



Vadovas tėvams apie vaikų apsaugą internete



ENJOY SAFER TECHNOLOGY™

Įžanga

Vaikai yra didžiausias mūsų turtas, jie yra mūsų ateitis. Mes, ESET kompanija, tai žinome – esame tokie patys tėvai kaip ir Jūs. Lygiai taip pat jaučiame atsakomybę tinkamai auklėti ir saugoti vaikus nuo įvairių pavojų, nepaisant to, kad šiandien ši atsakomybė susiduria su milžiniškais iššūkiais.

Su itin moderniais ir išmaniais mobiliaisiais įrenginiais bei greitai besivystančia kalba, tėvai susiduria su didžiuliu spaudimu mokytis savarankiškai tam, kad vėliau galėtų viso to išmokyti savo vaikus.

Šis vadovas tiesia Jums pagalbos ranką ir paaiškina, kurie aspektai yra svarbiausi, norint užtikrinti saugią vaiko patirtį internete.



Kas turėtų su jais pasikalbėti?

Nepaisant to, kad jausitės nepatogiai, tuo žmogumi turėtumėte būti jūs.

Jūsų duktė ar sūnus vaikystėje sutiks daugybę žmonių – gimines, draugus ar mokytojus, kurie suvaidins labai svarbius vaidmenis jų gyvenime.

Visgi, nei vienas iš jų negali perimti Jūsų – tėvų rolės. Vaiko akimis, Jūs esate tie, kurie žino visus atsakymus ir gali patarti, kaip elgtis toliau.

Kada turėtumėte su jais pasikalbėti?

Dabar arba kaip galima greičiau.

Kai jūsų vaikas taps didesnis, iškils naujos problemos. Nuoširdus ir atviras patarimas bet kurioje situacijoje gali tapti lemiamu žingsniu, kuris stumtels Jūsų vaiką reikiama linkme. Pokalbis yra labai efektyvi priemonė, ypač kai kalbame apie kibernetinį pasaulį.

Tam tikru momentu vaikas pradeda rodyti susidomėjimą Jūsų planšetiniu kompiuteriu, išmaniuoju telefonu ar kompiuteriu. Jūsų užduotis yra paaiškinti jiems, kad tai, ką jie apskritai žino apie saugumą, galioja ir internete. Paprasčiau tariant, priemonės pasikeitė, bet grėsmės liko tos pačios.

Tėvai ne tik moko savo vaikus, bet ir mokosi iš jų

Ar jaučiatės taip, lyg Jūsų vaikas žino daugiau apie kompiuterines technologijas nei Jūs? Esate ne vieninteliai tėvai, susiduriantys su šiuo sunkumu.

Kol šių dienų nepilnamečiai, atrodo, gimė su išmaniuoju telefonu rankose, daugelis suaugusiųjų įgūdžius naudotis šiais įrenginiais įgijo gerokai vėliau.

Visgi, tai nereiškia, kad Jūsų vaikas turėtų nustatyti naudojimosi kompiuteriu namuose taisykles. Žinojimas, kaip naudotis internetu, nėra lygus supratimui, kokį poveikį gali sukelti kiekvienas tavo žingsnis internete.

Jums, kaip tėvams, nėra būtina žinoti daugiau nei vaikai apie tai, kas dedasi virtualiame pasaulyje. Bet būkite pasiruošę padėti, jei

kartais Jūsų vaikas susidurs su nepažįstama situacija, kuriai tiesiog reikia turėti daugiau patirties.

Svarbu į diskusiją įtraukti vaiką. Todėl sukurkite jiems patogią aplinką klausti atvirai, kur jie visada žinotų, kas šiuo metu vyksta naujo.



Ką daryti, kai mano vaikas yra tokio amžiaus?

Žemiau mes dalinamės pagrindinėmis taisyklėmis ir įrankiais, kurie padės užtikrinti saugesnę vaiko elgseną internete jo amžiaus grupėje.

IKI 10-IES METŲ AMŽIAUS

1. Būkite šalia, kai vaikai pirmą kartą susidurs su internetu

Įsitikinkite, kad būsite šalia, kai Jūsų vaikas žengs pirmuosius žingsnius interneto pasaulyje. Pirmasis vaiko kontaktas su internetu yra gera proga Jums prisėsti šalia ir pagelbėti šiame naujame nuotykyje.

2. Nustatykite naudojimosi taisykles

Nustatykite pagrindines taisykles naudojantis internetu. Gera praktika rodo, jog efektyvu yra nustatyti tam tikras valandas, kada galima ir negalima naudotis internetu.

