зависимость от чтения негативных новостей, когда человек не может остановиться, пропуская через себя все больше и больше информации.

06 **Запойный просмотр видеоконтента (бинджвотчинг)**
изначально рассматривался просмотр только нескольких серий или всего сезона серийных шоу, однако в последнее время понимание данного феномена расширилось, и исследователи рассматривают не только просмотр телесериалов, но и другого продолжительного видеоконтента.

© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

ПОДВИДЫ КИБЕРАДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ СМЕШАННОЙ ФОРМЫ

01 **Игнорирование мобильным (фаббинг)**
пренебрежительное отношение к собеседнику, которое выражается в постоянном отвлечении от разговора ради того, чтобы «быстренько заглянуть в телефон».

02 **Киберотлынивание (кибербезделье, киберлафинг)**
форма использования технических устройств (чаще всего с доступом к Интернету) в личных целях во время учебы (академический киберлафинг) или работы (бизнес-киберлафинг). Это особая форма ухода от скучной работы или вариант прокрастинации, осуществляемый за счет использования информационных технологий.

03 **Одержимость покупками (онлайн-шопинг) или листанием онлайн-каталогов (скроллшоппинг).**

ВАЖНО **при кибераддиктивном поведении может проявляться абстинентный синдром (синдром отмены)** — комплекс психологических и физических симптомов, которые возникают при резком прекращении или значительном сокращении использования Интернета и связанных с ним технологий.

- **Психологические симптомы:** при отсутствии доступа к Интернету человек может испытывать повышенную тревожность, нервозность и раздражительность. В некоторых случаях может проявляться пониженное настроение, особенно если Интернет использовался как способ избежать реальных проблем или эмоций. Без доступа к Интернету человек может чувствовать себя скучно и не знать, чем заняться, что может привести к снижению мотивации. Люди могут испытывать трудности с сосредоточением на задачах.

- **Физические симптомы:** некоторые люди могут испытывать головные боли, особенно если они привыкли проводить много времени за экраном. Изменения в режиме сна, такие как бессонница или повышенная сонливость, могут быть следствием отмены. Могут возникать симптомы, такие как мышечное напряжение или общее недомогание.

АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ СПЕЦИАЛИСТОВ

В случае, если Вы знаете, что несовершеннолетний проявляет кибераддиктивное поведение используйте общий алгоритм действий (памятка 0.4) данного Навигатора, а также необходимо:

01 Сохранять контакт с ребенком или подростком. Для этого: помните, что авторитарный стиль взаимодействия для подростков неэффективен и даже опасен. Чрезмерные запреты, ограничения свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию и заставить погрузиться его еще глубже в аддиктивное поведение. В подростковом возрасте предпочтительной формой взаимодействия является заключение договоренностей. Если ограничение необходимо, не пожалейте времени на объяснение его целесообразности.

02 Способствовать созданию дружеской поддерживающей атмосферы, ориентировать детей и подростков на совместную деятельность и сотрудничество. Всегда внимательно выслушивать жалобы детей, помогая им разобраться в возникшей ситуации.

03 Обращать внимание на ситуации, когда один или несколько детей или подростков явно демонстрируют какой-либо вид кибераддиктивного поведения (чаще всего игры), проведите разъясняющую беседу с ним лично, поговорите с родителями (законными представителями), для дополнительной помощи обратитесь к педагогу-психологу и социальному педагогу.

04 Встречи используйте как место и время поговорить о личных интересах каждого ребенка или подростка, ненавязчиво пропагандируя здоровый образ жизни.

05 Важно поддерживать диалог с ребенком или подростком, оставлять возможность, чтобы при необходимости он мог обратиться к Вам в трудной жизненной ситуации.

06 Способствовать развитию умения у детей и подростков отстоять свою точку зрения в дискуссиях со взрослыми, это поможет им легче отказаться от зависимости.

В случае сочетания кибераддиктивного поведения с другими видами аддикций также используйте 7 памятку Навигатора профилактики девиантного поведения (2022)

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ

- **Всероссийский Детский телефон доверия** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-2000-122**
  - Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей, педагогов и специалистов в организациях Вашего муниципального образования/субъекта Российской Федерации.

- **Горячая линия «Дети Онлайн»** http://detionline.com/helpline/about

- **ЧАТ-БОТ «Добрыня» (антибуллинг)** https://t.me/BylingBot

- **Горячая линия кризисной психологической помощи Министерства просвещения Российской Федерации** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-600-31-14**
  - На линии ежедневно и круглосуточно оказывается психологическая помощь и поддержка всем позвонившим, находящимся в кризисном состоянии или в кризисной ситуации.

КУДА МОЖНО НАПРАВИТЬ РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ)

1. **Портал Растимдетей.рф** — навигатор для современных родителей по вопросам развития, воспитания и образования детей от 0 до 18 лет (статьи, памятки, буклеты).
2. Психологический университет для родителей «Быть родителем» — **бытьродителем.рф**

8. КИБЕРРИСКОВАННОЕ ПОВЕДЕНИЕ

КИБЕРРИСКОВАННОЕ ПОВЕДЕНИЕ — это реализованное стремление несовершеннолетних к опасной неопределенности с использованием цифровых технологий. Такое поведение связано с возможностью наступления негативных последствий как для их безопасности, так и для их психоэмоционального состояния, несмотря на равную вероятность наступления положительного исхода.

Среди киберрискованных действий можно выделить:

01 **Общение с незнакомцами**
что может привести к риску киберагрессии, манипуляций, вовлечения в деструктивные сообщества или даже угроз (например, принятие запросов на дружбу от незнакомцев в социальных сетях или участие в чатах с незнакомыми людьми).

02 **Публикация или отправка в сообщениях личной информации**
что может обуславливать кибервиктимизацию (примеры раскрытия личной информации: публикация фамилии и имени, полной даты рождения, домашнего адреса, номера телефона, номера школы и класса, информации о семье или других идентифицирующих данных).

03 **Игнорирование настроек конфиденциальности**
в социальных сетях может привести к тому, что личная информация станет доступной для широкой аудитории (например, открытые профили в социальных сетях, где любой может видеть публикации и личные данные).

