



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт социально-гуманитарных технологий  
Кафедра социальной педагогики и социальной работы

**ЖМАНКОВА АЛЁНА АНДРЕЕВНА**

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**

Развитие психологической безопасности обучающихся подросткового  
возраста в интернет - пространстве.

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы «Социальная  
педагогика»

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой

д. пед. наук, профессор Фурьева Т.В.

Руководитель

канд. пед. наук, доцент Кунстман Е.П.

Дата защиты

20.06.2023

Обучающийся

Жманкова А.А.

Оценка

хорошо

Красноярск 2023

## Содержание

Введение.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА В ИНТЕРНЕТ - ПРОСТРАНСТВЕ.....	6
1.1. Содержание и сущность понятия «психологическая безопасность в интернет-пространстве».....	6
1.2 Характеристика угроз психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет – пространстве.....	11
Выводы по главе 1 .....	18
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА В ИНТЕРНЕТ - ПРОСТРАНСТВЕ.....	20
2.1. Характеристика организации, методов исследования и уровня развития психологической безопасности, обучающихся подросткового возраста в интернет-пространстве.....	20
2.2 Разработка, обоснование и реализация программы, направленной на развитие психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет-пространстве.....	35
Выводы по главе 2 .....	50
Заключение.....	53
Список использованных источников.....	57
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	60

## Введение

В современном обществе проблема безопасности подростков весьма актуальна, поскольку подростки являются активными пользователями в Интернет пространстве. Проблема информационной безопасности подростков интересовала многих исследователей, среди которых необходимо назвать Е.А. Брылеву, С.А. Буданова, С.Т. Гаврилова, Е.И. Желязкова, Л.И. Носенко и др.

Интернет содействует саморазвитию и общению подростков, с помощью его расширяются границы познаний, увеличивается способность удовлетворения своих нужд, однако также современный Интернет насыщен разнообразными рисками, среди которых наибольшее продвижение получает пропаганда потребления алкогольных напитков, наркотических средств, а также половой распущенности подростков, насилия и жестокости, агрессивного и суицидального поведения, мошенничества, поощрение употребление ненормативной лексики. Подобные отрицательные явления могут приводить к развитию противообщественного поведения подростков.

Насыщенность информации, которая проявляет отрицательное воздействие для школьников обретает массовые масштабы. Школьник получает информацию не только из с опыта общения со сверстниками, родственниками, но из интернета пространства. И в основном, доминируют сведения, приобретенные в интернете, но не из своего опыта. Подростки в силу возраста не владеют способностью фильтровать качество информации. У них не развиты аспекты отличия, они не видят угроз также не понимают рисков, получают информацию, но не понимая, что она способна быть преступной, недостоверной, вредоносной.

Таким образом, развитие психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в Интернет - пространстве, является актуальной проблемой.

**Цель работы** – выявить и теоретически обосновать, условия развития психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет – пространстве.

**Объект исследования** – процесс развития психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в Интернет - пространстве

**Предмет исследования** – условия развития психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет - пространстве.

**Гипотеза исследования:** мы предполагаем, что процесс развития психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет - пространстве будет успешным при условии выявления уровня развитости психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет - пространстве и реализации программы, направленной на развитие обучающихся подросткового возраста в интернет – пространстве.

**Исходя из поставленной цели, были выдвинуты следующие задачи:**

1) Охарактеризовать содержание и сущность понятия «психологическая безопасность в интернет пространстве».

2) Описать угрозы психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет - пространстве, проанализировать полученные результаты.

3) Выявить уровень психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет – пространстве.

4) Разработать, обосновать и реализовать программу, направленную на развитие психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет – пространстве.

5) По результатам исследования сделать выводы об условиях развитости психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет – пространстве.

**Методы исследования:**

1. Теоретические – изучение и анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования;
2. Эмпирические – анкетирование, опрос.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА В ИНТЕРНЕТ – ПРОСТРАНСТВЕ

## 1.1. Содержание и сущность понятия «психологическая безопасность в интернет-пространстве»

Информатизация системы образования является одним из приоритетных направлений, поскольку активное введение информационно-коммуникативных технологий в образовательный процесс увеличивает его характер и всеобщий уровень доступности, позволяет совершенствовать процесс дифференциации и индивидуализации. Возможность пользоваться глобальной сетью представляется большим информационным ресурсом [5]. Одновременно с достоинствами интернета, всё большую активность заслуживает проблема защиты детей, от имеющихся интернет-угроз. Возраст начала использования всемирной сетью понемногу уменьшается. По данным исследования [16], которое проводилось группой учёных в 2013 году, можно сделать вывод, что дети начинают знакомиться с интернетом с раннего возраста и далее интерес растёт с каждым годом. Этот вывод позволяет отметить очевидную неразрывную связь жизни ребёнка с интернетом. [17]

Полагаясь на вышесказанное исследование и статистику в нём, весьма серьёзной проблемной областью становится разработка защиты от онлайн угроз и определение классификации составляющего контента, потенциально делающее вредное воздействие на ребенка[9]. Более незащищённой категорией интернет-пользователей являются дети в связи с их возрастными особенностями и незрелостью процессов развития самосознания и ценностей. В определении понятия «безопасность» возможно отметить базовые элементы:

- безопасность как способность объекта, явления, процесса хранить свою сущность и основную характеристику в условиях целенаправленного,

разрушающего воздействия извне или в самом объекте, явлении, процессе; - безопасность – целая категория, свойство системы, построенной на принципах устойчивости, саморегуляции, целостности;

- безопасность как решающее условие жизнедеятельности личности, общества, государства, которое разрешает им сберечь и увеличивать материальные и духовные ценности;

- безопасность – отсутствие опасностей и угроз в материальных и духовных сферах [1].

Следует отметить, что понятие «безопасность» возможно рассматривать как условия, при которых действие внутренних и внешних моментов не приводит к негативному действию для человека.

Следовательно, мы можем отметить следующие области безопасности: политическую, экономическую, психологическую и социальную. В рамках нашего исследования мы должны сконцентрироваться на концепции психологической безопасности.

Грачев, В. Футин, М. Котик, А. Петренко сформулировали определение психологической безопасности как одного из условий безопасности образовательного процесса и одного из показателей качества образования. Психологическая безопасность-это защита от угроз, психологического насилия, унижений и оскорблений, от того, что человек вынужден действовать противу своей воли, от пренебрежения, сохранения и жестокого обращения [3].

Психологическую безопасность личности исследовали И. Баева[1], Л. Божович [2], Л. Лебедева, Н. Лызь [13]. Психологическая безопасность личности трактуется учеными в зависимости от разнообразных социальнопсихологических интерпретаций личности. единодушно им, психологическая безопасность личности рассматривается как процесс, как свойство личности и как состояние.

Следует заметить концепции Л. Выготского, Д. Леонтьева, С. Рубинштейна единодушно которым психологическую безопасность можно анализировать как процесс, появляющийся при взаимодействии человека с социальной средой, который сможет меняться в зависимости от условий общественной среды и окружения [8].

Нужно подчеркнуть, что, совместным источником угроз психологической безопасности может представлять информация, которая ненормально отображает окружающий мир ребенка.

В современных психолого-педагогических изучениях представление психологической безопасности обнаруживается через призму понятий «психическое здоровье» и «психологическая угроза». При этом психологическая безопасность подростка представляется гармоническим состоянием, когда он подходит возрастным нормам психического развития и правильно отображает внутренние и внешние угрозы его психическому здоровью.

И.А. Баева под психологической безопасностью понимает состояние образовательной среды, свободное от проявлений психологического насилия во взаимодействии, способствующее удовлетворению потребностей во взаимодействии, способствующее удовлетворению потребностей в личностно-доверительном общении, создающее референтную значимость среды и обеспечивающее психологическое здоровье включенных в нее участников. [1]

В определении психологической безопасности можно привести также таких авторов как Е. Перельгиной, О. Зотовой, Л. Тарасовой, Н. Белоусовой, сообразно которому «это динамическое явление, внимательно реагирующее на любые внешние и внутренние изменения в жизненном пространстве человека, случающиеся на микро- и макроуровнях» [5]. Внешние источники некоторых угроз не являются единой причиной нарушения психологической безопасности личности. Столь же важны внутренние характеристики

человека: специфика эмоционального реагирования, мотивационно-ценностные аспекты, индивидуальный житейский опыт и его рефлексивная оценка.

Каждый исследователь описывает термин "информационно - психологическая безопасность" по-своему, однако в целом ее можно определить, как состояние, переживаемое человеком, как защиту сознания от различного рода деструктивной информации, воображающей угрозу жизни и психическому и соматическому самочувствию индивида, а также допустимо способной нанести вред его социальной адаптации.

Скажем только, что в контексте взаимодействия личности и информационной среды именно индивидуально-личностные моменты устанавливают субъективную незащищенность по отношению к тем неблагоприятным общественным явлениям, которые заработали широкое распространение в современную эпоху повсеместной цифровизации [5].

Кое-какие из этих явлений (например, киберзапугивание, зависимость от ролевых компьютерных игр) довольно основательно изучены как в России, так и за рубежом, но в основном на выборках респондентов подросткового возраста [23].

Угроза информационно-психологической безопасности личности -это фактор, показывающий деструктивное информационно-психологическое влияние на психику ребенка, в условиях которого ребенок абсолютно или частично утрачивает способность к:

- полностью развиваться;
- вовремя адаптироваться к меняющимся социальным условиям; - создайте свое поведение в социальной среде.

Американские исследователи выделяют три группы угроз безопасности детей и подростков в Интернете [20]:

- небезопасные контакты (общение, которое может привести к насилию);

- кибербуллинг: унижения, оскорбления, агрессивные нападки, преследования в Сети;
- материалы «опасного» содержания (противоправный контент) относят широкий спектр материалов, демонстрирующих сцены насилия (в видео, графике (других видах изображений), музыке, текстах), экстремистские призывы и поведение, порнографию.

Таким образом, психологическая безопасность трактуется как состояние, когда обеспечено успешное психическое развитие ребенка и адекватно отражаются внутренние и внешние угрозы его психическому здоровью.

Проанализировав различные подходы мы определяем содержания и сущность понятия психологическая безопасность обучающихся подросткового возраста в интернет-пространстве на определении данным в Федеральном законе от 29. 2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»: - это состояние защищенности детей, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией, в том числе распространяемой в сети Интернет, вреда их здоровью, физическому, психическому, духовному и нравственному развитию.

## **1.2 Характеристика угроз психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет – пространстве**

Нынешний этап формирования всемирного сообщества характеризуется все большим воздействием СМИ и Интернет-пространства. Формирование личности детей и подростков происходит в конвергентном пространстве — на пересечении виртуального мира и реальности. Раньше подростки социализировались, представляли свою неповторимость одеждой, манерами, сленгом, участие в субкультуры сообществах, однако сегодня невозможно без коммуникации в социальных сетях, сетевых играх, блогах и др. помимо новых способов социализации и творчества с развитием Интернета обозначились и новые особые угрозы, и риски безопасности детей и подростков.

Информационно-психологической безопасностью детей – это состояние защищенности детей, в котором минимизирован риск причинения информационно-психологического вреда здоровью детей, их духовному, нравственному, физическому и психическому развитию. Информационно-психологическая безопасность является часть общей психологической безопасности образовательной среды. А «цель психологической безопасности — обеспечение здоровья, психического и физического для всех субъектов образовательной среды» [21]

В настоящее время прослеживается прогресс в эффективности средств информативного влияния на нервную систему, а также социальное сознание. Инновационные информативные технологические процессы, и инструменты дают возможность почти неограниченно осуществлять контроль, а также регулировать информационным воздействием на социальное сознание [23].

Информативные технологические процессы на сегодняшний день представляются основной опасностью информационной, также эмоциональной безопасности личности. Установленная задача посвящена изучению Ю. Кузнецова и Таранька.Чудова [11]. В статье рассматриваются

трудности индивидуальных перемен, появляющихся в новой общественной ситуации формирования личности, заданной формированием интернет культуры. Рысин [19] обобщил научные, а также практические успехи в сфере современных концепций вещания и информативных технологий, обосновал риск воздействия электронных информационных систем на человека.

Русские исследователи кроме всех опасностей эмоциональной безопасности в Сети акцентируют интернет-зависимость, приобретение недостоверной и навязчивой информацией, несоблюдение прав человека, изоляцию также потерю «Я», проблемы с формированием индивидуальности, ущерб физическому, также нравственному здоровью, выталкивание и ограничение принятых форм общения, негативные социальные влияния.

С целью любого возрастного этапа у детей также подростков есть собственные характерные черты действия и в соответствии с этим при любой категории есть свои риски [Palfrey, Boyd, Sacco, 2010, p. Распространено суждение, то что дети менее защищены от домогательств в Интернет-пространстве, нежели подростки. Итоги исследований заявляют о том, что большей угрозы навязчивых ухаживаний подвергаются как раз подростки. Они кроме того нередко попадают с порнографическими материалами [Ybarra, Mitchell, 2007, p. Агрессивное поведение, оскорбления также обвинения относительно редко совершаются среди младших подростков и детей. Начало проявлений агрессии доводится в 13—14-летний возраст.

Подростки в Сети интернет сталкиваются с теми же рисками, что и в «реальном» мире. Однако в случае если настоящей жизни угрозы могут идти через родственников, сверстников, преподавателей, в Сети интернет угрозы могут исходить от кого угодно.

Впечатляющая угроза с которой встречается большая часть подростков в Сети, считается агрессия также оскорбления. Множество несовершеннолетних жертв агрессии в Сети интернет болезненно переживают такие происшествия; нередко и жертвы, а также агрессоры представлены

потребителями наркотических препаратов, переживают депрессию. Пятьдесят процентов потерпевших оскорблений в Сети, как правило, сталкивалась с издевательствами в школе. Взрослые и близкие не знают касательно насилия над их ребенком. Нередко он остается один в один с проблемой.

К категории материалов проблемного содержания («опасного», ненужного, преступного контента) причисляют глобальный диапазон сетевых публикаций, демонстрирующих сцены насилия (в видео, изображениях, музыке), экстремистские лозунги и действия, порнографию. В основном «опасным» контентом в Сети связывают проблемные ситуации, когда дети бессознательно встречаются с аналогичными материалами в Сети интернет, так же произвольный просмотр подобных материалов негативно влияет на детской и подростковой нервной системе, поведении.

Особую обеспокоенность побуждает заинтересованность к компьютерным играм, что повсюду распространен из числа современного молодого поколения. Дети, а также подростки беспрепятственно скачивают игры агрессивного характера с интернет-ресурсов, играют друг с другом через сеть в онлайн-режиме. Молодое поколение с еще не окрепшей нервной системой особенно подвергаются воздействию виртуальной реальности, организуемой подобными играми. Вследствие вовлеченности в игру подростки, а также дети имеют все шансы осуществлять большое количество времени, сидя за компьютером. Подобным способом, они "выпадают" из общества, становятся безразличными и бездейственными по отношению к реальной жизни общества.

Производство и популяризация интернет-игр являются одним из наиболее рентабельных и действующих бизнес-потоков, также, следовательно, не стоит предполагать, то что формирование этой сферы деятельности будет сокращено или ограничено. Общество и государство должны принять все без исключения возможные меры, в том числе

нравственные, для защиты растущего поколения с вредоносных последствий подобного увлечения.