3. Būkite geras pavyzdys

Vaikai tėvų elgesį dažniausiai priima kaip pavyzdį. Tiek realiame gyvenime, tiek ir internete, ši taisyklė galioja vienodai. Jei šeimos nariai naudodamiesi kompiuteriu elgiasi tinkamai, tai automatiškai persiduos ir jų vaikams.



NUO 11 IKI 14 METŲ

1. Naudokite tėvų kontrolės įrankius

Pasinaudokite šiuolaikinių technologijų privalumais. Programėlė ESET Parental Control suteikia galimybę blokuoti svetaines ar tam tikras puslapių kategorijas, kurios pateikia netinkamą turinį vaikams, taip pat leidžia nustatyti laiko limitus žaidimams ir naršymui internete. Tuo pačiu programa leidžia vaikui prašyti Jūsų leidimo apsilankyti tam tikrame puslapyje ar prailginti žaidimams skirtą laiką, jei vaikai yra atlikę jiems skirtus darbus.

2. Išmokykite juos dalintis tik ta informacija, kuri jų neidentifikuoja

Vaikams reikia labai aiškiai pasakyti, kad ne kiekvienas internete sutiktas žmogus yra jų draugas ir kad kai kurie ten esantys žmonės netgi gali juos nuskriausti. Paaiškinkite, kodėl yra nesaugu dalintis namų adresu, telefonu, mokykla ar popamokine veikla, kuria jie užsiima

ir t.t. Jūsų vaikai prieš dalindamiesi potencialiai jautriomis nuotraukomis internete turėtų su Jumis pasitarti.

3. Palaikykite atvirą pokalbį

Paskatinkite savo vaiką atvirai bendrauti su Jumis ir nesivarždami klauskite apie jų patirtį internete. Jei įmanoma, pasistenkite įkurdinti kompiuterį tame kambaryje, kuriame visa šeima leidžia vakarus, ir kur vaikas gali būti nuolatos prižiūrimas.



NUO 15 IKI 18 METŲ AMŽIAUS

1. Niekas neturi žinoti jų slaptažodžių

Mes žinome, kokie sudėtingi gali būti paaugliai, visgi, įsitikinkite, kad naudojantis slaptažodžiu jie elgiasi tinkamai. Juk slaptažodis – tai raktas į Jūsų namus. Gerbkite paauglių privatumą, bet tuo pačiu įsitikinkite, kad jie neperduoda ir niekada neperduos ar nepaskolins jokio slaptažodžio nepažįstamam žmogui tiek gyvai, tiek internetu.

2. Greitai reaguokite į priekabiavimą internete ar kibernetines patyčias

Ar prisimenat peštukus Jūsų klasėje? Didelį vaiką, kuris apsunkindavo visų mokslų gyvenimą? Šiais laikais daugelis jų patyčių persikėlė į moderniąsias technologijas, ir dabar peštukai slepiasi internete. Nepasikeitė tik jų įprotis psichologiškai žaloti kitus. Todėl vaikai, susidūrę su tokia patirtimi, kaip galima greičiau turi informuoti savo tėvus.

3. Finansinės operacijos yra tik suaugusiesiems

Pirkti internetu neturėtų būti problema, jei visa tai yra atlikta atsargiai. Kol vaikai ne visai supranta, kad prieš siunčiant bet kokius asmeninius duomenis reikia apgalvoti, kam ši informacija pateikiama, jie tai turėtų daryti tik su tėvų priežiūra.



Kibernetinės saugumo žodynėlis

Namuose ar mokykloje

Nepaisant to, kad buvimas tėvais užkrauna Jums atsakomybę už savo vaikų saugumą internete, tai dar nereiškia, jog šią sunkią naštą turite nešti vieni patys. Peržiūrėkite, kokias programas siūlo Jūsų vaiko mokykla, ar joje yra pamokų apie saugų elgesį internete. Be to, jei šį kursą veda populiarius mokytojas, jis gali tapti labai svarbiu pavyzdžiu Jūsų paaugliui, kuris šiuo metu atsisako klausyti savo tėvų patarimų. Pagrindai apie saugų elgesį internete, kuriuos Jūs suteikėte savo vaikui, mokykloje gali būti lygiai taip pat svarbūs.

Tėvų kontrolė

Įsivaizduokite, kad turite programėlę, kuri gali nustatyti valandas, kada Jūsų vaikas gali naudotis internetu, riboti netinkamo turinio svetainių pasiekiamumą, leisti arba riboti žaidimų laiką ar nustatyti, kur šiuo metu yra Jūsų vaikas. Tokio tipo pagalba vadinasi tėvų kontrolės programomis, kurios padeda sužinoti, kuo Jūsų sūnus ar dukra domisi internete.

Kita vertus, programa turėtų leisti vaikams išsakyti ir savo nuomonę. Tol, kol atrodo, jog jie neturi jokios galios ar suvaržymai yra per šiurkštūs, tai tik skatins juos apeiti taisykles.