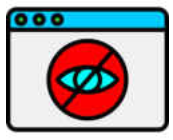
04 **Кликание на подозрительные ссылки**
которые ведут на вредоносные сайты или содержат вирусы (например, получение сообщений с подозрительными ссылками от незнакомцев или в результате фишинга).

05 **Участие в опасных онлайн-играх или онлайн-квестах**
которые могут содержать элементы насилия или рискованные задания в офлайн, и могут быть опасны для здоровья и безопасности.

06 **Использование ненадежных, недостоверных источников информации**
это может привести к распространению дезинформации или формированию неправильных представлений (например, дети и подростки могут верить в фейковые новости или участвовать в обсуждениях на форумах, где распространяется ложная информация).

Есть вероятность, что у несовершеннолетнего могут быть проблемы, если он:

использует специфический сленг. Следует иметь в виду, что сленг достаточно быстро меняется



стремится скрывать свою онлайн-активность или чрезмерно бравирует этим

принимает участие в группах и форумах, посвященных рискованным тематикам (например, «Как быстро заработать» и т.д.)

на страницах в социальных сетях появляются соответствующие фотографии и видео (не обязательно свои)

ФОРМЫ КИБЕРРИСКОВАННОГО ПОВЕДЕНИЯ — онлайн форма (хотя в некоторых случаях подготовка может осуществляться офлайн) или смешанная форма (может начинаться в онлайн, переходить в офлайн, а результаты публиковаться в сети Интернет).

ПОДВИДЫ КИБЕРРИСКОВАННОГО ПОВЕДЕНИЯ СМЕШАННОЙ ФОРМЫ

1 **Повторы онлайн-трендов**
в том числе опасных и/или вирусных с последующей публикацией как подражание современным лидерам мнений (из жизни, видео и т.д.).

2 **Просмотр шокирующих материалов (шок-контента)**
в различных формах подачи (аудио, видео, текст), основная цель которых оказать сильное влияние на восприятие, вызвать душевные переживания и остаться в памяти как в день ознакомления с такой информацией, так и надолго, заставляя периодически воссоздавать запечатленный образ в сознании.

3 **Опасное селфи и/или видео***

несовершеннолетний самостоятельно делает фотоснимок или видеозапись самого себя с помощью камеры мобильного или иного устройства в опасных для жизни условиях обычно с целью дальнейшей публикации в Интернете.

* Часто сочетается с рискованным поведением офлайн, которое может повлечь административную и уголовную ответственность, таким как:

- **зацепинг** — способ передвижения, при котором человек цепляется за внешние элементы движущегося транспорта, может включать в себя *трейнсерфинг* (передвижение на крыше поезда), *трейнхоппинг* (запрыгивание на поезд), *фрейтхоп* (передвижение на грузовом поезде), *трейлсерфинг* (ездой между или под вагонами, на хвостовом вагоне или крыше поезда),
- **крышолазание (руфинг)** — лазание по крышам высоких строений, небоскребов, многоэтажных жилых домов, а также по радиовышкам,
- **диггерство** — незаконное исследование искусственных подземных коммуникаций или сооружений, например, бомбоубежищ, закрытых станций метро, бункеров и др.,
- **сталкеринг** — посещение покинутых (заброшенных) объектов и мест, например, оставленных жилых домов, недостроенных зданий и иных мест,
- другие проявления рискованного экстремального досуга.

© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

ПОДВИДЫ КИБЕРРИСКОВАННОГО ПОВЕДЕНИЯ ОНЛАЙН ФОРМЫ

1. Маргинальная видеотрансляция (трэш-стриминг)

ведущий за вознаграждение от зрителей выполняет их задания, при этом эфир потенциально пропагандирует насилие и жестокое обращение с людьми и/или животными, унижение человеческого достоинства.

2. Рискованный онлайн-заработок

способы получения дохода в Интернете, которые могут быть связаны с высокими финансовыми, юридическими или репутационными рисками. Такие методы часто привлекают людей, обещая быстрые и большие прибыли, но могут привести к потерям или другим негативным последствиям.

3. Сексуализированная самопрезентация

форма самовыражения, при которой демонстрируется своя сексуальность через различные каналы, такие как социальные сети, мессенджеры или другие онлайн-платформы. Может включать в себя публикацию откровенных фотографий, видео, использование провокационных нарядов или языка, а также активное участие в обсуждениях на сексуальные темы. Данный подвид киберрискованного поведения увеличивает риски эксплуатации, груминга и виктимизации.

4. Просмотр сексуализированных фото- и видеоматериалов (порнографии)

АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ СПЕЦИАЛИСТОВ

Что делать, если Вы точно знаете, что у обучающегося киберрискованное поведение:

01 Используйте общий алгоритм действий (памятка 0.4) данного Навигатора.

02 Проведите индивидуальную беседу с подростком с целью установления мотивации и оценки степени угрозы для его жизни и здоровья.

03 Установите связь с родителями (законными представителями) обучающегося. Если они не знают о его увлечениях, аккуратно объясните всю ситуацию, попросите их не ругать ребенка. Выработайте единую стратегию поведения. Возможно, семье нужна дополнительная психологическая и/или социальная помощь.

04 Вынесите этот случай на психолого-педагогический консилиум (ППк) с администрацией и другими специалистами образовательной организации (педагогом-психологом, социальным педагогом, другими специалистами). При необходимости инициируйте Совет профилактики.

05 Выработайте индивидуальную траекторию помощи с обязательным привлечением родителей (законных представителей) обучающегося и возможным привлечением различных специалистов.

Основные принципы разговора с обучающимся:

- **до беседы** изучите тот вид деятельности, которым увлекается подросток,
- **во время беседы:**
  - используйте спокойный доброжелательный тон,
  - избегайте осуждения, оценивания и нравоучений. Дайте понять, что Вы, в первую очередь, беспокоитесь за его безопасность и не ставите своей целью наказать,
  - предоставьте подростку возможность высказаться, поделиться своими ощущениями и переживаниями по поводу его увлечений. Это поможет определить мотивацию и на основе этого выстроить план работы с этим подростком и/или его семьей,
  - убедитесь в том, что подросток полностью осознает, как административные риски, так и опасность для жизни и здоровья. Для этого задавайте открытые вопросы (например, «Как ты считаешь, есть ли какая-то опасность в твоих увлечениях?», «Может ли это причинить кому-то вред? Кому? Какой вред?» и т.д.)