Отдельные страны ранее начали работать в данном направлении. Таким образом, Министерство здравоохранения Таиланда сочло значимым уведомить родителей о том, что они обязаны основательно подходить к выбору видеоигр, а также принимать во внимание возраст и эмоциональное состояние собственных детей [23, с. 148]. А также телевидение, и компьютер, и Интернет имеют все шансы вызывать у ребенка психологические расстройства, психоэмоциональные проблемы в сочетании с информативным влиянием на личность: у детей слабеет воспоминания; срывается сновидение; некто похуже работает в школьных заданиях, никак не способен сконцентрироваться; становится возбудимым, вздорным, обидчивым [7].

Интернет-зависимость возможно сопоставить с иными видами зависимостей, например, от психоактивных веществ. Зависимым людям, в том числе от информации, свойственны такие черты, как крайняя несамостоятельность, неспособность отказать, чувствительность оценкой либо неодобрением, неготовность брать на себя ответственность и принимать решения и, как следствие, подчинение влиятельным людям. Опасность предоставленной зависимости, виртуального социума складывается в том, что он для конкретного человека может заменить реальное общество живых людей. Повышение числа таких людей может повергнуть к распаду общества.

Имеется особенность Интернета, обладающая принципиальное значение при рассмотрении вопросов информационно-психологической безопасности личности. Она связана с тем, что в сети Интернет отсутствует какой-нибудь управляющий или контролирующий орган. Ответственность за помещаемую в Интернет информацию практически не несет ни автор, часто анонимный, ни провайдер [18].

В 2016 и 2017 годах российское государство и общество встретились с ужасающими противозаконными проявлениями в Интернет-пространстве, к

противодействию которым они были не готовы. Речь идет о пропаганде суицидального поведения и непосредственных призывах к самоубийствам, разносимых как посредством Интернет, так и путем отправки SMS сообщений и рассылок средством применения разнообразных мессенджеров, например, WhatsApp, Telegram и подобные.

Пропаганда суицидального поведения — это проблема для любого общества. Она остается неотъемлемой в ходе довольно длительного периода, но с поддержкою информационных технологий алгоритмы влияния на психику несовершеннолетних испытывают главные изменения. Авторы предоставленной работы выступают за необходимость единого заключение проблемы правового противодействия всякому негативному действию на психику подростков. Высочайшая общественная угроза суицидальных призывов средством Интернет призывают уделить нейтрализации этого воздействия особое внимание и провести расследование имеющихся и планируемых правовых средств по его нейтрализации.

Подросток с трудом справляется со сложной ситуацией развития. Он, противоречив в своих поступках, высоко тревожен, конфликтен, психологически неустойчив. В этот период особенное значение располагают институты социализации, в первую очередь семья и школа, призванные подействовать подростку справиться с возникающими задачами и сформировать его эмоциональный интеллект. Однако, в строящемся информационном обществе функции социализации подростков начинает деятельно брать на себя интернет [17].

Российское государство, в настоящее время в спешном порядке решает проблемы убавления численности суицидов посреди подростков. Больше внимание эта проблема привлекла, после того, как в Интернет были выявлены в большом численности страницы, пропагандирующие и вселяющие в умы психологически неокрепших детей и подростков желание кончить жизнь самоубийством. Серьезной проблемой стал факт того, что даже в случае

находки организаторов распространения такой информации, наказать их невозможно, из-за отсутствия в законодательстве формально закреплённых оснований для ответственности.

Применялись различные меры по противодействию этой вопросу, выглядело, что обстановка близка к нормализации, однако в 2016 г. было зафиксировано значительное увеличение количества самоубийств среди школьников. Это случилось в то же время вместе с выявлением в Сеть интернет внезапного увеличения количества так называемых «групп смерти». Увеличение количества суицидов из числа не достигших совершеннолетия стало страшной, значительной проблемой с целью российского сообщества. Она не осталась без внимания верховного управления государства, таким образом Глава Российской федерация В. Путин поддерживал предложение ужесточить санкцию из-за побуждения ребенка к суициду посредством надлежащие интернет-сайты и общественные сети также назвал "как минимум преступниками" таких, кто продвигает в Интернет сайты, пропагандирующие суицид [15].

Проблема повышения количества самоубийств, инициированных с помощью сети Интернет известна ученым во всем мире, а также в том числе и заработала личный термин для обозначения киберсуицид (cybersuicide), исследованы формы проявления данного отрицательного явления [14, с. 54]. Однако вопросы законному противодействию киберсуициду мало изучены. Из числа работ согласно изучению киберсуицида заинтересованность представляют работы Австралийских экспертов, т. в 2006 г. Австралия стала главной страной, где закон запретил подобные веб-сайты, что спровоцировало знойные споры в обществе [14].

В связи с этим в качестве угроз эмоциональной защищенности, обучающихся подросткового возраста, становится интернет – пространство, и тут необходимо отметить авторитет их подготовки к многочисленным информативным изменениям, событиям, соучастниками которых они

считаются или имеют все шансы явиться. В следствии исследований доказано, что назрела потребность исследования теории информативных нововведений, потому население нередко оказывается психологически не подготовленным к нововведениям при создании информационного общества, изучения эмоциональных аспектов принятия решений в условиях информативного общества, а также разработки и формирования продуктивно функционирующих систем стратегического планирования в обстоятельствах нынешней информационно-технической среды.

Понимание критериев психологической безопасности информативной среды в наше время разносторонне. В многочисленных трудах ученых информационной безопасности последняя трактуется в качестве состояния безопасности ключевых интересов, обучающихся с опасностей и рисков, вызванных информативным воздействием в нервную систему, психическое состояние, а также социокультурное формирование несовершеннолетнего разнообразными общественными субъектами и информативной средой общества, в этом количестве образовательной средой [5,].

Ресурсы, меры, а также механизмы психологической информативной защищенности и сохранности ребенка также подростков должны быть обусловлены законами возрастного, эмоционального и физического развития подростков. Главнейшим обстоятельством построения концепции информативной защищенности ребенка и подростков делается факт максимальной подверженности ребенка (наиболее чем других социальных компаний) негативным воздействиям информативного места, наносящим ущерб психическому, психологическому самочувствию и высоконравственному формированию [5]

## Выводы по главе 1

Информатизация системы образования является одним из приоритетных направлений, поскольку активное введение информационно-коммуникативных технологий в образовательный процесс увеличивает его характер и всеобщий уровень доступности, позволяет совершенствовать процесс дифференциации и индивидуализации. Возможность пользоваться глобальной сетью представляется большим информационным ресурсом [9].

Подростки в Интернете встречаются с теми же рисками, что и в «реальном» мире. Но если настоящей жизни опасности могут идти через родственников, сверстников, учителей, в Интернете угрозы могут исходить от кого угодно.

Угроза информационно-психологической безопасности личности -это фактор, показывающий деструктивное информационно-психологическое влияние на психику ребенка, в условиях которого ребенок абсолютно или частично утрачивает способность к:

- полностью развиваться;
- вовремя адаптироваться к меняющимся социальным условиям;
- создайте свое поведение в социальной среде.

Исследователи выделяют три группы угроз безопасности детей и подростков в Интернете [20]:

- небезопасные контакты (общение, которое может привести к насилию);
- кибербуллинг: унижения, оскорбления, агрессивные нападки, преследования в Сети;
- материалы «опасного» содержания (противоправный контент) относят широкий спектр материалов, демонстрирующих сцены насилия (в видео, графике (других видах изображений), музыке, текстах), экстремистские призывы и поведение, порнографию.

Содержания и сущность понятия психологическая безопасность обучающихся подросткового возраста в интернет — пространстве- это состояние безопасности детей, при котором отсутствует риск, объединенный с причинением информацией, в том числе разносимой в сети Интернет, ущерба их здоровью, физическому, психическому, внутреннему и нравственному формированию (Федеральный закон от 29. 2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»).

## **ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА В ИНТЕРНЕТ-ПРОСТРАНСТВЕ**

### **2.1 Характеристика организации, методов исследования и уровня развития психологической безопасности, обучающихся подросткового возраста в интернет –пространстве**

Исходя из выделенного понятия, психологической безопасности подросткового возраста в интернет пространстве- это состояние защищенности детей, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией, в том числе распространяемой в сети Интернет, вреда их здоровью, физическому, психическому, духовному и нравственному развитию. (Федеральный закон от 29. 2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»).

Проанализировав понятие «психологическая безопасность обучающихся подросткового возраста в Интернет-пространстве», можем выделить следующие компоненты:

- когнитивный;
- мотивационно-ценностный;
- эмоциональный;
- поведенческий.

Изучив более детально развитость этих компонентов у подростков, мы сможем сделать выводы о уровнях развитии психологической безопасности подростков в интернет-пространстве.

Таблица 1 - Критерии, уровни и диагностические методики развитости психологической безопасности подростков в Интернете.

Название компонента	Содержание компонента	Показатели развитости компонента	Методы исследования
Когнитивный	Осведомленность об «угрозах», «опасности» и «рисков» в Интернет-пространстве подростков, а также способов выхода из недоброжелательных ситуаций в Сети. Анализ поступающей информации в Сети. Знание основных факторов в Сети, которые могут оказать отрицательное влияние на его физическое и моральное состояние.	<p>1) Низкий уровень: Подросток не обладает должной осведомлённостью об «угрозах», «опасности» и «рисков» в Интернет-пространстве. Не умеет анализировать поступающую информацию в Сети. Не может найти выход из недоброжелательных ситуаций в Интернете. Не знает основных факторов, которые могут оказать влияние на его моральное и физическое состояние.</p> <p>2) Средний уровень: Подросток недостаточно осведомлен знанием об «угрозах», «опасности» и «рисков» в Интернет-пространстве, не до конца может анализировать поступающую информацию в Сети, умение находить выход из недоброжелательных ситуаций в Интернете, знание основных факторов, которые могут оказать влияние на его моральное и физическое состояние.</p> <p>3) Высокий уровень: Подросток осведомлен знанием об «угрозах», «опасности» и «рисков» в Интернет-пространстве в полном объёме, умение правильно анализировать поступающую информацию в Сети, умение находить выход из недоброжелательных ситуаций в Интернете, знание основных факторов, которые</p>	Опросник для учащихся 8–11 классов Г. Солдатова «Пойманные одной сетью» (приложение А) Вопросы №9, №12, №27

		могут оказать влияние на его моральное и физическое состояние.	
Мотивационно-ценностный	Понимание значимости пользования Интернетом и соблюдения безопасности на просторах Сети. Умение принимать решение и брать на себя ответственность за их последствия.	<p>1) Низкий уровень Подросток не понимает значимости пользования Интернетом, не умеет принимать решения и не берёт ответственность за последствия;</p> <p>2) Средний уровень Подросток недостаточно понимает значимость пользования Интернетом, не всегда может принять решения и не взять ответственность за последствия;</p> <p>3) Высокий уровень Подросток понимает значимость пользования Интернетом, принимает решения и берёт ответственность за последствия;</p>	Опросник для учащихся 8–11 классов Г. Солдатова «Пойманные одной сетью» (приложение А) (Вопросы №19, №22, №29)
Эмоциональный	Эмоциональное отношение подростка к опасным ситуациям в Интернете, эмоциональная устойчивость подростка к негативным воздействиям. Эмоциональное состояние подростков при пребывании в Сети.	<p>1) Низкий уровень Эмоциональное состояние крайне опасное в Интернете, не умеет здраво реагировать на опасные ситуации, устойчивость к негативным воздействиям отсутствует.</p> <p>2) Средний уровень Эмоциональное состояние «подвешенное», неспособность полностью оценить ситуацию. Устойчивость к негативным воздействиям присутствует, но не в полном объёме.</p> <p>3) Высокий уровень Подросток чувствует себя спокойно в Интернете, он устойчив к негативным воздействиям. Здраво оценивает обстановку в Сети.</p>	Опросник для учащихся 8–11 классов Г. Солдатова «Пойманные одной сетью» (приложение А) (Вопросы № 26, №28)
Поведенческий	Действия, которые принимают подростки в	1) Низкий уровень	Анкета «Правила сетевого общения

	<p>Интернете, исходя из собственных установок. Социальные установки по отношению к другим пользователям Интернета и себя.</p>	<p>Подросток не имеет адекватных установок поведения в Интернете. Отсутствуют социальные установки по отношению к другим пользователям и себя. Присутствует аморальное поведение</p> <p>2) Средний уровень Подросток не до конца осознал правильные установки поведения в Интернете, социальные установки не всегда верны по отношению к другим пользователям и себя.</p> <p>3) Высокий уровень Подросток полностью знает сетевой этикет. Действия, которые принимаются подростком соответствует установкам поведения.</p>	<p>и этикет, учащихся подросткового возраста в сети Интернет» (приложение Б)</p>
--	---	--	--

Исходя из выделенных ранее критериев, составляющих психологическую безопасность подростков в Интернет-пространстве: когнитивный, мотивационно-ценностный, эмоциональный и поведенческий, мы можем проанализировать развитость каждого из этих компонентов у подростков и сделать вывод развитости этих компонентов, а также определить, развита ли психологическая безопасности подростков в Интернет пространстве.

В исследовании участвовали 15 учащихся 9 класса МБОУ

Рассмотрим результаты проведённых диагностик исследования.

Для определения когнитивного компонента мы использовали опросник для учащихся 8–11 классов из социально психологического исследования представления детей и взрослых об интернете Г. Солдатова «Пойманные одной сетью». Содержание опросника предоставлено в приложении А. ( Вопросы №9, №12, №27)

Цель: выявить уровень развитости когнитивного компонента у обучающихся подросткового возраста.

В результате анализа данных по когнитивному компоненту были получены следующие результаты:

В реальной жизни мы нередко сталкиваемся с неприятностями и опасностями. как ты считаешь, есть ли опасность в интернете?  
15 ответов

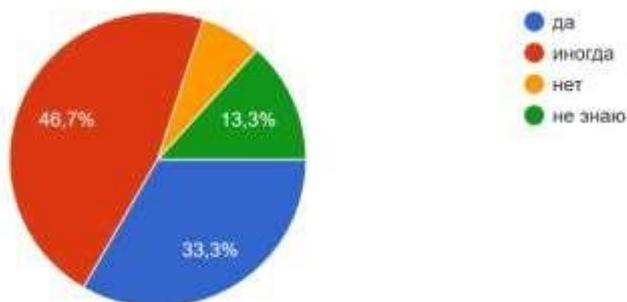


Рис 1 - «Опасно ли в Интернете?»

По результатам диаграммы мы видим, что 6,7% никогда не сталкивались с опасностями, 46,7% обучающихся сталкиваются с опасностями в Интернете иногда, а 33% сталкиваются часто.

Оцени уровень опасности:

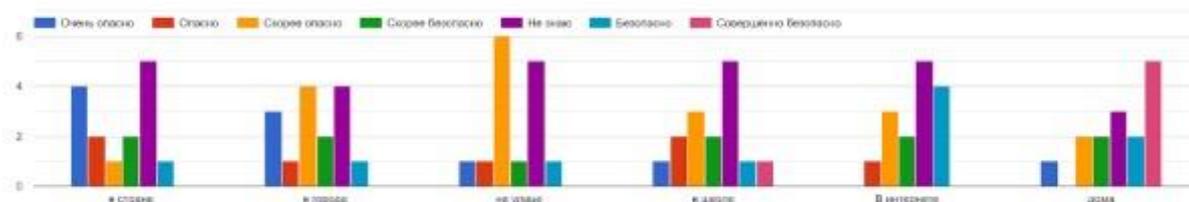


Рис 2 - «Уровни опасности»

На вопрос «Оцените уровни безопасности» мы получили ответы, что в интернете опасность испытывает 1 из 15 учеников, скорее всего считает опасным 5 и 9 считают его безопасным.

Как часто в интернете ты даешь малознакомым (едва знакомым) людям свои контактные данные?