Socialiniai tinklai

Pagalvokite apie visus savo klasės draugus, draugus ir pažįstamus, kuriuos Jūs kažkada esatę sutikę. Dabar surinkite juos visus į vieną kambarį ir leiskite tarpusavy pasikalbėti apie tai, ką jie šiuo metu veikia, parodyti visiems savo atostogų nuotraukas ir mėgstamiausius vaizdo įrašus. Taip šiandien iš esmės veikia socialiniai tinklai, leidžiantys vartotojams organizuoti renginius, bendrauti su kitais žmonėmis individualiai ar grupėse ir matyti, kuo jie gyvena.

Kokie yra pagrindiniai pavojai?

Kenkėjiškos programos

Kenkėjiškų programų tikslas – įvairiais būdais ir formomis pakenkti kompiuteriui. Kai kurios gali užšifruoti failus Jūsų kompiuteryje, kitos – šnipinėti Jus pačius ar parsisiųsti kitas pavojingas programas, galinčias pakenkti kompiuterio darbui.

Daugeliu atveju, užpuolikų apgauti vartotojai ar Jų vaikai padaro lemtingą klaidą, kuri užkrečia jų kompiuterį. Naudojant patikimus [saugos sprendimus](#) ir vadovaujantis [gerosiomis praktikomis](#), galite sumažinti riziką būti užpultam tokių kenkėjų.

Brukalas

Tai yra visi nepageidaujami, beveik visiškai laiškai, kurie kiekvieną dieną plūsta į Jūsų el. pašto dėžutes. Dažniausiai tokio tipo laiškai yra susiję su reklamomis, kvietimais apsilankyti tam tikrame puslapyje su neįtikėtinais pasiūlymais, dažniausiai slepiančiais potencialią grėsmę.

Apgavystės

Tai yra melagingi veiksmai, atliekami internetu. Jie gali pasireikšti įvairiomis formomis, taip pat ir brukalu, jei yra naudojamos socialinės inžinerijos technikos. Tokiais atvejais, užpuolikai stengdamiesi pasiekti Jūsų konfidencialią informaciją, kažką pardavinėja, apsimetinėja kolegomis ar netgi Jūsų asmeninio banko atstovais. Melagingos žinutės, prašančios Jūsų socialinės paskyros ar kitų prisijungimo duomenų per internetą, yra dažniausias sutinkamas apgaulės pavyzdys.

Kibernetinės patyčios

Šis priešiškas elgesys dažnu atveju yra nukreiptas į vaikus. Aukos kibernetinėje erdvėje yra gąsdinamos ir žeminamos bendraamžių, dažniausiai paauglių. Tai gali stipriai paveikti vaiko psichiką, sukeliant jam ar jai emocinę traumą. Kibernetinės patyčios dažniausiai vyksta internete, bet telefonai ar žaidimų platformos taip pat neturi imuniteto šiam kenkėjiškam elgesiui.

Priekabiavimas

Jis vyksta tuomet, kai suaugusieji, kurdami palankią, draugišką ir pasitikėti verčiančią aplinką, įtikina vaikus atlikti įvairius seksualinius veiksmus. Daugeliu atveju tam, kad užmegztų artimesnius santykius ir taip galėtų lengviau suorganizuoti susitikimą gyvai, suaugusieji apsimetinėja vaikais. Tad Jums, kaip tėvams, yra labai svarbu stebėti, su kokiais žmonėmis bendrauja Jūsų vaikas internete.

Erotinės žinutės

Kaip sufleruoja ir pats pavadinimas, ši veikla yra susijusi su erotinio turinio el. laiškais. Tobulėjant technologijoms nerimą kelia tai, kad nuo šiol galima susirašinėti ne tik tekstinėmis žinutėmis, bet ir keistis nuotraukomis ar vaizdo įrašais. Šiuo atveju, tai taip pat tapo įprastu dalyku, ypač dabar, kai vaikai nuolatos naudojami savo mobiliais įrenginiais.

Informacijos vagystė

Visa informacija, kuri yra interneto pasaulyje be būtinų atsargumo priemonių, gali būti perimta trečiųjų šalių. Ir dažnu atveju tai ir yra pagrindinis kenkėjų tikslas. Dažniausiu taikiniu tampa Jūsų ar Jūsų vaiko asmeninė informacija. Pakliuvus į tokias pinkles, geriausia kas gali nutikti – prarasite šeimos pinigus, blogiausia – įvyks tapatybės vagystė.