В случае сочетания киберрискованного поведения с другими видами рискованного поведения также используйте 8 памятку **Навигатора профилактики девиантного поведения (2022)**

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ

Всероссийский Детский телефон доверия (бесплатно, круглосуточно) **8-800-2000-122**

- Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей, педагогов и специалистов в организациях Вашего муниципального образования/субъекта Российской Федерации.

Горячая линия «Дети Онлайн»
http://detionline.com/helpline/about

ЧАТ-БОТ «Добрыня» (антибуллинг)
https://t.me/BylingBot

Горячая линия кризисной психологической помощи Министерства просвещения Российской Федерации (бесплатно, круглосуточно) **8-800-600-31-14**

- На линии ежедневно и круглосуточно оказывается психологическая помощь и поддержка всем позвонившим, находящимся в кризисном состоянии или в кризисной ситуации.

КУДА МОЖНО НАПРАВИТЬ РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ)

1. **Портал Растимдетей.рф** — навигатор для современных родителей по вопросам развития, воспитания и образования детей от 0 до 18 лет (статьи, памятки, буклеты).
2. Психологический университет для родителей «Быть родителем» — **бытьродителем.рф**

1. РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ДЕТЕЙ ПО БЕЗОПАСНОСТИ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Привет, дорогой друг!

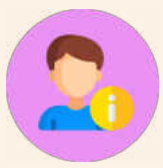
Дети и взрослые используют разные устройства, чтобы общаться и узнавать много нового в Интернете. Но важно пользоваться им очень аккуратно.

Если ты с разрешения родителей во время учебы или отдыха используешь Интернет, следуй правилам, которые описаны ниже. Они помогут тебе быть внимательным и осторожным в онлайн-сети, а также заботиться о себе, своих близких, друзьях и других людях.

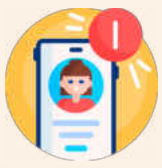
1. **Используй Интернет только с разрешения родителей и будь осторожен онлайн**. **Старайся ограничить время, проведенное в Интернете.** Делай перерывы, чтобы не переутомляться. И занимайся другими видами деятельности.

2. **Обсуждай с родителями и близкими взрослыми те развлекательные сайты, мессенджеры или игры, в которых хочешь зарегистрироваться или которые используешь.**

3. **Вместе с родителями настрой в телефоне, на планшете или компьютере конфиденциальность:** спрячь свою личную информацию, пусть ее видят только близкие, друзья и учителя.



4. **Не публикуй в Интернете личную информацию:** не пиши свою фамилию, имя, дату рождения, номер телефона, свой домашний адрес и номер школы. Исключение составляют только чаты с родителями или школьные чаты с учителями.



5. **Не выкладывай в Интернете свои фото, видео или голосовые сообщения** – ими могут воспользоваться злоумышленники.

6. **Если у тебя есть страница или канал в социальных сетях, которые ты ведешь с разрешения родителей, ограничь доступ к своим публикациям для посторонних людей.** Попроси родителей помочь тебе настроить их так, чтобы твои посты могли видеть только те, кому ты доверяешь (родители, близкие родственники, друзья, возможно, учителя).

7. **Попроси родителей научить тебя создавать сложные пароли:** пароль должен состоять из букв, цифр и специальных символов.

8. **Не используй один и тот же пароль для разных приложений**. Регулярно меняй пароли. Никогда не делись своими паролями с другими, даже с друзьями, пароль должны знать только родители.

9. **Регулярно напоминай родителям обновлять антивирус** на твоих устройствах, он защищает от вирусов и нежелательных программ. Но антивирусные программы должны выбирать взрослые.

10. **Будь вежлив в Интернете с другими пользователями,** если ты общаешься в чатах, например, чате класса.

11. **Обсуждай с родителями или учителями ситуации, с которыми ты сталкиваешься в Интернете, и которые тебя тревожат или пугают.** Обязательно прекрати общение и расскажи об этом родителям или учителям, если кто-то в Интернете:
    - обижает тебя, или ты чувствуешь себя там не так, как хочешь (например, неуютно или неприятно),
    - ведет себя странно, расспрашивает о твоей семье или просит сделать что-то плохое или постыдное.

© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

12. **Не общайся с незнакомыми людьми и не принимай их в друзья,** если у тебя есть мессенджеры или социальные сети. Не принимай от них и не отправляй им личные сообщения. Общайся только на проверенных родителями платформах.

13. **Если в Интернете случилось что-то плохое,** например, кто-то написал тебе что-то обидное или ты увидел что-то нехорошее в Интернете, сохрани это как картинку или сообщение, чтобы показать близким взрослым.

14. **Если с разрешения родителей ты играешь в онлайн-игры, то используй псевдоним,** то есть выдуманное, а не настоящее имя.

15. **Обсуждай с родителями, в какие игры ты играешь и что смотришь в Интернете.** В играх и видео в Интернете иногда показывают плохое поведение или говорят плохие слова. Выбирай вместе с родителями только безопасные сайты, игры и видео. Всегда спрашивай взрослых, если что-то непонятно.

16. **Не всему в Интернете можно доверять.** Проверяй вместе с родителями или учителями информацию и источники, особенно новости и заманчивые предложения. Избегай подозрительных ссылок и сообщений, чтобы не скачать вирусы или не попасть на обман.

17. **Совершай покупки в Интернете только вместе с родителями.** Не покупай ничего в личных сообщениях в социальных сетях или мессенджерах — так мошенники могут украсть деньги или доступ к твоим аккаунтам.

18. **Никогда не сообщай никому кроме родителей ПИН-код банковской карты и коды из СМС-уведомлений.**

19. **Участвуй только в тех онлайн-занятиях, которые разрешают и предлагают родители и учителя.** Это могут быть олимпиады, конкурсы, курсы или вебинары.