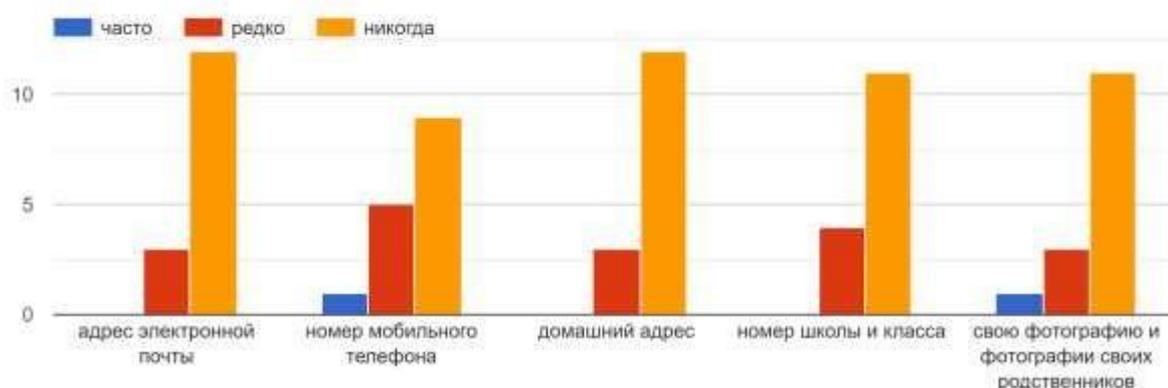


Рис 3 - «Как часто ты даешь незнакомым людям свои контактные данные?»

Проанализировав данную диаграмму, можно сделать вывод, что подростки чаще всего никогда не распространяют свои данные в Интернете, понимая все риски.

По результатам данных диаграмм, можно сделать вывод, развитости на высоком уровне когнитивного компонента обучающихся подросткового возраста, они осведомлены об «угрозах», «опасностях» и «рисками» в Интернет-пространстве.

Для определения мотивационно-ценностного компонента мы использовали опросник для учащихся 8–11 классов из социально психологического исследования представления детей и взрослых об интернете Г. Солдатова «Пойманные одной сетью». Содержание опросника предоставлено в приложении А (Вопросы №19, №22№29)

Цель: выявить уровень развития мотивационно-ценностного компонента у обучающихся подросткового возраста.

В результате анализа данных по мотивационно-ценностного компоненту были получены следующие результаты:

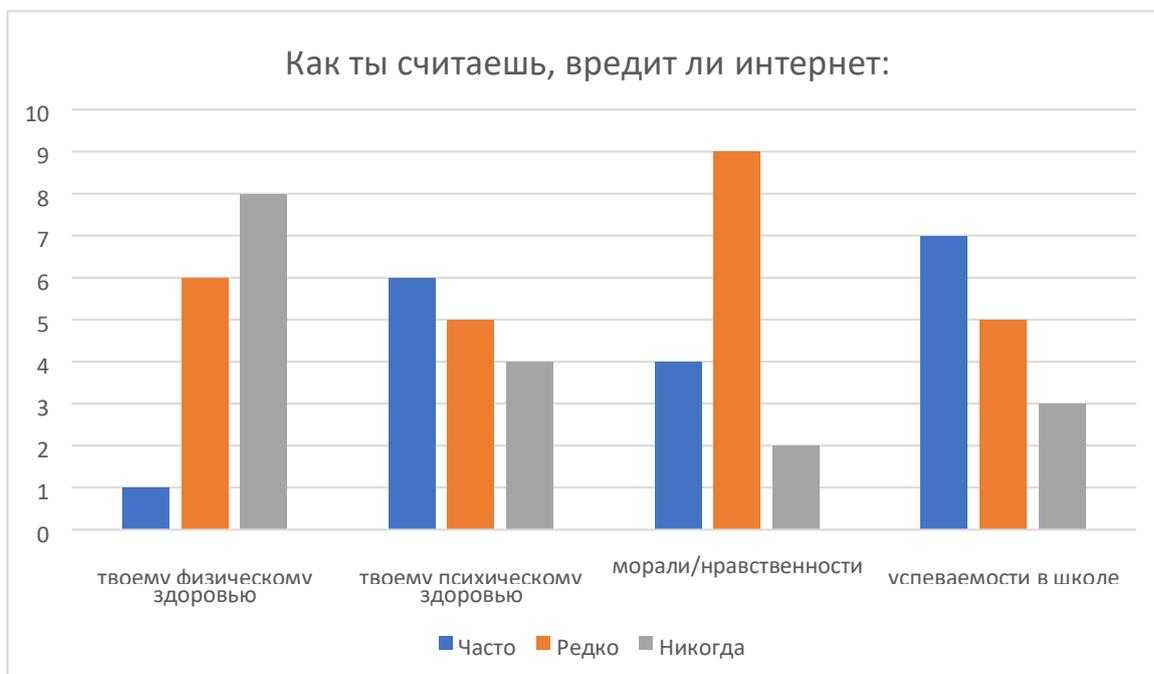


Рис 4 - «Вредит ли Интернет?»

По этой диаграмме можно увидеть насколько подростки понимают факторы, которые могут отрицательно сказываться на физическое и моральное состояние, морали/нравственности и успеваемость в школе. Из 15 обучающихся, 1 ученик считает, что Интернет вредит физическому здоровью, 6 учеников считают, что редко, а 8 никогда. Вред психическому здоровью 6 учеников оценивают, как часто. 5 подростков считают, что приносит редко, а 4 никогда.

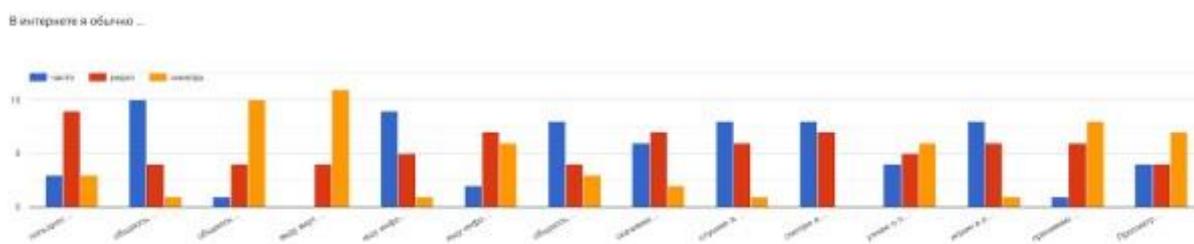


Рис 5 - «В интернете я обычно...»

По ответам подростков на вопрос «В интернете я обычно...», на диаграмме мы можем увидеть, что большее предпочтение они отдают общению в социальных сетях, поиску информации для учебы, прослушиванию музыки, просмотр видео и онлайн-играм.

Считаешь ли ты, что интернет – это свободное пространство, в котором по своему усмотрению можно делать все, что пожелаешь?

15 ответов

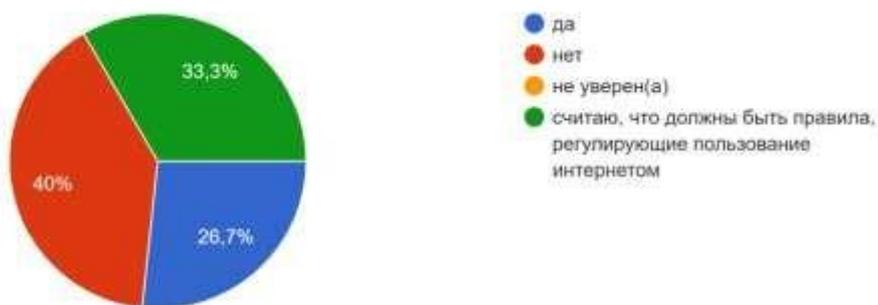


Рис 6 - «Считаешь ли ты, что интернет-это свободное пространство?»

По результатам вопроса, мы видим на диаграмме, что 40% детей не считают, что в Интернете можно делать, все что пожелаешь. 33.3% считает, что должны быть правила, регулирующие пользования интернетом. И 26.7% уверены, что интернет свободное пространство.

На вопрос «По твоему мнению, интернет-это» были разные ответы, из которых чаще всего повторялись, что интернет это прежде всего передача информации, развлечения и коммуникация.

По результатам данных диаграмм, можно сделать вывод, развитости на высоком уровне мотивационно-ценностного компонента у обучающихся подросткового возраста, они могут анализировать поступающую информацию в Сети и понимают значимость пользования Интернетом. Также знают основные факторы в Сети, которые могут оказать отрицательное влияние на физическое и моральное состояние.

Для того, чтобы выявить развитость эмоционального компонента мы также использовали опросник для учащихся 8–11 классов из социально психологического исследования представления детей и взрослых об интернете Г. Солдатова «Пойманные одной сетью» (Вопросы №26, №28)

Рассмотрим результаты опроса в виде диаграмм:

Какие эмоции и чувства ты чаще всего испытываешь, находясь в интернете? (укажите не менее 3-х):

15 ответов

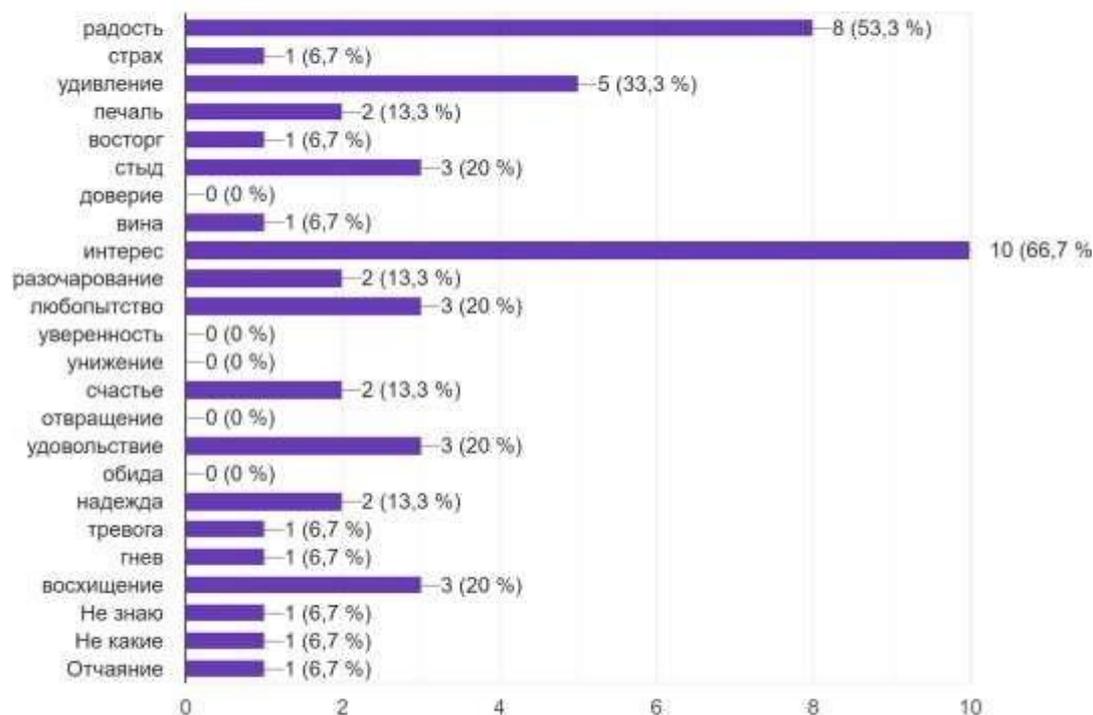


Рис 7 - «Какие эмоции и чувства испытывают, находясь в Интернете»

На диаграмме мы прослеживаем, что чаще подростки испытывают положительные эмоции при использовании Интернета, такие как: радость, удивление, интерес. Также в малом количестве присутствуют и негативные эмоции: страх, вина, разочарование, тревога, гнев и отчаяние.

Тебе предлагается высказать свое мнение по ряду вопросов, связанных с использованием интернета. Если ты согласен с суждением, то по... если не согласен – то знак «+» в графе «Нет».

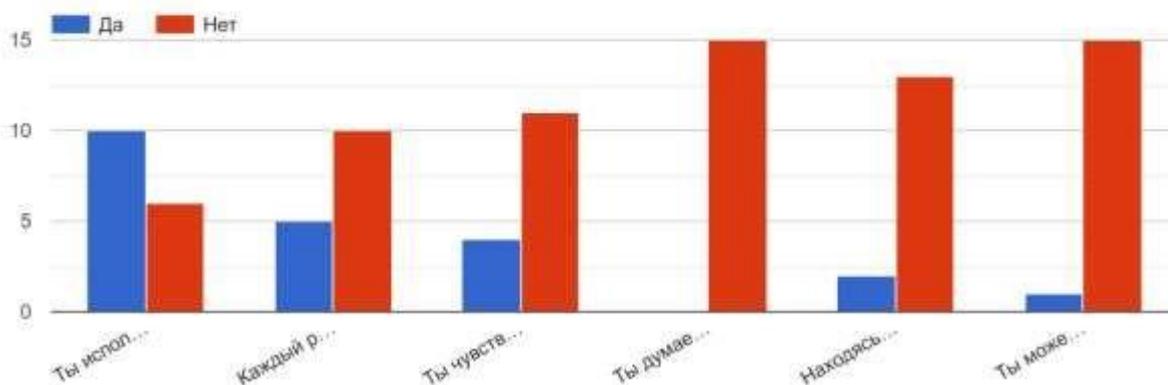


Рис 8 - «Свое мнение об использовании интернета по суждениям»

На вопрос, связанный с использованием Интернета, подростки дали ответы, которые представлен в диаграмме. 10 детей дали ответ «Да» в вопросе о том, что они используют интернет в качестве того, чтобы уйти от проблем и поднять настроение. Также прослеживается, что 5 подростков проводят в интернете больше времени, чем планировали. У 4 может быть беспокойство и раздражение, когда их отрывают от интернета. И у 2 есть чувство подавленности, когда они находятся вне сети.

По результатам диаграмм, мы можем сделать вывод, что эмоциональный компонент находится на среднем уровне. Эмоциональное состояние подростков «подвешенное», неспособность полностью оценить ситуацию. Устойчивость к негативным воздействиям присутствует, но не в полном объёме.

Для выявления развитости поведенческого компонента у подростков, мы сконструировали анкету «Правила общения и этикета в сети Интернет»

Анкета разработана с целью выявить правила сетевого общения и этикет у детей подросткового возраста в сети Интернет. Анкета включает 6 вопросов

Рассмотрим результаты диаграмм

**1. СЛУЧАЕТСЯ ЛИ ТАКОЕ, ЧТО В ИНТЕРНЕТЕ  
ПРИ ОБЩЕНИИ ИЛИ КОММЕНТИРОВАНИЯ,  
ВЫ ИСПОЛЬЗУЕТЕ НЕ НОРМАТИВНУЮ  
ЛЕКСИКУ?**

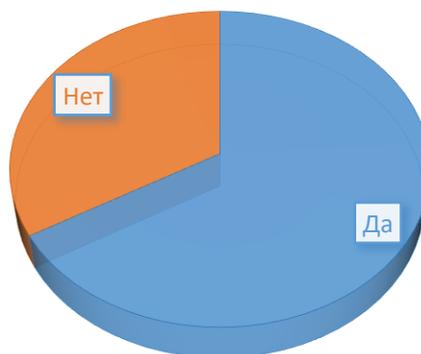


Рис 9 - «Использование не нормативной лексики в Интернете».

Из 15 учащихся 10 учеников ответили, что используют ненормативную лексику в Интернете, а 5 воздерживаются от таких выражений.