Mūsų pasiūlymai

1. Naudokite tėvų kontrolės įrankius

Jais galite naudotis tiek naršyklėje, tiek antivirusinėje programoje. Vieną iš rekomenduojamų įrankių rasite [ESET Smart Security](#) 9 versijoje. Taip pat specialioje programėlėje [ESET Parental Control for Android](#). Šie įrankiai taip pat veikia žaidimų konsolėse, kaip „NintendoWii“ ir „Xbox 360“.

2. Neleiskite vaikui siųsti konfidencialios informacijos internetu

Jautrios informacijos niekada neturi būti prašoma el. paštu ar pokalbių svetainėse. Tuo labiau, tokiu būdu bankai tikrai neprašo Jūsų sąskaitos duomenų ar PIN kodų. Saugumui užtikrinti šių duomenų geriau neperduokite ir savo vaikams.

3. Neatsakinėkite net ir į elementariausias persekiojimo žinutes

Jei Jūsų vaikas yra kibernetinių patyčių auka, jis ar ji neturėtų atsakyti tuo pačiu. Paaiškinkite, kad persekiotojas nori išprovokuoti tokią reakciją – jos ar jo agresyvumą. Jei Jūs susiduriate su tokio pobūdžio situacija ir jei ši pasikartoja vėl, informuokite atitinkamas institucijas. Beje, niekada neištrinkite jokios užgaulios žinutės, tai gali tapti Jūsų įkalčiaus ateityje.

4. Ne viskas, ką matote internete, yra tiesa

Ne visa informacija, kurią galite rasti internete, yra patikimi šaltiniai, todėl vaikui svarbu atpažinti skirtumus. Sukurkite blog`ą, kuriame galėsite kelti informaciją ir pademonstruoti vaikui, kaip lengva yra patalpinti informaciją internete ir manipuliuoti turiniu.

5. Užmegzkite pokalbį

Kai kalbame apie vaikų saugumą, Jūsų tarpusavio ryšys su vaiku yra itin svarbus. Kur kas produktyviau yra skatinti vaikus kalbėtis apie asmenines baimes, nei kad skirti jiems bausmę. Gera aplinka ir atviras pokalbis, nesvarbu, internetu ar realiame gyvenime, gali tapti raktu į saugesnę vaiko ateitį.

6. Jei Jūs kažką paskelbiate internete, ši informacija ten pasilieka amžiams

Įspėkite savo vaikus, kad viskas, kas įkeliama į internetą, ten pasilieka amžiams. Be to, jie nebegali pilnai kontroliuoti šio proceso, tad įkelta informacija gali pasidalinti bet kas, netgi nepažįstami. Paaiškinkite, kad geriausia nesidalinti nuotraukomis, įrašais ar kitu turiniu, kurio jie nenorėtų parodyti tėvams ar seneliams. Ši taisyklė galioja visoms interneto platformoms – socialiniams tinklams, susirašinėjimams, tinklaraščių rašymui ar komentavimui.

5 papildomi patarimai tėvams

- 1:** Kompiuteryje ar kitame įrenginyje sukurkite vartotojo paskyrą savo vaikui. Tai yra pirmasis žingsnis, norint stebėti jos ar jo veiklą internete. Sistemos administratoriaus vaidmuo visuomet turėtų atitekti suaugusiajam.
- 2:** Visuomet atnaujinkite tėvų kontrolės įrankius ir antivirusinę programą.
- 3:** Sekite vaiko naršymo istoriją. Jei ji ištrinta, turite progą pasikalbėti.
- 4:** Prižiūrėkite interneto kamerą. Įsitikinkite, kad kai ja nėra naudojama, ši yra išjungta ar uždengta.
- 5:** Patikrinkite vaiko socialinių tinklų nustatymus. Profilis, kuriuo yra naudojama viešai, be jokių ribojimų, jauną žmogų gali pastūmėti į pavojų.



Išvados

Šiais laikais sprendimas drausti savo vaikams naudotis technologijomis nėra išeitis. Tai yra jų kasdienybės dalis, itin svarbi normaliam jų vystymuisi. Vietoj įvairių draudimų, varžymų, padėkite savo vaikams išmokti saugiai naudotis technologijomis ir visuomet sekite ryšį tarp įrenginio ir vaiko. Svarbu pabrėžti, kad daugelis grėsmių internete gali paveikti ir suaugusiuosius, tad daugelis čia minėtų atsargumo priemonių turėtų būti naudojamos bet kokioje situacijoje nepriklausomai nuo amžiaus.

Vaikų saugumas yra visų atsakomybė, ir patarimai, pateikiami šiame dokumente, padės suaugusiesiems apsaugoti nepilnamečius. Daugiau patarimų, informaciją apie mus ir mūsų sprendimus raste ESET interneto svetainėje ir Facebook socialiniame tinkle.

www.eset.lt

www.welivesecurity.com

Sekite mūsų naujienas: www.facebook.com/eset.antivirusine