Эти правила помогут тебе защитить себя от различных неприятностей в Интернете, а также создать безопасное и позитивное пространство для себя и других.

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ

Если что-то тебя настораживает или пугает – обязательно обратись к родителям или учителям за поддержкой и помощью!

Телефоны доверия, горячие линии

- **Горячая линия кризисной психологической помощи Министерства просвещения Российской Федерации** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-600-31-14**
  - На линии ежедневно и круглосуточно оказывается психологическая помощь и поддержка всем позвонившим, находящимся в кризисном состоянии или в кризисной ситуации.

- **Всероссийский Детский телефон доверия** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-2000-122**
  - Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь детям, подросткам и родителям.

- **Горячая линия «Ребенок в опасности» Следственного комитета Российской Федерации** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-100-12-60#1**

- **Горячая линия поддержки по вопросам травли Травли.NET 8-800-500-44-14**
(ПН-ПТ с 10:00 до 20:00 по московскому времени).

2. РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ ПО БЕЗОПАСНОСТИ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Привет, дорогой друг!

Современный мир стремительно меняется, развиваются онлайн-технологии, различные гаджеты и девайсы, которые все мы используем в повседневной жизни. Интернет также стал некоторой частью нашей реальности и инструментом, с помощью которого можно общаться, учиться, узнавать новое. И, как с любым инструментом, им нужно пользоваться аккуратно, помня о некоторых рисках и угрозах виртуального мира.

Если ты во время учебы или досуга используешь Интернет и его ресурсы на смартфоне, планшете или персональном компьютере, пожалуйста, воспользуйся следующими рекомендациями. Они помогут тебе быть более компетентным, осознанным, внимательным и осмотрительным в онлайн-пространстве, проявить заботу о себе, своих близких и других людях.

1 Помни о защите своей личной информации

Не делись в онлайн своими или чужими личными данными: никогда не публикуй свои фамилию и имя, полную дату рождения, домашний адрес, номер телефона, номер школы и класса, в которых учишься, информацию о семье или другую личную информацию в Интернете. Этими сведениями могут воспользоваться злоумышленники. Даже твои фото, видео и голосовые сообщения могут быть ими использованы.
Используй никнеймы (псевдонимы) при регистрации на сайтах, в социальных сетях, мессенджерах или в играх, а не свое настоящее имя.

ИСКЛЮЧЕНИЕ: официальные платформы (например, Федеральная государственная информационная система «Единый портал государственных и муниципальных услуг» или Госуслуги) и мессенджеры (например, Сферум, Max).

2 Используй настройки конфиденциальности

На мобильных устройствах, в мессенджерах, социальных сетях, чтобы ограничить доступ к твоей информации.
Убедись, что твои профили и аккаунты настроены так, чтобы только близкие, друзья и учителя могли видеть личную информацию.
Если ты активно ведешь свою страницу, канал или паблик, ограничь доступ к своим постам: настрой видимость своих публикаций так, чтобы их могли видеть только те, кому ты доверяешь (родители, близкие родственники, друзья, возможно учителя).

3 Применяй безопасные пароли и не сообщай их никому

Надежный пароль — это сложный пароль, состоящий из заглавных и строчных букв, цифр и символов. Обычно его трудно угадать или подобрать. Не используй один и тот же пароль для разных аккаунтов. Никогда не делись своими паролями с другими, даже с друзьями. Регулярно меняй пароли, чтобы обезопасить себя.

4 Используй антивирусное программное обеспечение и файрвол (межсетевой экран, брандмауэр)

Для защиты от вредоносных программ и нежелательного трафика используй антивирусы и системы безопасности, которые действуют как барьер между компьютерной сетью и внешним миром.

5 Обсуждай вопросы онлайн-безопасности с родителями или учителями

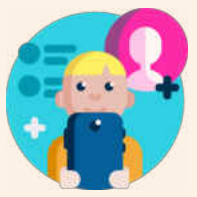
Сообщай о проблемах: если кто-то угрожает тебе или ты чувствуешь себя некомфортно в Интернете, расскажи об этом родителям или учителям. Обращаться за помощью и принимать ее — важный навык современного человека.
Сохраняй доказательства: если ты стал жертвой кибертравли (кибербуллинга), другого онлайн-насилия или мошенничества, сохраняй скриншоты и сообщения как доказательства. Помни о кибербуллинге: если ты стал жертвой онлайн-травли, сообщи об этом взрослым.
Будь внимателен к онлайн-играм или медиаконтенту: некоторые игры могут содержать агрессивное поведение, а видео и фото — неподобающий, токсичный контент. Обсуждай с родителями, в какие игры ты играешь, какие онлайн-платформы и контент тебе интересны.

6 Старайся придерживаться безопасного общения

Интернет так устроен, что иногда может сложиться иллюзия доверия, безопасности, анонимности и конфиденциальности. Может показаться, что ты хорошо знаешь человека, с которым в реальной жизни никогда не встречался, но уже какое-то время общаешься онлайн. Но это может быть небезопасным. Поэтому не общайся с незнакомыми людьми в Интернете и не принимай запросы в друзья от тех, кого не знаешь в реальной жизни. Не отправляй личные сообщения незнакомцам: будь осторожен с тем, что ты пишешь и отправляешь в личных сообщениях. Не встречайся с людьми из Интернета, это могут быть злоумышленники.
Если кто-то в Интернете ведет себя странно или пытается заставить тебя делать что-то, что вызывает у тебя стыд, или спрашивает тебя о том, о чем ты не хочешь говорить, задает много вопросов о твоей семье, прекрати общение и сообщи об этом взрослым. Самый надежный способ позаботиться о себе — прервать контакт с незнакомым пользователем, который может писать или звонить тебе.

7 Позаботься о своей кибергигиене

Старайся ограничить время, проведенное в Интернете. Делай перерывы и занимайся другими видами деятельности, чтобы избежать переутомления, усталости глаз и зависимости от цифровых устройств.



© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

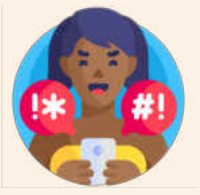
8 Участвуй только в безопасных онлайн-активностях

Выбирай безопасные сайты и приложения, используй только проверенные платформы для общения и игр.
Участвуй в тех образовательных онлайн-активностях (олимпиадах, конкурсах, курсах, вебинарах и других событиях), которые проверены твоими близкими взрослыми, и которые помогут тебе развивать навыки и знания.

9 Развивай критическое мышление

Проверяй и перепроверяй информацию: не верь всему, что видишь в интернете. Проверяй факты и источники информации, особенно если это касается новостей или заманчивых предложений.
Будь осторожен с рекламой: не кликай на подозрительные ссылки, которые могут привести к вирусам или мошенничеству. Помни, что ссылки из подозрительных писем, сообщений и постов в мессенджерах или социальных сетях могут содержать вредоносное программное обеспечение и заразить твой компьютер или мобильное устройство.

10 Будь бдителен при онлайн-покупках



Не доверяй сайтам, которые выглядят подозрительно, и проверяй отзывы о продавцах перед покупкой товаров онлайн. Совершай покупки только вместе с родителями.
Не делай покупки в личных сообщениях в мессенджерах или социальных сетях: мошенники могут получить доступ и контроль к денежным средствам и твоим аккаунтам.
Будь предельно осторожен с предложениями сделать донат (добровольное денежное пожертвование).

11 Никогда не продавай свои аккаунты в мессенджерах, социальных сетях, онлайн-играх, а также СИМ-карты и банковские карты!

Мошенники могут воспользоваться ими в корыстных целях, но ответственность придется нести тебе, твоим родителям и близким. Никогда не сообщай номер, ПИН-код, CVC-код и другие данные своей банковской карты, а также коды из СМС-уведомлений и электронных писем посторонним людям.

12 Изучи правила и нормы поведения в Интернете

Придерживайся правил, чтобы избежать конфликтов и неприятных ситуаций. Соблюдай законы, действующие в нашей стране — они также распространяются на поисковые запросы, поведение людей в Интернете и публикуемый ими контент.
Будь осторожен с публикациями в социальных сетях и сообщениями в мессенджерах. То, что кажется забавным или безобидным, может нарушать закон, или оказаться вирусным и быстро распространиться среди большой, не всегда желательной, аудитории. Прежде чем разместить пост или отправить сообщение, внимательно оценивай его содержание. **Помни:** Интернет — это публичное пространство, и необдуманные поступки могут иметь серьезные последствия.

Если ты столкнулся с противоправным контентом в Интернете, сообщи об этом родителям и/или учителям, а также отправь ссылки и скриншоты в правоохранительные органы и Роскомнадзор.

Кибербезопасность, цифровая грамотность, навыки распознавания онлайн-рисков — это важный аспект твоей жизни в современном мире!
Следуя этим рекомендациям, ты сможешь защитить себя от различных онлайн-угроз, а также создать безопасное и позитивное онлайн-пространство для себя и других.

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ И ПОЛУЧИТЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ИНФОРМАЦИЮ

Телефоны доверия, горячие линии

Горячая линия кризисной психологической помощи Министерства просвещения Российской Федерации 8-800-600-31-14
- На линии ежедневно и круглосуточно оказывается психологическая помощь и поддержка всем позвонившим, находящимся в кризисном состоянии или в кризисной ситуации (бесплатно, круглосуточно).

Всероссийский Детский телефон доверия 8-800-2000-122
- Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь детям, подросткам и родителям (бесплатно, круглосуточно).

Горячая линия «Ребенок в опасности» Следственного комитета Российской Федерации 8-800-100-12-60#1
- Также для обращения доступна короткая комбинация **123** (бесплатно, круглосуточно).

Горячая линия поддержки по вопросам травли Травли.NET 8-800-500-44-14
- ПН-ПТ с 10:00 до 20:00 по московскому времени.

Онлайн-помощь
- Горячая линия «Дети Онлайн» http://detionline.com/helpline/about
- ЧАТ-БОТ «Добрыня» (антибуллинг) https://t.me/BylingBot
- Сайт Молодежного цифрового омбудсмена, раздел «Цифропомощь» — сервис подачи обращений для молодых людей, которые столкнулись с проблемами в Интернете https://youthombudsman.ru/help
- Сообщить о запрещенном контенте можно на сайте Роскомнадзора https://eais.rkn.gov.ru/feedback/

Информационно-методические материалы и ресурсы
- Касперский детям https://kids.kaspersky.ru/

3. РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ) ПО КИБЕРБЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Уважаемые родители!

В современном мире, насыщенном цифровыми технологиями, вопрос кибербезопасности становится все более актуальным. Дети и подростки активно используют Интернет для общения, учебы и развлечений, и важно, чтобы они понимали риски и умели защищать себя в виртуальном пространстве.

Проблема кибербезопасности заключается в том, что Интернет может быть источником не только полезной информации, но и угроз. Дети и подростки могут столкнуться в онлайн с мошенничеством, кибербуллингом, вредоносным контентом и другими опасностями. Это может привести к негативным последствиям для их психического здоровья, репутации и даже физической безопасности.

Нам, взрослым, необходимо уделять внимание вопросам кибербезопасности наших детей. Обсуждая с ними правила безопасного поведения и использования онлайн-пространства, объясняя, как распознавать те или иные риски, мы можем научить детей быть устойчивыми и защищенными в сети Интернет.

ВАЖНО

Медицинские и психолого-педагогические исследования, а также рекомендации СанПиН показывают, что использование электронных устройств и Интернета лучше **полностью исключить в раннем детстве (до 3 лет)**. Намного полезнее для детей живое общение, продуктивная развивающая деятельность, чтение, рисование и игры со сверстниками.