**2. ЧАСТО ЛИ ВЫ ПРОЯВЛЯЕТЕ АГРЕССИЮ  
ПО ОТНОШЕНИЮ К ДРУГИМ  
ПОЛЬЗОВАТЕЛЯМ ИНТЕРНЕТА?**

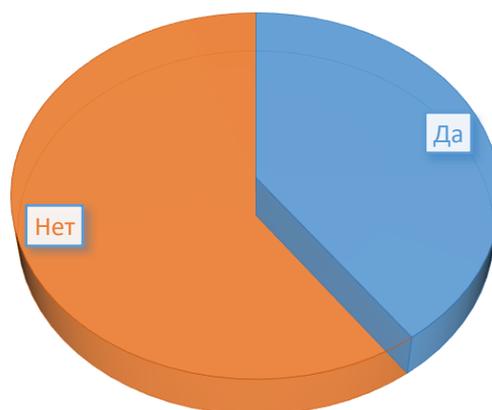


Рис 10 - «Агрессия по отношению к др. пользователям в Интернете»

По результатам ответов на диаграмме мы видим, что 9 учащихся не проявляют агрессию другим пользователям Интернета, но 6 подростков все же могут проявить агрессию.

### 3. Какие меры Вы предприняли бы, если оскорбили в сети Интернет?



Рис 11 - «Какие меры принимают для обидчика в Интернете».

Результаты вопроса показывают, что большая часть детей (6) написали бы жалобу администратору сайта, 4 подростка не обратили бы внимание. Но 5 из них начали бы конфликт с обидчиком.

### 4. Что в интернете запрещено законом?

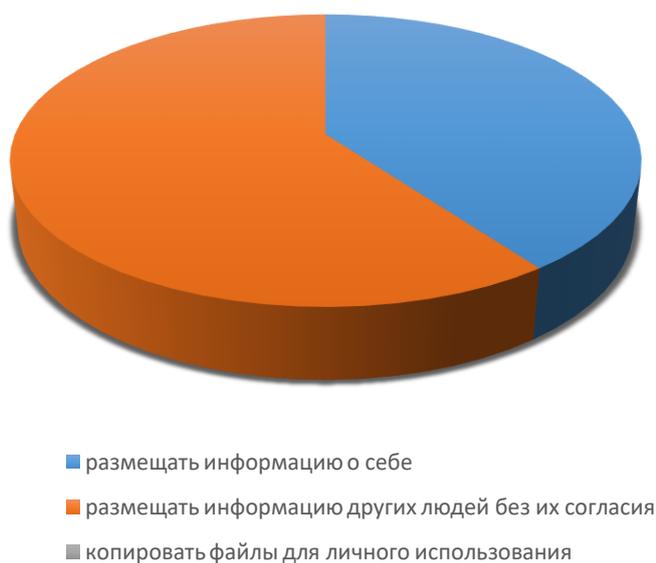


Рис 12 - «Что в интернете запрещено законом».

На вопрос «Что запрещено законом в Интернете» получились следующие результаты: 9 подростков ответили, что запрещено размещать

информацию других без их согласия и 6 считают, что запрещено копировать файлы других авторов для личного пользования.



Рис 13 - «Действуют ли правила этикета в Интернете?»

Из 15 учащихся, 12 считают, что правила этикета в Интернете действуют, как и в реальной жизни. 2 подростков утверждают, что только в особом случае имеет место быть этикету в Интернете. И 1 учащиеся считает, Интернет это свободное пространство от правил этикета.

На 6 вопрос «Перечислите правила поведения в Интернете (не менее 3-х)» учащиеся дали разные ответы, но чаще всего повторялись правила, как: не оскорблять, уважать собеседника, понимать последствия негативных действий и слов. Но также были и те учащиеся, кто не справился с перечислением правил, дали неверные ответы или вовсе не знали.

По результатам анкетирования мы можем сделать выводы развитости поведенческого компонента, у учащихся выражается средний уровень. Подростки не до конца осознают правильные установки поведения в Интернете, социальные установки не всегда верны по отношению к другим пользователям и себя.

На основе диагностики мы получили результаты по уровням развитости компонентов, которые представлены в таблице 2.

Таблица 2 - «Уровни развитости компонентов»

Компоненты	Уровни развитости компонента
Когнитивный	<p><b>Высокий уровень</b></p> <p>Подросток осведомлен знанием об « угрозах», «опасности» и «рисков» в Интернет-пространстве в полном объёме (в интернете опасность испытывает 1 из 15 учеников, скорее всего считает опасным 3 и 4 считают его безопасным), умение правильно анализировать поступающую информацию в Сети, умение находить выход из недоброжелательных ситуаций в Интернете, знание основных факторов, которые могут оказать влияние на его моральное и физическое состояние. (Из 15 обучающихся, 1 ученик считает, что Интернет вредит физическому здоровью, 6 учеников считают, что редко, а 8 никогда. Вред психическому здоровью 6 учеников оценивают, как часто. 5 подростков считают, что приносит редко, а 4 никогда.)</p>
Мотивационно-ценностный	<p><b>Высокий уровень</b></p> <p>Подросток понимает значимость пользования Интернетом (на вопрос «В интернете я обычно...», на диаграмме мы можем увидеть, что большее предпочтение они отдают общению в социальных сетях, поиску информации для учебы, прослушиванию музыки, просмотр видео и онлайн-играм.), принимает решения и берёт ответственность за последствия (40% детей не считают, что в Интернете можно делать, все что пожелаешь. 33.3% считает, что должны быть правила, регулирующие пользования интернетом. И 26.7% уверены, что интернет свободное пространство.)</p>
Эмоциональный	<p><b>Средний уровень</b></p> <p>Эмоциональное состояние «подвешенное», неспособность полностью оценить ситуацию. Устойчивость к негативным воздействиям присутствует, но не в полном объёме (10 детей дали ответ «Да» в вопросе о том, что они используют интернет в качестве того, чтобы уйти от проблем и поднять настроение. Также прослеживается, что 5 подростков проводят в интернете больше времени, чем планировали. У 4 может быть беспокойство и раздражение, когда их отрывают от интернета. И у 2 есть чувство подавленности, когда они находятся вне сети.)</p>
Поведенческий	<p><b>Средний уровень</b></p> <p>Подросток не до конца осознал правильные установки поведения в Интернете (Из 15 учащихся 10 учеников ответили, что используют ненормативную лексику в Интернете, а 5 воздерживаются от таких выражений.), социальные установки не всегда верны по отношению к другим пользователям и себя. (9 из 15 учащихся не проявляют агрессию другим пользователям Интернета, но 6 подростков все же могут проявить агрессию; большая часть детей (6) написали бы жалобу администратору сайта, 4 подростка не обратили бы внимание. Но 5 из них начали бы конфликт с обидчиком.)</p>

По результатам таблицы мы можем сделать вывод развитости психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет-пространстве. Когнитивный и мотивационно-ценностный компонент находятся на высоком уровне, это говорит о том, что подростки осведомлены о всех угрозах, опасностях и рисков в интернете, также умеют правильно анализировать информацию в Сети, знают об основных факторах, которые негативно влияют на физическое и психологическое состояние. Подростки понимают значимость пользования интернетом и берут ответственность за последствия.

Эмоциональный и поведенческий компонент находятся на среднем уровне, это говорит о том, что эмоциональное состояние подростков в интернете «подвешенное», устойчивость к негативным моментам присутствует не в полном объёме. Также обучающиеся не до конца осознают правильные установки поведения в интернет-пространстве.

На основе вывода мы можем разработать программу, направленную на развитие психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет-пространстве.

## **2.2 Разработка, обоснование и реализация программы, направленной на развитие психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет –пространстве**

Психологическая безопасность обучающихся подросткового возраста в интернет пространстве - это состояние защищенности детей, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией, в том числе распространяемой в сети Интернет, вреда их здоровью, физическому, психическому, духовному и нравственному развитию. На сегодняшний день существуют различные психологические педагогические программы, способствующие развитию психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет – пространстве. Наша программа будет направлена именно на ее развитие, которое будет опираться на такие показатели как:

- ; когнитивный и мотивационно-ценностный компонент
- ; эмоциональный компонент
- ; поведенческий компонент

Для выявления уровней компонентов нами были использованы следующие диагностические методы:

1. Опросник для учащихся 8–11 классов из социально-психологического исследования представления детей и взрослых об интернете Солдатова «Пойманные одной сетью»;

Цель: выявить значение Интернета и социальных сетей для подростков среднего возраста.

В данном исследовании результаты когнитивного и мотивационно-ценностного компонента оказались положительными, но что касается эмоционального компонента, по исследованию был выявлен средний уровень компонента.

2. Анкета «Правила общения и этикета в сети Интернет».

Анкета разработана с целью выявить правила сетевого общения и этикет у детей подросткового возраста в сети Интернет. Анкета включает 6 вопросов

В результате проведения данной анкеты нами был выявлен средний уровень поведенческого компонента, что говорит о необходимости сформировать данный компонент у подростков.

Подростки понимают в неполном понимании правил общения и этикета в сети Интернет, что приводит их к негативным действиям. Помимо этого, присутствует эмоционально «подвешенное» состояние подростков, связанных с ситуациями переживания страха, вины и разочарования при использовании интернета.

Таким образом, результаты диагностики показали, что эмоциональный и поведенческий компонент на среднем уровне, поэтому нами разработана программа, направленная на развитие данных компонентов и закрепление результатов развитости мотивационно-ценностного и когнитивного компонентов.

**Цель программы:** развитие психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет-пространстве.

**Задачи:**

1. Закрепить знания об «угрозах», «опасности» и «рисков» в интернет пространстве подростков, а также понимание значимости пользования Интернетом и соблюдения безопасности на просторах Сети.
2. Развить понимание у подростков к опасности в сети Интернет.
3. Освоить правила безопасного поведения в интернет-пространстве и сетевому этикету.

**Ожидаемые результаты:** реализация программы будет способствовать развитию психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет-пространстве.

### **Этапы реализации программы:**

1. Организационный: изучение литературы, Интернет-ресурсов, проведение диагностических методик:
  - Опросник для учащихся 8–11 классов из социально-психологического исследования представления детей и взрослых об интернете  
Г. Солдатова  
«Пойманные одной сетью»
  - Анкета «Правила общения и этикета в сети Интернет»
2. Практический: проведение занятий с обучающимися подросткового возраста согласно плану, направленные на развитие психологической безопасности в интернет-пространстве
3. Аналитический: анализ эффективности реализации программы с помощью повторной диагностики правил общения и этикета в сети Интернет и устойчивости к негативным воздействиям в сети Интернет.

### **Методическое обеспечение программы.**

1. Психологические игры и упражнения. Разыгрывание различных ситуаций.
2. Просмотр фильмов, видеороликов, связанных с темой занятия.
3. Дискуссии. Обсуждение вопросов, связанных с основной темой занятия.

### **Принципы реализации программы:**

1. Индивидуальный подход
2. Принцип доступности
3. Принцип систематичности

**Срок реализации программы:** 4 занятия по 40 минут в течении март-апрель 2023 года

## План мероприятий

Занятия подобраны с учетом закрепления знаний по двум показателям и выявленных дефицитов по двум остальным показателям психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет пространстве:

### 1. Когнитивный и мотивационно-ценностный компонент

Мы выявили, что по данным компонентам показатели находятся на высоком уровне. Поэтому занятия будут направлены на закрепление знаний об «угрозах», «опасности» и «рисков» в Интернет-пространстве подростков, а также понимание значимости пользования Интернетом и соблюдения безопасности на просторах Сети.

Таблице 3 - План занятий

Тема	Цель	Содержание
Безопасный Интернет	Обратить внимание обучающихся на возможные угрозы в интернет-пространстве. Осведомить подростков в вопросах безопасности в Интернете. Понимание значимости Интернета.	Вступление в тему и просмотр видеоролика «Знакомство с Интернетом» «Плюсы и минусы Интернета» «Советы по безопасности» и просмотр 3 видеоролика: «Безопасность в Интернете», «Остерегайся мошенничества в Интернете», «Как обнаружить ложь и остаться правдивым в Интернете» Работа в группах. Составление памятки «Безопасный Интернет» по видеороликам.

### 2. Эмоциональный компонент

В данном компоненте, как упоминалось ранее, состояние подростков «подвешенное», неспособность полностью оценить ситуацию. Устойчивость к негативным воздействиям присутствует, но не в полном объеме. Особого внимания требуют факторы переживания страха, вины и разочарования при использовании интернета. Поэтому занятия будут направлены на положительную динамику развития.

Таблице 4 - План занятий

Тема	Цель	Содержание
Знакомство	Знакомство участников с групповой формой работы; создание доверительной обстановки для дальнейшей работы.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ритуал приветствия</li> <li>2. Упражнения «Глаза в глаза»</li> <li>3. Обсуждения правил работы в группе.</li> <li>4. Методика «Дифференциальные шкалы эмоций» К.Изарду) (Приложение В)</li> </ol>
Эмоциональное состояние подростка в интернете	Поднятие эмоциональной устойчивости подростка к негативным воздействиям в сети Интернет. Создание позитивного эмоционального состояния подростков при пребывании в Интернете.	<p>Беседа «Правила выражения чувств»          Упражнение «Стрессовые ситуации»          Упражнение «Спокойные и агрессивные ответы»          Опросник исследования уровня агрессивности Авторы Басс Дарки (приложения Г)          Рефлексия</p>

### 3. Поведенческий компонент

Результаты исследования выявили средний уровень поведенческого компонента, что также поставило перед нами задачу привить правильные установки поведения подростков в Интернете.

Таблице 5 - План занятий

Тема	Цель	Содержание
Поведение подростка в сети Интернет	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Познакомить подростков правилами сетевого этикета;</li> <li>• Сформировать навыки общения в социальных сетях.</li> </ul>	<p>Беседа «Как правильно общаться в интернете и правила сетевого этикета»          Игра-рассуждение «Две стороны одной монеты»          Упражнение (работа в малых группах) «Решение ситуационных задач по способу поведения в Интернете»          Разработка памятки по поведению в сети Интернет и этикету (приложение Д)</p>

На этапе реализации программа способствует развитию психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет-пространстве по всем компонентам, и особо обращать внимание на такие компоненты, как эмоциональный и поведенческий, так как их показатели находятся на среднем уровне.

Ниже представлены результаты контрольного среза по эффективности реализованной программы.

Для контрольной диагностики нами использованы те же диагностические методы, что и в первичной диагностике.

В результате на контрольном этапе по когнитивному компоненту были получены следующие результаты:

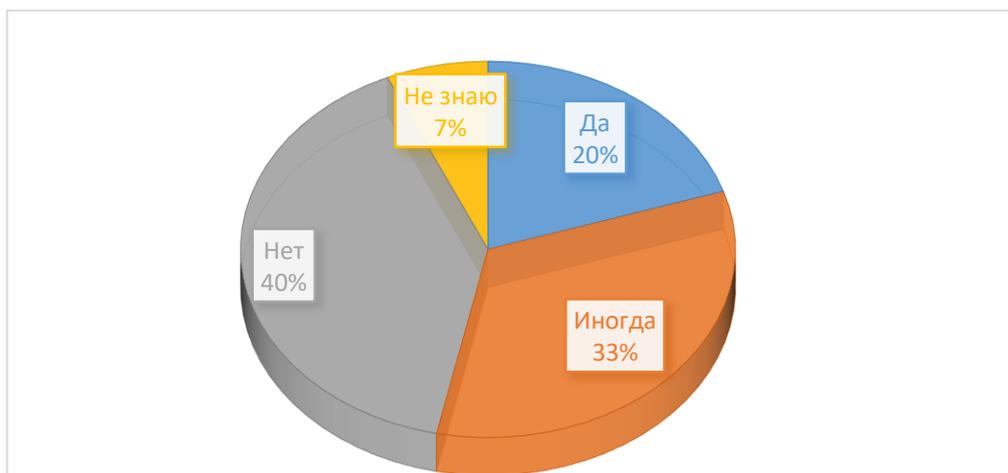


Рис 14 - «Опасно ли в Интернете?»

