

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОЛЬЗОВАНИЮ СОЦИАЛЬНЫМИ СЕТЯМИ И ONLINE-ИГРАМИ**

---

### **Установи свои рамки**

Используя социальные сети, либо любые другие онлайн-сервисы, позаботься о своей конфиденциальности и конфиденциальности твоей семьи и друзей.

Если ты зарегистрировался на сайте социальной сети, используй настройки конфиденциальности, для того чтобы защитить твой онлайн-профиль таким образом, чтобы только твои друзья могли его просматривать. Попроси своих родителей помочь с настройками, если сам затрудняешься. Это правило очень важно.

Храни свои персональные данные в тайне, особенно при общении во взрослых социальных сетях. Используй ник вместо своего настоящего имени на любом онлайн-сервисе, где много незнакомых людей может прочитать твою информацию. Спроси своих родителей прежде, чем сообщать кому-либо в интернете свое имя, адрес, номер телефона или любую другую персональную информацию.

Дважды подумай прежде, чем разместить или рассказать о чем-нибудь в онлайн-среде. Готов ли ты рассказать об этом всем, кто находится в онлайн-среде: твоим близким друзьям, а также посторонним людям? Помни, что, разместив информацию, фотографии или любой другой материал в сети, ты уже никогда не сможешь удалить его из интернета или помешать другим людям использовать его.

Прежде чем ввести любую информацию о себе на каком-либо сайте, узнай, как может быть использована эта информация. Может ли быть опубликована вся информация или ее часть и, если «да», то где? Если ты испытываешь дискомфорт от объема запрашиваемой информации, если ты не доверяешь сайту, не давай информацию. Поищи другой похожий сервис, для работы с которым требуется меньше информации, или его администрация обещает более бережно обращаться с твоими данными.

### **Принятие приглашений/дружбы**

Большинство людей, с которыми ты общаешься в онлайн-среде, вероятно, уже являются твоими друзьями в реальной жизни. Ты также можешь установить контакт с друзьями твоих друзей. Очень часто это может быть забавным, однако готов ли ты действительно считать “другом” и поделиться информацией с фактически незнакомым тебе человеком, так же как ты делишься со своими лучшими друзьями?

В сети ты можешь общаться с людьми, ранее тебе неизвестными. Ты можешь получать просьбы от незнакомцев, которые хотели бы, чтобы ты включил их в твой список контактов и иметь возможность видеть твой профиль, но тебе не обязательно принимать их. Нет ничего плохого в том, чтобы отклонить приглашения, если ты в них не уверен. Получение большего количества контактов не является целью общения в социальной сети.

### **Это важно!**

Игнорируй плохое поведение других пользователей, уйди от неприятных разговоров или с сайтов с некорректным содержанием. Как и в реальной жизни, существуют люди, которые по разным причинам ведут себя агрессивно, оскорбительно или провокационно по отношению к другим или хотят распространить вредоносный контент. Обычно лучше всего игнорировать и затем заблокировать таких пользователей.

Не размещай ничего такого, о чем ты бы не хотел, чтобы узнали другие, чего ты бы никогда не сказал им лично.

Уважай контент других людей, который ты размещаешь или которым делишься. Например, фотография, которую тебе дал друг, является его собственностью, а не твоей. Ты можешь размещать ее в онлайн-среде только, если у тебя есть на это его разрешение, и ты должен указать, откуда ты ее взял.

Важно воздерживаться от ответа на провокационные сообщения, получаемые при помощи сообщений SMS, MMS, программ мгновенного обмена сообщениями, в электронных письмах, в чатах или во время общения в онлайн-среде с другими пользователями. Вместо этого тебе нужно предпринять шаги, которые помогут исключить или ограничить попытки спровоцировать тебя. Например:

- 1) многие игры позволяют исключать неприятных или нежелательных игроков;
- 2) очень часто можно сохранить оскорбительный текст из чата и отправить его модератору или администрации сайта;
- 3) большинство программ электронной почты позволяют включать фильтры для блокировки нежелательных входящих электронных писем.

### **Если тебя запугивают в онлайн-среде:**

Игнорируй. Не отвечай обидчику. Если он не получает ответа, ему может это наскучить, и он уйдет.

Заблокируй этого человека. Это защитит тебя от просмотра сообщений конкретного пользователя.

Расскажи кому-нибудь. Расскажи своей маме или папе, или другому взрослому, которому доверяешь.

Сохрани доказательства. Это может быть полезным для поиска того, кто пытался тебя запугать. Сохрани в качестве доказательств тексты, электронные письма, онлайн-разговоры или голосовую почту.

### ***Сообщи об этом:***

#### Руководству твоей школы.

Образовательное учреждение должно иметь свою политику для ситуации с запугиванием.

Твоему интернет-провайдеру, оператору мобильной связи или администратору веб-сайта.

Они могут предпринять шаги, для того чтобы помочь тебе.

#### В полицию.

Если ты считаешь, что существует угроза для твоей безопасности, то кто-нибудь из взрослых, либо ты сам должен обратиться в правоохранительные органы.

На линию помощи «Дети онлайн» по телефону: 88002500015 (по России звонок бесплатный) или по e-mail: [helpline@online.org](mailto:helpline@online.org).

Специалисты подскажут тебе, как лучше поступить.

### **Игра в онлайн-игры**

Если другой игрок ведет себя неприлично или заставляет тебя чувствовать дискомфорт, заблокируй его в своем списке игроков. Ты также можешь сообщить о нем модератору игры.

Ограничь свое игровое время, для того чтобы ты смог сделать другие вещи, такие как домашние задания, работу по дому.

Храни персональную информацию в тайне.

Не забудь выделить время для реальной жизни, для твоих друзей, занятий спортом и другой интересной деятельности.