В старшем дошкольном возрасте экранное время может составлять **не более 1 часа в день** и только в присутствии взрослых. **В младшем школьном возрасте** продолжительность использования цифровых устройств **не должна превышать 1,5 часов**. **В подростковом и юношеском возрастах — не более 2 часов в день.**

При этом во всех возрастах непрерывный просмотр или онлайн-активность должны чередоваться с гимнастикой для глаз и другими видами интеллектуальной и физической деятельности. Каждый родитель, опираясь на рекомендации, стоит перед серьезным решением: определить, сколько времени пойдет его ребенку на пользу с учетом возраста, учебы, общения и отдыха.

Вы можете воспользоваться следующими простыми рекомендациями, чтобы помочь детям и подросткам быть более компетентными, осознанными, внимательными и осмотрительными в интернет-среде.

1 Обучайте детей и подростков основам кибербезопасности

- Поговорите с детьми о том, почему важно защищать личные данные и как это может помочь избежать проблем.
- Проверяйте настройки конфиденциальности и научите детей создавать надежные пароли, использовать двухфакторную аутентификацию и не делиться с незнакомцами личной информацией в Интернете.
  - **Надежный пароль** — это сложный пароль, состоящий из букв, цифр и символов. Обычно его трудно угадать или подобрать. Важно периодически менять пароли в мессенджерах, электронной почте и социальных сетях.
  - **Личная информация** — фамилия и имя, полная дата рождения, домашний адрес, номер телефона, номер школы и класса, информация о семье, другая личная информация (например, паспортные данные, данные медицинского полиса, СНИЛС и др.). Этими сведениями могут воспользоваться злоумышленники. Даже фото, видео и голосовые сообщения могут быть ими использованы.
- Используйте надежное антивирусное программное обеспечение на Ваших устройствах и регулярно обновляйте его. Обсуждайте с ребенком или подростком важность защиты от вредоносных программ.
- Рассказывайте о подозрительных людях в Интернете. Объясните ребенку или подростку, что не стоит общаться с незнакомцами в сети Интернет, и что делать, если кто-то ведет себя странно или пытается заставить делать что-то неприемлемое.
- Помогите детям и подросткам понять и осознать, почему не стоит отвечать на сообщения и звонки с незнакомых номеров по мобильной связи, в мессенджерах и социальных сетях. Объясните, что это может привести к нежелательным контактам и опасности.
- Обучайте распознаванию подозрительных ссылок. Расскажите ребенку или подростку о рисках перехода по ссылкам из неизвестных источников и научите его проверять ссылки перед переходом.

2 Обсуждайте и устанавливайте семейные правила использования Интернета и кибергигиены

- Определите вместе с ребенком или подростком, сколько времени он может проводить в Интернете, какие сайты он может посещать и с кем общаться, какие мессенджеры и социальные сети он может использовать.
- Если Ваш ребенок старшего дошкольного или младшего школьного возраста пользуется мобильным устройством или персональным компьютером, установите программы родительского контроля, чтобы ограничить доступ к нежелательному контенту и отслеживать активность в Интернете.
- Установите разумные ограничения на использование цифровых устройств и перерывы для других видов деятельности. Это поможет избежать переутомления и зависимости от Интернета.

3 Поддерживайте атмосферу доверия и регулярно обсуждайте с ребенком или подростком онлайн-опыт

- Поощряйте детей и подростков обсуждать с Вами вопросы, связанные с Интернетом и информационной безопасностью, делиться своими переживаниями, опасениями и проблемами, связанными с онлайн-пространством, без страха наказания. Проводите беседы о том, что делают дети в Интернете, с кем общаются, во что играют, какие сайты посещают, какой медиаконтент им интересен, и обсуждайте возможные риски. Рассмотрите возможность совместного просмотра контента и обсуждения увиденного.

4 Будьте примером для подражания

- Показывайте ребенку или подростку, как Вы сами соблюдаете правила информационной безопасности, и обсуждайте с ним Ваши совместные действия в Интернете. Показывайте, как правильно вести себя в Интернете, не нарушайте правила и нормы поведения в онлайн при ребенке, объясняйте, почему важно соблюдать эти правила.

© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

5 Развивайте у детей навыки обращения за помощью и сообщения об опасности Вам и другим надежным взрослым (родственникам, учителям, сотрудникам правоохранительных органов)

- Обучайте детей и подростков тому, как фиксировать онлайн-риски с помощью скриншотов, сохранения видео- и аудиосообщений от незнакомцев. Все это может стать серьезной доказательной базой в критических ситуациях. Этот навык может помощь не только в виртуальном мире, но и в реальной жизни.

6 Помогайте детям и подросткам развивать критическое мышление

- Научите их анализировать информацию в Интернете, распознавать опасности: объясните, как распознавать мошенничество, кибертравлю и другие формы онлайн-угроз. Приводите примеры кибервиктимизации, ненадлежащего, рискованного и опасного онлайн-поведения, чтобы дети и подростки могли лучше понять, как избежать подобных ситуаций.
- Развивайте у ребенка аналитические навыки, чтобы он мог оценивать информацию в Интернете, сомневаться в достоверности источников и отличать достоверные источники от недостоверных. Расскажите, что не вся информация в Сети является правдивой.
  - **Придумайте «волшебное слово-пароль»**, которое будете знать только Вы и Ваш ребенок, чтобы он мог распознать опасность: в случае, если ребенок ответил на сообщение или звонок незнакомца, с помощью этого слова ему будет проще распознать опасность.

7 Проявляйте поддержку и вовлеченность

- Постарайтесь быть вовлеченными в онлайн-активности: участвуйте в играх и социальных сетях вместе с детьми и подростками, чтобы лучше понять их интересы и окружение, это позволит поддерживать доверительный контакт с ними.
- Поощряйте детей и подростков заниматься безопасными и конструктивными офлайн и при необходимости онлайн-активностями, такими как образовательные игры, спорт или творческие проекты. Активная, интересная и насыщенная положительными эмоциями и событиями реальная жизнь — мощный источник позитивной самореализации без «бегства» в виртуальный мир.