По результатам диаграммы мы видим, что 40% никогда не сталкивались с опасностями, 33% обучающихся сталкиваются с опасностями в Интернете иногда, а 20% сталкиваются часто.

На вопрос «Оцените уровни безопасности» мы получили ответы, что в интернете опасность испытывает 1 из 15 учеников, скорее всего считает опасным 3 и 11 считают его безопасным.

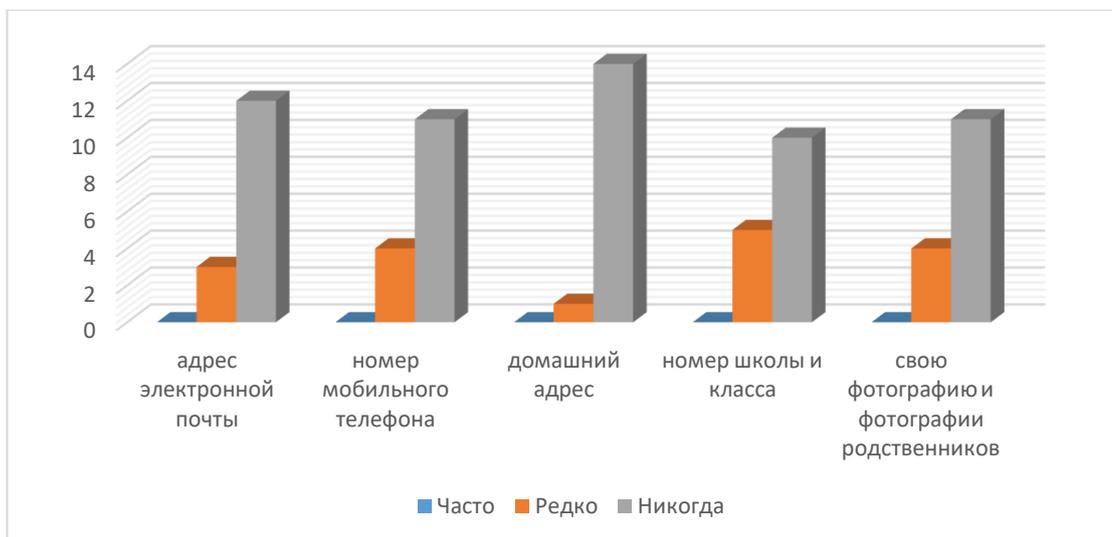


Рис 15 - «Как часто ты даешь незнакомым людям свои контактные данные?»

Проанализировав данную диаграмму, можно сделать вывод, что подростки чаще всего никогда не дают свои контактные данные в Интернете, понимая все риски.

В результате на контрольном этапе по мотивационно-ценностному компоненту были получены следующие результаты:

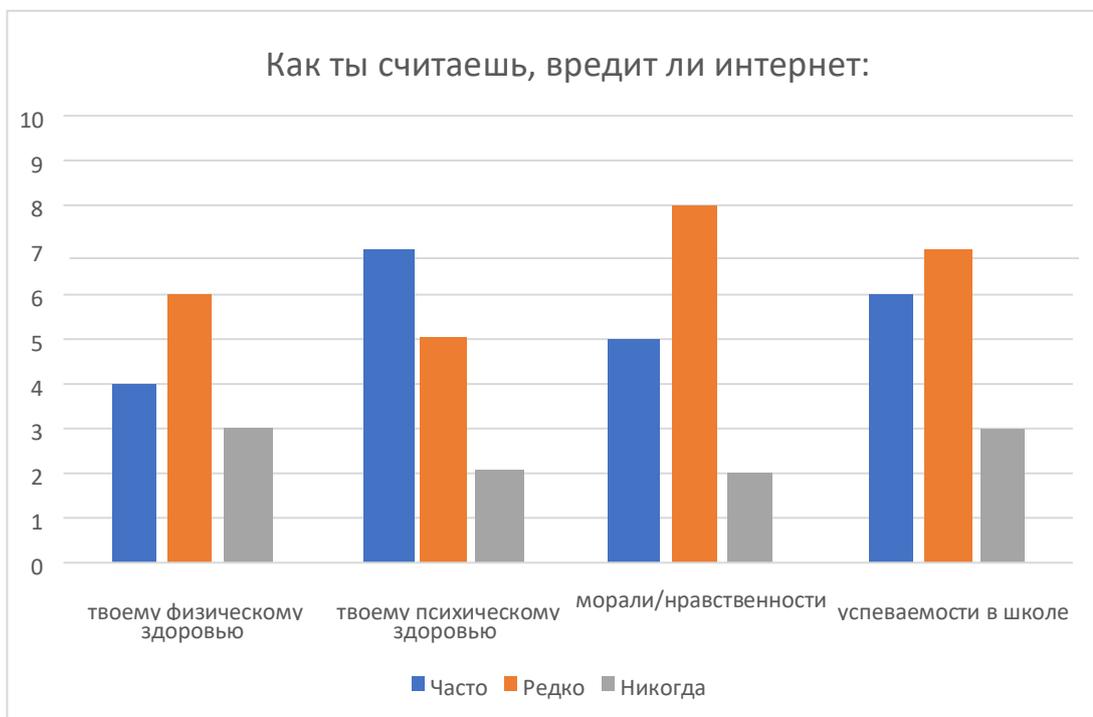


Рис 16 - «Вредит ли Интернет?»

По этой диаграмме можно увидеть насколько подростки понимают факторы, которые могут отрицательно сказываться на физическое и моральное состояние, морали/нравственности и успеваемость в школе. Из 15 обучающихся, 1 ученик считает, что Интернет вредит физическому здоровью, 6 учеников считают, что редко, а 8 никогда. Вред психическому здоровью 6 учеников оценивают, как часто. 5 подростков считают, что приносит редко, а 4 никогда.

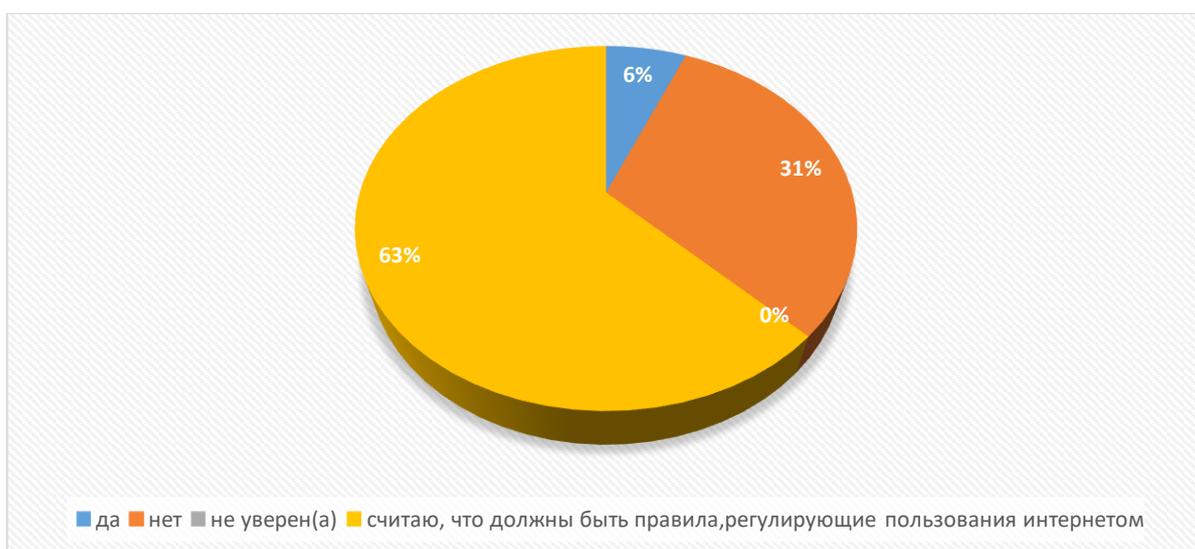


Рис 17 - «Считаешь ли ты, что интернет-это свободное пространство?»

По результатам вопроса, мы видим на диаграмме, что 31% детей не считают, что в Интернете можно делать, все что пожелаешь. 63% считает, что должны быть правила, регулирующие пользования интернетом. И 6% уверены, что интернет свободное пространство.

На вопрос «По твоему мнению, интернет-это» были разные ответы, из которых чаще всего повторялись, что интернет это прежде всего передача информации, развлечения и коммуникация.

В результате контрольного среза по диагностики когнитивного и мотивационно-ценностного компонента выявлено, развитость находится также на высоком уровне, они осведомлены об «угрозах», «опасностями» и «рисками» в Интернет-пространстве. Могут анализировать поступающую

информацию в Сети и понимают значимость пользования Интернетом. Также знают основные факторы в Сети, которые могут оказать отрицательное влияние на физическое и моральное состояние.

В результате на контрольном этапе по эмоциональному компоненту были получены следующие результаты:

Рассмотрим результаты опроса в виде диаграмм:

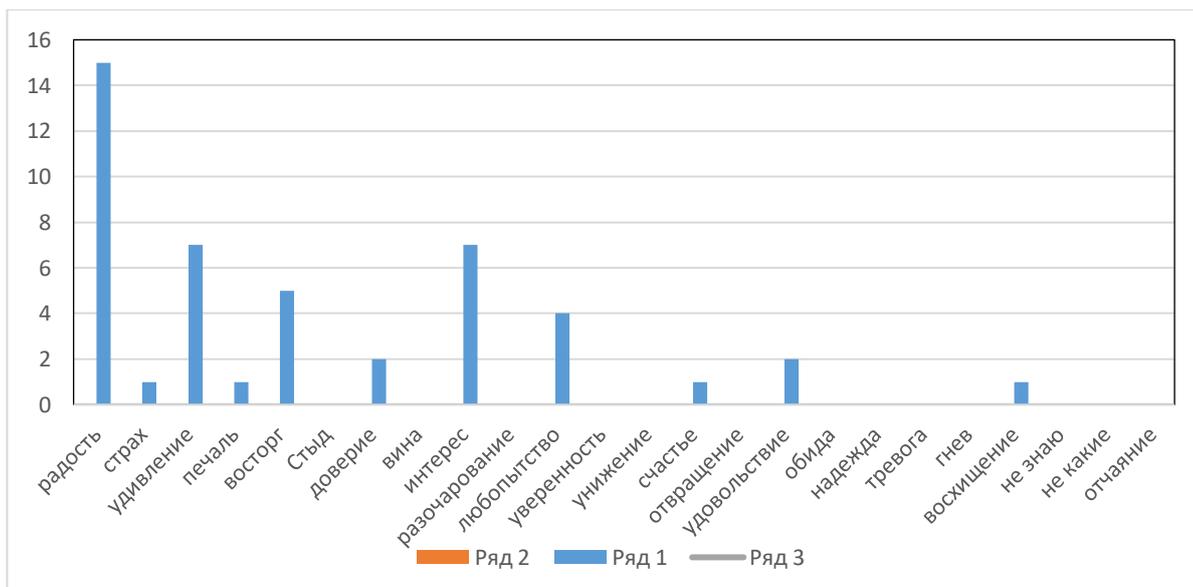


Рис 18 - «Какие эмоции и чувства испытывают, находясь в Интернете»

На диаграмме мы прослеживаем, что чаще подростки испытывают положительные эмоции при использовании Интернета, такие как: радость, удивление, интерес. Также в малом количестве присутствуют и негативные эмоции: страх

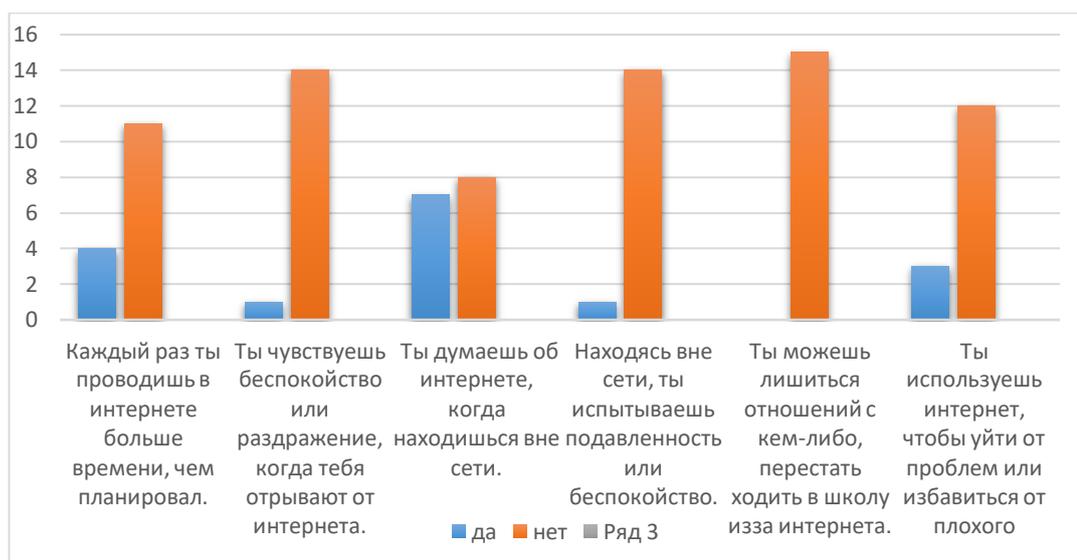


Рис 19 - «Свое мнение об использовании интернета по суждениям»

На вопрос, связанный с использованием Интернета, подростки дали ответы, которые представлен в диаграмме. 3 подростка дали ответ «Да» в вопросе о том, что они используют интернет в качестве того, чтобы уйти от проблем и поднять настроение. Также прослеживается, что 4 подростков проводят в интернете больше времени, чем планировали. У 1 может быть беспокойство и раздражение, когда их отрывают от интернета. И у 1 есть чувство подавленности, когда они находятся вне сети.

В результате контрольного среза по диагностики эмоционального компонента выявлено, развитость находится на высоком уровне, подросток чувствует себя спокойно в Интернете, он устойчив к негативным воздействиям. Здраво оценивает обстановку в Сети.

В результате на контрольном этапе по поведенческому компоненту были получены следующие результаты:

Рассмотрим результаты диаграмм:

**СЛУЧАЕТСЯ, ЛИ ТАКОЕ, ЧТО В  
ИНТЕРНЕТЕ ПРИ ОБЩЕНИИ ИЛИ  
КОММЕНТИРОВАНИЯ, ВЫ ИСПОЛЬЗУЕТЕ  
НЕ НОРМАТИВНУЮ ЛЕКСИКУ?**

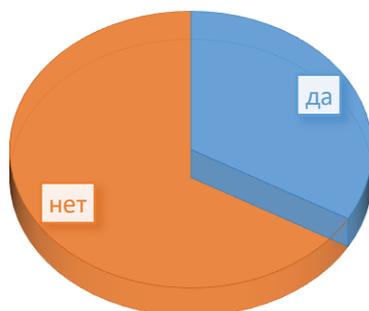


Рис 20 - «Использование не нормативной лексики в Интернете»

Из 15 учащихся 5 учеников ответили, что используют ненормативную лексику в Интернете, а 10 воздерживаются от таких выражений.