8 Отработайте совместно с ребенком действия в ситуациях риска

- Важно заранее объяснить ребенку, как правильно действовать при столкновении с опасными онлайн-коммуникациями:
  - не вступать в перепалку, сразу заблокировать агрессора или мошенника, сохранить скриншоты переписки в качестве доказательств и обязательно рассказать о ситуации взрослым — родителям, учителю или обратиться в поддержку платформы, где произошел инцидент.
- Обращайтесь за помощью: если Вы заметили, что Ваш ребенок стал жертвой кибервиктимизации или проявляет опасное поведение в Интернете, не стесняйтесь обращаться за помощью к специалистам.

9 Регулярно обновляйте знания о кибербезопасности и кибергигиене, отслеживайте изменения в законодательстве и правилах платформ

- Следите за новостями и тенденциями в области кибербезопасности, изучайте новые методы защиты от киберпреступлений. Будьте в курсе изменений в законодательстве и правилах использования платформ, чтобы обеспечить максимальную защиту Вашего ребенка или подростка, адаптируйте свои подходы к обеспечению безопасности в соответствии с изменениями в Интернете.

Алгоритм действий родителя при обнаружении подозрительной онлайн-активности ребенка

1. Обратите внимание на изменения в поведении ребенка или подростка. Если Вы заметили, что он стал более замкнутым, погруженным в онлайн, раздражительным или проявляет другие нетипичные для него эмоции, это может быть сигналом о проблемах в Интернете.
2. Поговорите с ребенком. Выясните, что именно его беспокоит, и предложите свою помощь.
3. Обратитесь за помощью к специалистам. Если Вы не можете самостоятельно решить проблему, обратитесь к психологу, социальному педагогу, психотерапевту или другим специалистам.

В ситуациях, когда ребенок сообщает Вам о совершенном в отношении него преступлении воспользуйтесь 8 памяткой **Навигатора профилактики виктимизации детей и подростков (2024)**

Более подробные рекомендации для родителей Вы найдете в пособии **«Риски в цифровой среде: диагностика, профилактика, коррекция»**. – М: АНО «Центр глобальной ИТ-кооперации», 2024. – 152 с.

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ И ПОЛУЧИТЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ИНФОРМАЦИЮ

Телефоны доверия, горячие линии

- **Горячая линия кризисной психологической помощи Министерства просвещения Российской Федерации 8-800-600-31-14**
  - На линии ежедневно и круглосуточно оказывается психологическая помощь и поддержка всем позвонившим, находящимся в кризисном состоянии или в кризисной ситуации (бесплатно, круглосуточно).
- **Всероссийский Детский телефон доверия 8-800-2000-122**
  - Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь детям, подросткам и родителям (бесплатно, круглосуточно).
- **Горячая линия «Ребенок в опасности» Следственного комитета Российской Федерации 8-800-100-12-60#1**
  - Также для обращения доступна короткая комбинация **123** (бесплатно, круглосуточно).
- **Горячая линия поддержки по вопросам травли Травли.NET 8-800-500-44-14**
  - ПН-ПТ с 10:00 до 20:00 по московскому времени.

Онлайн-помощь

- Горячая линия «Дети Онлайн» http://detionline.com/helpline/about
- ЧАТ-БОТ «Добрыня» (антибуллинг) https://t.me/BylingBot
- Сайт Молодежного цифрового омбудсмена, раздел «Цифропомощь» — сервис подачи обращений для молодых людей, которые столкнулись с проблемами в Интернете https://youthombudsman.ru/help
- Сообщить о запрещенном контенте можно на сайте Роскомнадзора https://eais.rkn.gov.ru/feedback/

Информационно-методические материалы и ресурсы

- Касперский детям https://kids.kaspersky.ru/

4. РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО РАЗВИТИЮ МЕДИАКОМПЕТЕНЦИЙ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Уважаемые коллеги!

В современном мире цифровые технологии стали неотъемлемой частью нашей жизни. Но, как и любые инструменты, Интернет и различные устройства не только позволяют нам и нашим детям обретать новые знания, расширять возможности общения или проведения досуга, но и несут в себе различные онлайн-риски и угрозы. Поэтому важно, чтобы дети и подростки умели правильно и безопасно взаимодействовать с онлайн-средой.

Вы можете использовать данную памятку как основу для разработки профилактических, развивающих, психокоррекционных и просветительских программ, направленных на повышение осведомленности детей и подростков о рисках в Интернете, формирование навыков безопасного поведения в киберпространстве и развитие их медиакомпетенций.

Отметим, что **профилактика** в первую очередь направлена на **развитие** с учетом возрастных особенностей детей и подростков **личностных ресурсов**, способствующих преодолению различных трудных жизненных ситуаций и влияющих на **повышение устойчивости** к неблагоприятным факторам.

Поэтому с детьми и подростками целесообразно проводить занятия, которые в целом развивают такие ресурсы как:

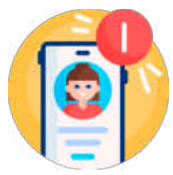
- когнитивные способности, интерес к учебе и духовному росту, чувство юмора,
- просоциальные увлечения и широкий круг интересов,
- эмоциональный интеллект и эмоциональная зрелость,
- внутренний самоконтроль, целеустремленность, успешное овладение навыками принятия решений,
- ответственное поведение и правосознание, уважение законов и норм общества, школы, семейных стандартов,
- умение обращаться за помощью,
- возможность активного участия в работе социальной группы,
- доверительные отношения с родителями (законными представителями),
- общение среди просоциальных сверстников и другие.

Помимо этого **в процессе профилактики онлайн-рисков, опасного поведения детей и подростков в Интернете и в ходе развития медиакомпетенций у детей и подростков** можно опираться на следующие рекомендации.

1 Обучение основам кибербезопасности и формирование навыков безопасного общения

- Информируйте детей и подростков о принципах кибербезопасности: создании надежных паролей, использовании двухфакторной аутентификации, настройках конфиденциальности в социальных сетях и других онлайн-платформах.
- Познакомьте детей с приложениями и инструментами, которые помогают оставаться в безопасности в Интернете, например, с программами родительского контроля, антивирусами и настройками конфиденциальности.
- Проводите занятия, на которых можно обсудить правила безопасного общения в Интернете. Важно говорить об уважении к другим пользователям и недопустимости агрессивного поведения.