**ЧАСТО ЛИ ВЫ ПРОЯВЛЯЕТЕ АГРЕССИЮ ПО  
ОТНОШЕНИЮ К ДРУГИМ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯМ  
ИНТЕРНЕТА?**

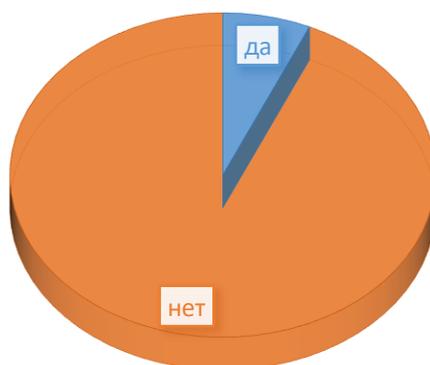


Рис 21 - «Агрессия по отношению др.пользователям в Интернете»

По результатам ответов на диаграмме мы видим, что 14 учащихся не проявляют агрессию другим пользователям Интернета, но 1 подросток все же может проявить агрессию.

### КАКИЕ МЕРЫ ВЫ ПРЕДПРИНЯЛИ БЫ, ЕСЛИ БЫ ВАС ОСКОРБИЛИ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ?



Рис 22 - «Какие меры принимают для обидчика в Интернете»

Результаты вопроса показывают, что большая часть детей (8) написали бы жалобу администратору сайта, 6 подростка не обратили бы внимание.

### ЧТО В ИНТЕРНЕТЕ ЗАПРЕЩЕНО ЗАКОНОМ?



Рис 23 - «Что в интернете запрещено законом?»

На вопрос «Что запрещено законом в Интернете» получились следующие результаты: 13 подростков ответили, что запрещено размещать информацию других без их согласия и 2 считают, что запрещено копировать файлы других авторов для личного пользования.



Рис 24 - «Действуют ли правила этикета в Интернете?»

Из 15 учащихся, 14 считают, что правила этикета в Интернете действуют, как и в реальной жизни. 1 подросток утверждает, что только в особом случае имеет место быть этикету в Интернете.

На 6 вопрос «Перечислите правила поведения в Интернете (не менее 3-х)» учащиеся дали разные ответы, но чаще всего повторялись правила, как: не оскорблять, уважать собеседника, понимать последствия негативных действий и слов.

В результате контрольного среза по диагностики поведенческого компонента выявлено, развитость находится на высоком уровне, Подросток полностью подкован в сетевом этикете. Действия, которые принимаются подростком соответствует установкам поведения.

После реализации всех диагностических методик полученные результаты обобщены, что позволило получить количественные результаты.

Таблица 6 – Сравнение количественных результатов контрольного среза состояния предмета исследования по всем диагностическим заданиям на двух этапах.

Этап	Когнитивный и мотивационно-ценностный компонент	Эмоциональный	Поведенческий
Первичный	Высокий уровень (в интернете опасность испытывает 1 из 15 учеников, скорее всего считает опасным 3 и 4 считают его безопасным. Из 15 обучающихся, 1 ученик считает, что Интернет вредит физическому здоровью, 6 учеников считают, что редко, а 8 никогда. Вред психическому здоровью 6 учеников оценивают, как часто. 5 подростков считают, что приносит редко, а 4 никогда.)	Средний уровень (10 детей дали ответ «Да» в вопросе о том, что они используют интернет в качестве того, чтобы уйти от проблем и поднять настроение. Также прослеживается, что 5 подростков проводят в интернете больше времени, чем планировали. У 4 может быть беспокойство и раздражение, когда их отрывают от интернета. И у 2 есть чувство подавленности, когда они находятся вне сети.)	Средний уровень (Из 15 учащихся 10 учеников ответили, что используют ненормативную лексику в Интернете, а 5 воздерживаются от таких выражений. 9 из 15 учащихся не проявляют агрессию другим пользователям Интернета, но 6 подростков все же могут проявить агрессию; большая часть детей (6) написали бы жалобу администратору сайта, 4 подростка не обратили бы внимание. Но 5 из них начали бы конфликт с обидчиком.)
Контрольный	Высокий уровень (в интернете опасность испытывает 1 из 15 учеников, скорее всего считает опасным 3 и 11 считают его безопасным. Из 15 обучающихся, 1 ученик считает, что Интернет вредит физическому здоровью, 6 учеников считают, что редко, а 8 никогда. Вред психическому здоровью 6 учеников оценивают, как часто. 5 подростков считают, что приносит редко, а 4 никогда.)	Высокий уровень (3 подростка дали ответ «Да» в вопросе о том, что они используют интернет в качестве того, чтобы уйти от проблем и поднять настроение. Также прослеживается, что 4 подростков проводят в интернете больше времени, чем планировали. У 1 может быть беспокойство и раздражение, когда их отрывают от интернета. И у 1 есть чувство подавленности, когда они находятся вне сети.)	Высокий уровень (Из 15 учащихся 5 учеников ответили, что используют ненормативную лексику в Интернете, а 10 воздерживаются от таких выражений. 14 учащихся не проявляют агрессию другим пользователям Интернета, но 1 подросток все же может проявить агрессию. Большая часть детей (8) написали бы жалобу администратору сайта, 6 подростка не обратили бы внимание.

Из таблицы 6 видно, что контрольный этап позволил установить, что в первичной группе уровень развитости психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет - пространстве существенно повысился: по результатам контрольной диагностики когнитивный и мотивационно-ценностный компонент остался на том же уровне, мы закрепили знания об «угрозах», «опасности» и «рисков» в Интернет-пространстве подростков, а также понимание значимости пользования Интернетом и соблюдения безопасности на просторах Сети. Эмоциональный компонент повысился со среднего уровня на высокий уровень, подросток теперь чувствует себя спокойно в Интернете, он устойчив к негативным воздействиям. Здраво оценивает обстановку в Сети. Поведенческий компонент также повысился со среднего на высокий уровень, подросток теперь полностью подкован в сетевом этикете. Действия, которые им принимаются соответствует установкам поведения.

Опираясь на данные результаты, мы разработали содержание работы по развитию психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет – пространстве.

Нами было экспериментально доказано, что процесс развития психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет - пространстве будет успешным при условии выявления уровня развитости психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет - пространстве и реализации программы, направленной на развитие обучающихся подросткового возраста в интернет – пространстве.

Таким образом, результаты контрольного среза доказывают эффективность работы с подростками и верность выдвинутой гипотезы.

На основании описанных этапов, можем сделать вывод о том, что цель исследования достигнута, задачи решены.

## Вывод по главе 2

Проанализировав понятие «психологическая безопасность обучающихся подросткового возраста в Интернет-пространстве», мы выделили следующие компоненты:

- когнитивный- осведомленность об «угрозах», «опасности» и «рисков» в Интернет-пространстве подростков, а также способов выхода из недоброжелательных ситуаций в Сети. Анализ поступающей информации в Сети. Знание основных факторов в Сети, которые могут оказать отрицательное влияние на его физическое и моральное состояние. Исследовать данный компонент мы будем по методике Опросник для учащихся 8–11 классов Г. Солдатова «Пойманные одной сетью» (приложение 1) Вопросы №9, №12,
- мотивационно-ценностный- понимание значимости пользования Интернетом и соблюдения безопасности на просторах Сети. Умение принимать решение и брать на себя ответственность за их последствия. Исследовать данный компонент мы будем по методике Опросник для учащихся 8–11 классов Г. Солдатова «Пойманные одной сетью» (приложение 1) Вопросы №19, №22, №29
- эмоциональный- эмоциональное отношение подростка к опасным ситуациям в Интернете, эмоциональная устойчивость подростка к негативным воздействиям. Эмоциональное состояние подростков при пребывании в Сети. Опросник для учащихся 8–11 классов Г. Солдатова «Пойманные одной сетью» (приложение 1) (Вопросы № 26, №28)
- поведенческий- действия, которые принимаю подростки в Интернете, исходя из собственных установок. Социальные установки по отношению к другим пользователям Интернета и себя. Исследовать данный компонент мы будем по анкете «Правила сетевого общения и этикет, учащихся подросткового возраста в сети Интернет» (приложение 2) .

Мы проанализировали развитость каждого из этих компонентов у подростка и сделали выводы развитости этих компонентов: когнитивный и мотивационно-ценностный компонент развит на высоком уровне показателя. Обучающихся подросткового возраста, осведомлены об «угрозах», «опасностях» и «рисками» в Интернет-пространстве. Могут анализировать поступающую информацию в Сети и понимают значимость пользования Интернетом. Также знают основные факторы в Сети, которые могут оказать отрицательное влияние на физическое и моральное состояние.

По результатам исследования эмоциональный и поведенческий компонент находится на среднем уровне развитости показателя. Эмоциональное состояние подростков в интернете «подвешенное», устойчивость к негативным моментам присутствует не в полном объеме. Также обучающиеся не до конца осознают правильные установки поведения в интернет-пространстве.

Исходя из выводов, развитости всех компонентов, мы разработали и обосновали программу, направленную на развитие психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет пространстве. В которой мы будем закреплять знания об «угрозах», «опасности» и «рисков» в Интернет-пространстве подростков, а также понимание значимости пользования Интернетом и соблюдения безопасности на просторах Сети. Развивать устойчивость к негативным воздействиям в сети Интернет. И осваивать правила безопасного поведения в интернет пространстве и сетевому этикету.

Контрольный этап позволил установить, что в первичной группе уровень развитости психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет - пространстве существенно повысился: по результатам контрольной диагностики когнитивный и мотивационно-ценностный компонент остался на том же уровне, мы закрепили знания об «угрозах», «опасности» и «рисков» в Интернет-пространстве подростков,

также понимание значимости пользования Интернетом и соблюдения безопасности на просторах Сети. Эмоциональный компонент повысился со среднего уровня на высокий уровень, подросток теперь чувствует себя спокойно в Интернете, он устойчив к негативным воздействиям. Здраво оценивает обстановку в Сети. Поведенческий компонент также повысился со среднего на высокий уровень, подросток теперь полностью подкован в сетевом этикете. Действия, которые им принимаются соответствуют установкам поведения.

Нами было экспериментально доказано, что процесс развития психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет - пространстве будет успешным при условии выявления уровня развитости психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет - пространстве и реализации программы, направленной на развитие обучающихся подросткового возраста в интернет – пространстве.

Таким образом, результаты контрольного среза доказывают эффективность работы с подростками и верность выдвинутой гипотезы.

На основании описанных этапов, можем сделать вывод о том, что цель исследования достигнута, задачи решены.

## Заключение

Информатизация системы образования является одним из приоритетных направлений, поскольку активное введение информационно-коммуникативных технологий в образовательный процесс увеличивает его характер и всеобщий уровень доступности, позволяет совершенствовать процесс дифференциации и индивидуализации. Одновременно с достоинствами интернета, всё большую актуальность заслуживает проблема защиты детей, от имеющийся интернет-угроз.

Дети начинают знакомиться с интернетом с раннего детства и далее интерес и вовлеченность растет с каждым годом жизни ребёнка. Этот вывод позволяет отметить очевидную неразрывную связь жизни ребёнка с интернетом[17].

В современных психолого-педагогических изучениях представление психологической безопасности обнаруживается через призму понятий «психическое здоровье» и «психологическая угроза». При этом психологическая безопасность подростка представляется гармоническим состоянием, когда он подходит возрастным нормам психического развития и правильно отображает внутренние и внешние угрозы его психическому здоровью.

Угроза информационно-психологической безопасности личности -это фактор, показывающий деструктивное информационно-психологическое влияние на психику ребенка, в условиях которого ребенок абсолютно или частично утрачивает способность

- полностью развиваться;
- вовремя адаптироваться к меняющимся социальным условиям; - создайте свое поведение в социальной среде.

Американские исследователи выделяют три группы угроз безопасности детей и подростков в Интернете [20]:

- небезопасные контакты (общение, которое может привести к насилию);
- кибербуллинг: унижения, оскорбления, агрессивные нападки, преследования в Сети;
- материалы «опасного» содержания (противоправный контент) относят широкий спектр материалов, демонстрирующих сцены насилия (в видео, графике (других видах изображений), музыке, текстах), экстремистские призывы и поведение, порнографию.

Содержание и сущность понятия психологическая безопасность обучающихся подросткового возраста в интернет пространстве- это состояние защищенности детей, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией, в том числе распространяемой в сети Интернет, вреда их здоровью, физическому, психическому, духовному и нравственному развитию. (Федеральный закон от 29. 2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»).

Проанализировав понятие «психологическая безопасность обучающихся подросткового возраста в Интернет-пространстве», мы выделили следующие компоненты: когнитивный; мотивационно-ценностный; эмоциональный; поведенческий.

По результатам исследования нами выявлены развитости психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет-пространстве. По результатам опросника для учащихся 8–11 классов из социально-психологического исследования представления детей и взрослых об интернете Г. Солдатова «Пойманные одной сетью» мы сделали вывод, что когнитивный и мотивационно-ценностный компонент находятся высоком уровне, это говорит о том, что подростки осведомлены о всех угрозах, опасностях и рисков в интернете, также умеют правильно анализировать информацию в Сети, знают об основных факторах, которые негативно влияют на физическое и психологическое состояние. Подростки

понимают значимость пользования интернетом и берут ответственность за последствия.

Развитость эмоционального компонента мы выявляли также по опроснику для учащихся 8–11 классов из социально-психологического исследования представления детей и взрослых об интернете Г. Солдатова «Пойманные одной сетью», по результатам выявили, что компонент находится на среднем уровне, эмоциональное состояние подростков в интернете «подвешенное», устойчивость к негативным моментам присутствует не в полном объёме.

И для определения развитости поведенческого компонента мы сконструировали анкету «Правила общения и этикета в сети Интернет», по результатам получили, что компонент находится на среднем уровне, обучающиеся не до конца осознают правильные установки поведения в интернет-пространстве.

На основе полученных результатов после исследования развитости уровней мы разработали и обосновали программу, направленную на развитие психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет – пространстве. В программе мы будем закреплять знания об «угрозах», «опасности» и «рисков» в Интернет пространстве подростков, а также понимание значимости пользования Интернетом и соблюдения безопасности на просторах Сети. Развивать устойчивость к негативным воздействиям в сети Интернет. И осваивать правила безопасного поведения в интернет-пространстве и сетевому этикету.

На этапе реализация программы мы будем способствовать развитию психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет-пространстве по всем компонентам, и особо обращать внимание на такие компоненты, как эмоциональный и поведенческий, так как их показатели находятся на среднем уровне.

Контрольный этап позволил установить, что в первичной группе уровень развитости психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет - пространстве существенно повысился: по результатам контрольной диагностики когнитивный и мотивационно-ценностный компонент остался на том же уровне, мы закрепили знания об «угрозах», «опасности» и «рисков» в Интернет-пространстве подростков, а также понимание значимости пользования Интернетом и соблюдения безопасности на просторах Сети. Эмоциональный компонент повысился со среднего уровня на высокий уровень, подросток теперь чувствует себя спокойно в Интернете, он устойчив к негативным воздействиям. Здравое оценивает обстановку в Сети. Поведенческий компонент также повысился со среднего на высокий уровень, подросток теперь полностью подкован в сетевом этикете. Действия, которые им принимаются соответствуют установкам поведения.

Нами было экспериментально доказано, что процесс развития психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет - пространстве будет успешным при условии выявления уровня развитости психологической безопасности обучающихся подросткового возраста в интернет - пространстве и реализации программы, направленной на развитие обучающихся подросткового возраста в интернет – пространстве.

Таким образом, результаты контрольного среза доказывают эффективность работы с подростками и верность выдвинутой гипотезы.

На основании описанных этапов, можем сделать вывод о том, что цель исследования достигнута, задачи решены.

**Список использованных источников**

1. Баева И.А. Психологическая безопасность в образовании: Монография. Санкт-Петербург, 2002. - 271с.
2. Баришполец В.А. Информационно-психологическая безопасность: основные положения / В.А. Баришполец // Радиоэлектроника. Наносистемы. Информационные технологии, 2013 № 2 С. 62–104.
3. Бочаров М. И. Комплексное обеспечение информационной безопасности школьников / М. И Бочаров // Применение новых информационных технологий в образовании, 2009. – 98 с.
4. Влияние TV и компьютеров на душу ребенка [Электронный ресурс]. URL: [http://medicininform.net/comp/comp\\_psych1.htm](http://medicininform.net/comp/comp_psych1.htm) (дата обращения: 14.02.2011).
5. Голунова М.И. Безопасный интернет: дети в информационном пространстве // Нижегородское образование. 2009. № 4. С. 103-109.
6. Закотнова Е.Ю. Психологическая безопасность личности в образовательной среде высшего учебного заведения / Е.Ю. Закотнова, Г.С. Корытова //Журнал Научно-педагогическое обозрение, 2016. – 56 с.
7. Замахина Т. Путин призвал ужесточить наказание за склонение к суициду РФ.,2017. – 9 с.
8. Зотова О. Ю. Пути оптимизации социально психологической безопасности личности / О. Ю. Зотова // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки, 2011. – № 2. – С. 50–58.
9. Зотова О. Ю. Особенности содержания опасной информации для детей в сети Интернет (социально-психологический анализ) // Теория и практика общественного развития. 2014. №19. С.233-237.
10. Комплексная безопасность объектов и субъектов социальной сферы: материалы Всерос. науч.-практ. конф. междунар. участием 23-24 нояб. 2011 г. / [ред. В.В. Садырин и др.] Челябинск : Дитрих, 2011 – 371

11. Кузнецова Ю.М., Чудова Н.В. Психология жителей Интернета. М.: Изд-во ЛКИ, 2008. 224 с.
12. Кулькова Ж.Г. Актуальные вопросы психологической безопасности детей и подростков в интернет-пространстве / Ж.Г. Кулькова // Инновационное развитие профессионального образования, 2017. №4 (16). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/aktualnye-voprosy-psihologicheskoy-bezopasnosti-detey-i-podrostkov-v-internet-prostranstve> (дата обращения: 31.05.2021).
13. Лызь Н. А. Развитие безопасной личности: психолого-педагогический подход/ Лызь Н.А. // Педагогика, 2006. - № 4
14. Куракин А. В. Правовые аспекты противодействия вредоносному воздействию на психику детей в сети Интернет / А. В. Куракин, Д. В. Карпухин и др. // Полицейская и следственная деятельность, 2018. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pravovye-aspekty-protivodeystviya-vredonosnomu-vozdeystviyu-na-psihiku-detey-v-seti-internet> (дата обращения: 31.05.2021).
15. Овчаренко Л. Ю. Психологическая защищенность детей и подростков в информационной среде / Л. Ю. Овчаренко // Гуманитарные науки. 2017. №4 (40). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-zaschischennost-detey-i-podrostkov-v-informatsionnoy-srede> (дата обращения: 31.05.2021).
16. Печерская Э.П., Звоновский В.Б., Меркулова Д.Ю., Плешаков В.А., Мацкевич М.Г. Первые шаги детей в Интернете // Социологические исследования. 2014.№ 12.С. 74-80.
17. Пучкова Д. А. Условия обеспечения психологической безопасности использования интернет-среды детьми младшего школьного возраста //СИСП. 2015. №7 (51). С. 293-300.
18. Подросток в интернете: психологические возможности и риски (методические рекомендации для педагогов) / авт.-сост.: Е.Г. Вдовина. –

Барнаул: КГБУ «Алтайский краевой центр психолого-педагогической и медико-социальной помощи», 2018 – 42 с.

19. Офицерова Т.А. Обеспечение психологической безопасности образовательного процесса как условие сохранения и укрепления психологического здоровья школьников / Т.А. Офицерова, Е.В. Губанихина // Молодой ученый. — 2017 — №48. — С. 202-205.

20. Palfry Jonh. Op. cit. P . 19.

21. Результаты межрегионального исследования 2009 г. «Интернет глазами детей и подростков России 2009» // Официальный сайт Фонда «Развитие Интернета». <http://www.fid.su/projects/research/mysafernet/>

22. Рысин Ю.С. Социально-информационные опасности телерадиовещания и информационных технологий / Ю.С. Рысин. М.: Гелиос АРВ, 2007. – 272 с.

23. Ратинер Т.Г. — Информационно-психологическая безопасность школьников при работе в интернете // Современное образование. – 2014. DOI: 10.7256/2306-4188.2014.1.10923 URL: [https://nbpublish.com/library\\_read\\_article.php?id=10923](https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=10923) с. 175-176].

24. Солдатова Г. У., Шляпников Журина М. А. Эволюция онлайн-рисков: итоги пятилетней работы линии помощи «Дети онлайн» / Г. У. Солдатова. В. Н. Шляпников и др.// Консультативная психология и психотерапия, 2015. – Т. 23. – № 3. – С. 50–66.

25. Свенцицкий А.Л. Социальная психология: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности "Психология"/ А.Л. Свенцицкий. М.: Проспект, 2015 – 512 с.

26. Смолян Г. Л. Сетевые информационные технологии и проблемы безопасности личности / Г.Л. Смолян // Информационное общество. 1999. № 1. С. 21–25.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение А

Опросник для учащихся

8–11 классов

Дорогой друг!

Мы приглашаем тебя принять участие в исследовании, посвященном интернету. Пожалуйста, ответь на представленные ниже вопросы: отвечай быстро, не задумываясь — правильных и неправильных ответов нет, а есть разнообразие мнений, и твое мнение нам очень важно.

1. есть ли у тебя дома компьютер, подключенный к сети интернет?

да, дома есть компьютер, подключенный к сети

интернет

есть компьютер, не подключенный к сети интернет

компьютера нет

2. есть ли у вас в школе интернет?

да

нет

не знаю

3. Пользуешься ли ты интернетом в школе?

да

нет

4. установлены ли в твоей школе программы, ограничивающие доступ на какие-либо сайты?

да

нет

не знаю

5. как часто ты пользуешься интернетом?

один-два раза в неделю

один-два раза в день

- один раз в месяц
- я живу в интернете
- не пользуюсь интернетом вообще
- другое \_\_\_\_\_

6. сколько времени ты проводишь в интернете за один сеанс?

- 10—20 минут
- 1—3 часа
- 5—10 часов
- другое \_\_\_\_\_

7. Получаешь ли ты удовольствие от своей работы в интернете?

- никогда
- иногда
- часто
- всегда

8. в интернете я обычно ...

часто редко никогда

пользуюсь электронной почтой

общаюсь в «ВКонтакте», «Одноклас -  
сниках» и других социальных сетях

общаюсь с друзьями по ICQ

общаюсь по скайпу

веду виртуальный дневник (блог)

ищу информацию для учебы

ищу информацию для куль турного и духовного развития

общаюсь в чатах

скачиваю программы, музыку,

фото, видео

слушаю аудиозаписи

смотрю видеозаписи

узнаю о последних событиях и

новостях в стране и мире

играю в онлайн-игры

принимаю участие в интерне-акциях, голосованиях и др.

просматриваю запрещенные

родителями сайты

Напиши, чем ты еще занимаешься в интернете, но это не

попало в список: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

9. в реальной жизни мы нередко сталкиваемся с неприятностями и опасностями. как

ты считаешь, есть ли

опасность в интернете?

да

иногда

нет

не знаю

10. как часто в интернете ты сталкиваешься с чем-то из

нижеперечисленного?

часто редко никогда

вирусы

мошенничество/кражи

преследование, оскорбление и унижение со стороны других пользователей

сексуальные домогательства

неэтичная и навязчивая реклама

порнография

психологическое давление

агрессия

экстремизм

призывы причинить вред себе и/

или окружающим

Назови, с чем еще ты сталкивался в интернете, но это не

попало в список: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

11. часто ли ты в интернете сталкиваешься с информацией, которая раздражает и вызывает неприятные эмоции?

- часто
- редко
- никогда

12. как часто в интернете ты даешь малознакомым (едва знакомым) людям свои контактные данные?

- часто
- редко
- никогда
- адрес электронной почты
- номер мобильного телефона
- номер домашнего телефона
- домашний адрес
- номер школы и класса
- свою фотографию и фотографии своих родственников

13. ты пытаешься встречаться с людьми, с которыми познакомился в интернете?

- часто
- редко
- никогда

14. как ты считаешь, приносит ли интернет пользу:

- часто
- редко
- никогда
- твоему физическому здоровью
- твоему психическому здоровью
- морали/нравственности
- культурному уровню
- успеваемости в школе

15. какие сайты ты посещаешь чаще всего?

- игровые
- сайты с музыкой и фильмами
- сайты интернет-знакомств
- сайты для детей
- сайты для взрослых
- другое \_\_\_\_\_

16. напиши названия своих любимых сайтов:

---

---

17. назови 5 причин, почему ты заходишь в интернет:

---

---

18. назови 5 причин, которые заставляют тебя покинуть интернет:

---

---

19. как ты считаешь, вредит ли интернет:

часто редко никогда

твоему физическому здоровью

твоему психическому здоровью

морали/нравственности

культурному уровню

успеваемости в школе

20. рассказываешь ли ты родителям о том, чем занимаешься в сети?

всегда

иногда

редко

не рассказываю

21. установлены ли на твоём домашнем компьютере программы, ограничивающие вход на какие-либо сайты?

да

нет

не знаю

22. считаешь ли ты, что интернет — это свободное пространство, в котором по своему усмотрению можно делать все, что пожелаешь?

да

нет

не уверен(а)

считаю, что должны быть правила, регулирующие

пользование интернетом

23. можешь ли ты описать какой-либо неприятный случай в вашей школе или произошедший с тобой лично, связанный с интернетом?

---



---

24. как твои родители относятся к твоей деятельности в интернете?

- разрешают свободно пользоваться и не ограничивают во времени;
- устанавливают временной режим и следят за тем, какие сайты я посещаю;
- разрешают заходить в интернет только в своем присутствии;
- запрещают пользоваться интернетом вообще;
- другое \_\_\_\_\_

25. какой источник информации для тебя сегодня самый главный? (обозначь цифрами по степени значимости — 1 (самый главный); 2 (занимает по значимости второе место) и т.д.):

- учителя
- родители/родственники
- друзья/одноклассники
- интернет
- телевидение
- книги
- газеты/журналы
- радио
- \_\_\_\_\_ (другое)

26. какие эмоции и чувства ты чаще всего испытываешь, находясь в интернете? (укажите не менее 3-х):

- радость
- страх
- удивление
- печаль

- восторг
- стыд
- доверие
- вина
- интерес
- разочарование
- любопытство
- уверенность
- унижение
- счастье
- отвращение
- удовольствие
- обида
- надежда
- тревога
- гнев
- восхищение
- другое \_\_\_\_\_

27. оцени уровень опасности : Очень опасно Опасно Скорее

опасно

Не знаю

Скорее

безопасно

Безопасно

Совершенно

безопасно

в стране

в городе

на улице

в школе

в интернете

дома

28. тебе предлагается высказать свое мнение по ряду вопросов, связанных с использованием интернета. если

ты согласен с суждением, то поставь знак «+» в графе ответов «да», если не согласен — то знак «+» в графе «нет».

вопросы да нет

1. Ты используешь интернет, чтобы уйти

от проблем или избавиться от плохого

настроения.

2. Каждый раз ты проводишь в интернете больше времени, чем планировал.

3. Ты чувствуешь беспокойство или раздражение, когда тебя отрывают от интернета.

4. Ты думаешь об интернете, когда находишься вне сети.

5. Находясь вне сети, ты испытываешь

подавленность или беспокойство.

6. Ты можешь лишиться отношений с

кем-либо, перестать ходить в школу из-за интернета.

29. По твоему мнению, интернет — это ...

---

укажи свой возраст \_\_\_\_\_ Пол \_\_\_\_\_

в каком классе ты учишься? \_\_\_\_\_

благодарим за участие!

## Анкета «Правила общения и этикета в сети Интернет»

1. Случается, ли такое, что Вы используете не нормативную лексику в интернет-пространстве?

*Выберите один ответ*

- Да
- Нет

2. Часто ли Вы проявляете агрессию по отношению к другим пользователям интернета?

*Выберите один ответ*

- Да
- Нет
- Другое

3. Какие меры Вы предприняли бы, если бы вас оскорбили в сети Интернет?

*Выберите один ответ*

- Написал(а) бы жалобу администратору сайта
- Не обратил(а) бы внимание
- Ответил(а) бы подобным образом
- Другое

4. Что в Интернете запрещено законом?

*Выберите один ответ*

- размещать информацию о себе;
- размещать информацию других без их согласия;
- копировать файлы для личного использования.

5. Действуют ли правила этикета в Интернете?

*Выберите один ответ*

- нет, потому что Интернет - пространство свободное от правил;

- только в особых случаях;
- да, как и в реальной жизни.

6. Перечислите правила поведения в Интернете (не менее 3-х)

---

---

---

---

## Приложение В

### Методика «Дифференциальные шкалы эмоций» (К. Изард)

Чтобы пройти тест Вам понадобятся лист бумаги и ручка.

#### Описание:

Цель: изучение эмоциональных отклонений и выявление доминирующих эмоций, оценки наличия или отсутствия депрессивных симптомов и депрессии в целом.

Бланковый вариант изучения фундаментальных эмоций представляет собой набор эмоций (всего 10), где каждой из них соответствует три определенных эмоции в понятиях (30 понятий).

Каждую эмоцию, выраженную в понятиях, испытуемый должен оценить в четырех бальной шкале в зависимости от того, в какой степени она проявляется в данный момент.

Возможны 4 варианта ответов:

1. Совсем не подходит.
2. Пожалуй, верно.
3. Верно.
4. Совершенно верно.

#### Инструкция:

Оцените по 4-х бальной шкале то, в какой степени каждое понятие описывает ваше самочувствие в данный момент.

#### Тестовое задание:

№	Эмоции	Шкалы эмоций в понятиях				Сумма
1.	Интерес	Внимательный		Концентрированный	Собранный	
2.	Радость	Наслаждающийся		Счастливый	Радостный	
3.	Удивление	Удивленный		Изумленный	Пораженный	
4.	Горе	Унылый		Печальный	Сломленный	
5.	Гнев	Взбешенный		Гневливый	Безумный	
6.	Отвращение	Чувствующий неприязнь		Чувствующий отвращение	Чувствующий омерзение	
7.	Презрение	Презрительный		Пренебрегающий	Надменный	

8.	Страх	Пугающий		Страшный	Сеющий панику		
9.	Стыд	Застенчивый		Робкий	Стыдливый		
10.	Вина	Сожаляющий		Виноватый	Раскаивающийся		

**Обработка результатов теста:**

**Количественный анализ:**

Подсчитывается сумма баллов по строкам, вычисляется коэффициент самочувствия (К), по формуле:

$$K = \text{Сумма эмоций № 1, 2, 3, 9, 10 (в баллах)} / \text{Сумма эмоций № 4, 5, 6, 7, 8.}$$

Определяются преобладающие шкалы и те, которые наиболее выражены, минимальное количество – 3, максимальное – 12.

**Опросник исследования уровня агрессивности**

Авторы А. Басс и А. Дарки

(на русском языке стандартизирован А.А. Хваном, Ю.А. Зайцевым и Ю.А. Кузнецовой)

*Опросник предназначен для диагностики агрессивных и враждебных реакций. Под агрессивностью понимается свойство личности, характеризующееся наличием деструктивных тенденций, в основном в области субъектно-объектных отношений. Враждебность понимается как реакция, развивающая негативные чувства и негативные оценки людей и событий. Создавая свой опросник, дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А. Басс и А. Дарки выделили следующие виды реакций:*

1. Физическая агрессия – использование физической силы против другого лица.
2. Косвенная – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.
3. Раздражение – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).
4. Негативизм – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.
5. Обида – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.
6. Подозрительность – в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.
7. Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).
8. Чувство вины – выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести.