2 Развитие критического мышления и навыков анализа информации



- Организуйте занятия, на которых дети и подростки смогут изучить основы критического мышления, включая анализ, оценку и интерпретацию данных.
- Научите детей различать надежные и ненадежные источники информации, объясняя, какие факторы следует учитывать (авторитет, дата публикации, цель и т.д.).
- Сформируйте навыки использования ресурсов и поисковых систем для поиска информации, проверки ее достоверности и фактов, приводите примеры фейковых новостей и дезинформации, чтобы помочь детям и подросткам понять, как они могут выглядеть и какие последствия они могут иметь.
- Обсуждайте онлайн-контент: проводите занятия, на которых подростки смогут анализировать и обсуждать информацию из Интернета, включая новости, рекламу и социальные сети.
- Развивайте навыки распознавания фейковых новостей: научите детей различать достоверные источники информации и фейковые новости, обсуждая примеры и методы проверки фактов.
- Проводите дискуссии о социальных сетях: обсуждайте, как информация распространяется в социальных сетях, и как это может влиять на восприятие реальности.

3 Развитие навыков задавания вопросов

- Научите детей задавать вопросы о том, что они читают или видят в Интернете. Например, «Кто это написал?», «Каковы его источники?» и «Почему это важно?».
- Разработайте вместе с детьми список вопросов, которые они могут задавать при оценке информации.

© ФГБОУ ВО МГППУ

© ФГБУ НМИЦ ПН им. В.П. Сербского

4 Осведомленность о рисках онлайн и офлайн

- Информируйте о кибертравле и кибервиктимизации: обсуждайте с детьми и подростками, что такое кибербуллинг, как его распознать и как действовать в случае его возникновения.
- Обсуждайте реальные случаи: приводите с учетом возраста детей и подростков примеры кибервиктимизации и мошенничества, чтобы помочь им понять, как избежать подобных ситуаций.

5 Обучение распознаванию манипуляций в онлайн и офлайн

- Обсуждайте методы манипуляций, которые используют злоумышленники и мошенники: объясните, как используются эмоциональные триггеры, манипуляции и пропаганда для влияния на мнение людей.
- Анализируйте рекламные материалы: проводите занятия, на которых дети могут анализировать рекламу и пропаганду, чтобы понять, как они могут быть обмануты.

6 Развитие навыков саморегуляции

- Обучайте управлению временем: помогите детям и подросткам установить разумные лимиты на время, проведенное в Интернете, и научите их управлять своим временем.
- Поощряйте активный отдых: напоминайте детям и подросткам о важности физической активности и хобби вне Интернета, чтобы сбалансировать их активность в онлайн и офлайн.

7 Создание безопасной атмосферы для обсуждений и поддержка открытого общения

- Создайте атмосферу, в которой дети и подростки могут делиться своими переживаниями и проблемами, мыслями и сомнениями, связанными с Интернетом, без страха осуждения.
- Проводите регулярные беседы о том, что они делают в Интернете, с кем общаются, и какие у них есть вопросы или опасения, а также о том, что они читают и видят в онлайн-пространстве, и обсуждайте, как это может быть связано с реальностью.

8 Сотрудничество с родителями (законными представителями)

- Проводите семинары для родителей (законных представителей), чтобы они могли лучше понимать онлайн-риски и поддерживать своих детей в безопасном поведении в Интернете, в развитии у них критического мышления и распознавании недостоверной информации.

9 Использование интерактивных методов

- Включайте игры, дискуссии, групповые занятия и проекты, чтобы сделать обучение более увлекательным и запоминающимся.
- Используйте ролевые игры для отработки ситуаций, связанных с общением в Интернете, чтобы помочь детям научиться реагировать на потенциальные угрозы.

Подробные рекомендации по просвещению Вы найдете в пособии **«Организация просветительской работы с родителями по вопросам профилактики девиантного поведения»**. – Москва : ФГБОУ ВО МГППУ, 2018. – 112 с.

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ И ПОЛУЧИТЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ИНФОРМАЦИЮ

Телефоны доверия, горячие линии

Горячая линия кризисной психологической помощи Министерства просвещения Российской Федерации 8-800-600-31-14

- На линии ежедневно и круглосуточно оказывается психологическая помощь и поддержка всем позвонившим, находящимся в кризисном состоянии или в кризисной ситуации (бесплатно, круглосуточно).

Всероссийский Детский телефон доверия 8-800-2000-122

- Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь детям, подросткам и родителям (бесплатно, круглосуточно).

Горячая линия «Ребенок в опасности» Следственного комитета Российской Федерации 8-800-100-12-60#1

- Также для обращения доступна короткая комбинация **123** (бесплатно, круглосуточно).

Горячая линия поддержки по вопросам травли Травли.NET 8-800-500-44-14

- ПН-ПТ с 10:00 до 20:00 по московскому времени.

Онлайн-помощь

1. Горячая линия «Дети Онлайн» http://detionline.com/helpline/about
2. Раздел «Кибербуллинг» портала Минцифры и Ростелекома https://xn----9sbbihqekoax4a5b.xn--p1ai/
3. Сайт Молодежного цифрового омбудсмена, раздел «Цифропомощь»: сервис подачи обращений для молодых людей, которые столкнулись с проблемами в Интернете https://youthombudsman.ru/help
4. Сообщить о запрещенном контенте можно на сайте Роскомнадзора https://eais.rkn.gov.ru/feedback/

Информационно-методические материалы и ресурсы

1. Образовательный портал Альянса по защите детей в цифровой среде «ЦИФРАтека. База практических знаний» https://cifrateka.ru/
2. Вестник Киберполиции России https://max.ru/cyberpolice
3. Касперский детям https://kids.kaspersky.ru/
4. Материалы АНО «Центр изучения и сетевого мониторинга молодежной среды» https://www.cism-ms.ru/poleznye-materialy/

Куда можно направить родителей (законных представителей)

1. Портал Растимдетей.рф — навигатор для современных родителей по вопросам развития, воспитания и образования детей от 0 до 18 лет (статьи, памятки, буклеты).
2. Психологический университет для родителей «Быть родителем» — бытьродителем.рф