Фамилия \_\_\_\_\_

Имя \_\_\_\_\_

Отчество \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Дата и место тестирования \_\_\_\_\_

Время тестирования \_\_\_\_\_

**Инструкция.**

*Отметьте «да», если вы согласны с утверждением, и «нет» - если не согласны.*

*Старайтесь долго над вопросами не раздумывать.*

**Вопросы.**

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим	да	нет
2. Иногда сплетничаю о людях, которых не люблю	да	нет
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь	да	нет
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполню	да	нет
5. Я не всегда получаю то, что мне положено	да	нет
6. Я не знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной	да	нет
7. Если я не одобряю поведение друзей, я даю им это почувствовать	да	нет
8. Когда мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести	да	нет
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека	да	нет
10. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами	да	нет
11. Я всегда снисходителен к чужим недостаткам	да	нет
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его	да	нет
13. Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами	да	нет
14. Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружелюбно, чем я ожидал	да	нет
15. Я часто бываю не согласен с людьми	да	нет
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь	да	нет
17. Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему	да	нет
18. Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверьми	да	нет
19. Я гораздо более раздражителен, чем кажется	да	нет
20. Если кто-то воображает себя начальником, я всегда поступаю ему наперекор	да	нет
21. Меня немного огорчает моя судьба	да	нет

22. Я думаю, что многие люди не любят меня	да	нет
23. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной	да	нет
24. Люди, увиливающие от работы, должны испытывать чувство вины	да	нет
25. Тот, кто оскорбляет меня и мою семью, напрашивается на драку	да	нет
26. Я не способен на грубые шутки	да	нет
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются	да	нет
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все, чтобы они не зазнавались	да	нет
29. Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится	да	нет
30. Довольно многие люди завидуют мне	да	нет
31. Я требую, чтобы люди уважали меня	да	нет
32. Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей	да	нет
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их "щелкнули по носу"	да	нет
34. Я никогда не бываю мрачен от злости	да	нет
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не расстраиваюсь	да	нет
36. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю внимания	да	нет
37. Хотя я и не показываю этого, меня иногда гложет зависть	да	нет
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются	да	нет
39. Даже если я злюсь, я не прибегаю к "сильным" выражениям	да	нет
40. Мне хочется, чтобы мои грехи были прощены	да	нет
41. Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня	да	нет
42. Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь	да	нет
43. Иногда люди раздражают меня одним своим присутствием	да	нет
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел	да	нет
45. Мой принцип: "Никогда не доверять "чужакам"	да	нет
46. Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать, что я о нем думаю	да	нет
47. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею	да	нет

48. Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь	да	нет
49. С детства я никогда не проявлял вспышек гнева	да	нет
50. Я часто чувствую себя как пороховая бочка, готовая взорваться	да	нет
51. Если бы все знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко работать	да	нет
52. Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня	да	нет
53. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ	да	нет
54. Неудачи огорчают меня	да	нет
55. Я дерусь не реже и не чаще, чем другие	да	нет
56. Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся мне под руку вещь и ломал ее	да	нет
57. Иногда я чувствую, что готов первым начать драку	да	нет
58. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо	да	нет
59. Раньше я думал, что большинство людей говорит правду, но теперь я в это не верю	да	нет
60. Я ругаюсь только со злости	да	нет
61. Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть	да	нет
62. Если для защиты своих прав мне нужно применить физическую силу, я применяю ее	да	нет
63. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу кулаком по столу	да	нет
64. Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся	да	нет
65. У меня нет врагов, которые бы хотели мне навредить	да	нет
66. Я не умею поставить человека на место, даже если он того заслуживает	да	нет
67. Я часто думаю, что жил неправильно	да	нет
68. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки	да	нет
69. Я не огорчаюсь из-за мелочей	да	нет
70. Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня	да	нет

71. Я часто только угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение	да	нет
72. В последнее время я стал занудой	да	нет
73. В споре я часто повышаю голос	да	нет
74. Я стараюсь обычно скрывать свое плохое отношение к людям	да	нет
75. Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить	да	нет

### Обработка результатов.

*Индексы различных форм агрессивных и враждебных реакций определяются суммированием полученных ответов.*

№ п/п	Вид агрессии	Вариант ответа	Номера высказываний	Баллы
1	Физическая агрессия	да	№ 1, 25, 33, 48, 55, 62, 68	
		нет	№ 9,17,41	
2	Косвенная агрессия	да	№ 2,18,34,42, 56, 63	
		нет	№ 10, 26, 49	
3	Раздражение	да	№ 3,19, 27, 43, 50, 57, 64, 72	
		нет	№ 11, 35, 69.	
4	Негативизм	да	№ 4, 12, 20, 23, 36	
5	Обида	да	№ 5, 13, 21, 29, 37, 51, 58	
		нет	№ 44	
6	Подозрительность	да	№ 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59	
		нет	№ 65,70	
7	Вербальная агрессия	да	№ 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60. 71, 73	

		нет	№ 39, 74, 75	
8	Угрызения совести, чувство вины	да	№ 8.16, 24, 32, 40, 47, 54,61,67	

Физическая агрессия, косвенная агрессия, раздражение и вербальная агрессия вместе образуют суммарный индекс агрессивных реакций, а обида и подозрительность — индекс враждебности; враждебность - общая негативная, недоверчивая позиция по отношению к окружающим; агрессия - активные внешние реакции агрессии по отношению к конкретным лицам.

*Индекс враждебности включает в себя 5 и 6 шкалы, а индекс агрессивности (как прямой, так и мотивационной) включает в себя шкалы 1, 3, 7.*

Нормой агрессивности является величина её индекса, равная 21 плюс - минус 4, а враждебности – 6,5–7 плюс-минус 3. При этом обращается внимание на возможность достижения определённой величины, показывающей степень проявления агрессивности.

### Памятка «Поведение в Интернете и сетевой этикет»

**1. Помните о человеке!** Не забывайте, что даже через посредство мертвой Сети и напичканного электроникой компьютера вы общаетесь с живым человеком. А часто - со многими людьми одновременно... Помните, что на другом конце провода такой же человек, как и вы... Сочиняя электронное послание, представьте, что все это говорите человеку прямо в лицо - и старайтесь, чтобы при этом вам не было стыдно за свои слова.

**2. Будьте тактичны!** Следуйте в Сети тем же правилам, которым вы следуете в реальной жизни. Нарушение законов человеческого общения, моральных правил или норм общественной жизни Сети, возможно, и пройдет для вас относительно безнаказанным... Но будет ли при этом чиста ваша совесть?

**3. Помните, что вы находитесь в киберпространстве!** Его границы куда шире, чем границы привычного нам человеческого общества, и в разных его частях могут действовать свои законы. Поэтому, сталкиваясь с новым для вас видом общения в Сети, изучайте его законы и признавайте их приоритет. Скажем, в любой группе новостей, форуме или даже канале IRC существуют собственные, локальные правила (rules) - ознакомьтесь с ними, прежде, чем отправлять свое первое сообщение!

**4. Бережно относитесь ко времени и мнению других людей!** Помните, что сетевое время не только ограничено, но и для многих весьма дорого! Твои сообщения в чате должны быть короткими и емкими, а не занимать 10 листов печатного текста. Иначе другим посетителям будет неинтересно переписываться с тобой.

**5. Старайтесь выглядеть достойно в глазах своих собеседников!** Собеседник не видит ваше лицо, но он оценивает вас по тому, ЧТО и КАК вы пишете. Не экономьте свое время на "условностях" типа правил хорошего тона или, скажем, правил грамматики и орфографии.

**6. Соблюдайте Закон!** Следите за тем, чтобы сообщение не было аморальным, неприличным. Помните, что переписка может стать доказательством оскорбления в суде.

**7. Не ввязывайтесь в конфликты и не допускайте их!** В Интернете закрепилось устойчивое название – флейм (flame), которое обозначает эмоциональное замечание, целью которого является провоцирование реакции пользователя. Сдерживайте страсти. Вступать в дискуссии никакой этикет не запрещает, однако не опускайтесь до брани и ругательств - пусть даже вас сознательно провоцируют на это.

**8. Относитесь с уважением не только к своей, но и к чужой приватности!** Не публикуйте фотографии других людей и сведения о них без их согласия.

**9. Будьте терпимы к недостаткам окружающих вас людей!** Не смотрите на то, соблюдают или нет ваши собеседники правила сетевого этикета, соблюдайте их сами! В конце концов, предельно вежливо порекомендуйте собеседнику ознакомиться с этими правилами...

## ПАМЯТКА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

### ОБЩИЕ ПРАВИЛА ИНТЕРНЕТА

Важно помнить, что в Интернете есть свои правила и границы, свои «НЕЛЬЗЯ!», «ОСТОРОЖНО!», «МОЖНО!»:

#### НЕЛЬЗЯ!

1. Всем подряд сообщать свою частную информацию (настоящие имя, фамилию, телефон, адрес, номер школы, а также фотографии свои, своей семьи и друзей).
2. Открывать вложенные файлы электронной почты, когда не знаешь отправителя.
3. Грубить, придирается, оказывать давление — вести себя невежливо и агрессивно.
4. Не распоряжайся деньгами твоей семьи без разрешения старших - всегда спрашивай родителей;
5. Не встречайся с Интернет-знакомыми в реальной жизни - посоветуйся со взрослым, которому доверяешь.

#### ОСТОРОЖНО!

1. Не все пишут правду. Читаешь о себе неправду в Интернете — сообщи об этом своим родителям или опекунам.
2. Приглашают переписываться, играть, обмениваться - проверь, нет ли подвоха.
3. Незаконное копирование файлов в Интернете – воровство.
4. Всегда рассказывай взрослым о проблемах в сети - они всегда помогут.

5. Используй настройки безопасности и приватности, чтобы не потерять свои аккаунты в соцсетях и других порталах.

### МОЖНО!

1. Уважай других пользователей.
2. Пользуешься Интернет-источником - делай ссылку на него.
3. Открывай только те ссылки, в которых уверен.
4. Общаться за помощью взрослым - родители, опекуны и администрация сайтов всегда помогут.

### **БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В ИНТЕРНЕТЕ**

С каждым годом молодежи в интернете становится больше, а школьники одни из самых активных пользователей Интернета. Между тем, помимо огромного количества возможностей, интернет несет и проблемы. Эта памятка должна помочь тебе безопасно находиться в сети.

### **СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ**

1. Ограничь список друзей. У тебя в друзьях не должно быть случайных и незнакомых людей.
2. Защищай свою частную жизнь. Не указывай пароли, телефоны, адреса, дату твоего рождения и другую личную информацию. Злоумышленники могут использовать даже информацию о том, как ты и твои родители планируете провести каникулы.
3. Защищай свою репутацию - держи ее в чистоте и задавай себе вопрос: хотел бы ты, чтобы другие пользователи видели, что ты загружаешь? Подумай, прежде чем что-то опубликовать, написать и загрузить.
4. Избегай групп и пользователей, говорящих на языке насилия и

ненависти, призывающих к тем действиям, которые никогда бы не одобрили твои родители.

5. Если ты говоришь с людьми, которых не знаешь, не используй свое реальное имя и другую личную информации: имя, место жительства, место учебы и прочее.
6. Избегай размещения фотографий в Интернете, где ты изображен на местности, по которой можно определить твое местоположение.
7. При регистрации в социальной сети необходимо использовать сложные пароли, состоящие из букв и цифр и с количеством знаков не менее 8.
8. Для социальной сети, почты и других сайтов необходимо использовать разные пароли. Тогда если тебя взломают, то злоумышленники получат доступ только к одному месту, а не во все сразу.

## КИБЕРБУЛЛИНГ

Кибербуллинг — преследование сообщениями, содержащими оскорбления, агрессию, запугивание; хулиганство; социальное бойкотирование с помощью различных интернетсервисов.

Основные советы по борьбе с кибербуллингом:

1. Не бросайся в бой. Лучший способ: посоветоваться как себя вести и, если нет того, к кому можно обратиться, то вначале успокоиться. Если ты начнешь отвечать оскорблениями на оскорбления, то только еще больше разожжешь конфликт.
2. Анонимность в сети мнимая. Существуют способы выяснить, кто стоит за анонимным аккаунтом.

3. Не стоит вести хулиганский образ виртуальной жизни. Интернет фиксирует все твои действия и сохраняет их. Удалить их будет крайне затруднительно.
4. Игнорируй единичный негатив. Одноразовые оскорбительные сообщения лучше игнорировать. Обычно агрессия прекращается на начальной стадии.
5. Бан агрессора. В программах обмена мгновенными сообщениями, в социальных сетях есть возможность блокировки отправки сообщений с определенных адресов.
6. Если ты свидетель кибербуллинга. Твои действия: выступить против преследователя, показать ему, что его действия оцениваются негативно, поддержать жертву, которой нужна психологическая помощь, сообщить взрослым о факте агрессивного поведения в сети.

## ОНЛАЙН ИГРЫ

Современные онлайн-игры - это красочные, захватывающие развлечения, объединяющие сотни тысяч человек по всему миру. Игроки исследуют данный мир, общаются друг с другом, выполняют задания, сражаются с монстрами и получают опыт. За удовольствие они платят: покупают диск, оплачивают абонемент или приобретают какие-то опции.

Все эти средства идут на поддержание и развитие игры, а также на саму безопасность: совершенствуются системы авторизации, выпускаются новые патчи (цифровые заплатки для программ), закрываются уязвимости серверов.

В подобных играх стоит опасаться не столько своих соперников, сколько

кражи твоего пароля, на котором основана система авторизации большинства игр.

Основные советы по безопасности твоего игрового аккаунта:

1. Если другой игрок ведет себя плохо или создает тебе неприятности, заблокируй его в списке игроков.
2. Пожалуйся администраторам игры на плохое поведение этого игрока, желательно приложить какие-то доказательства в виде скринов.
3. Не указывай личную информацию в профайле игры.
4. Уважай других участников по игре.
5. Не устанавливай неофициальные патчи и моды.
6. Используй сложные и разные пароли.
7. Даже во время игры не стоит отключать антивирус. Пока ты играешь, твой компьютер могут заразить.

## ЦИФРОВАЯ РЕПУТАЦИЯ

Цифровая репутация - это негативная или позитивная информация в сети о тебе. Компрометирующая информация, размещенная в интернете может серьезным образом отразиться на твоей реальной жизни. «Цифровая репутация» - это твой имидж, который формируется из информации о тебе в интернете.

Твое место жительства, учебы, твое финансовое положение, особенности характера и рассказы о близких - все это накапливается в сети.

Многие подростки легкомысленно относятся к публикации личной информации в Интернете, не понимая возможных последствий. Ты даже не

сможешь догадаться о том, что фотография, размещенная 5 лет назад, стала причиной отказа принять тебя на работу. Комментарии, размещение твоих фотографий и другие действия могут не исчезнуть даже после того, как ты их удалишь. Ты не знаешь, кто сохранил эту информацию, попала ли она в поисковые системы и сохранилась ли она, а главное: что подумают о тебе окружающие люди, которые найдут и увидят это. Найти информацию много лет спустя сможет любой - как из добрых побуждений, так и с намерением причинить вред. Это может быть кто угодно.

Основные советы по защите цифровой репутации:

1. Подумай, прежде чем что-то публиковать и передавать у себя в блоге или в социальной сети;
2. В настройках профиля установи ограничения на просмотр твоего профиля и его содержимого, сделай его только «для друзей»;
3. Не размещай и не указывай информацию, которая может кого-либо оскорблять или обижать.