

امنیت در اینترنت برای خانواده شما
بهمن ماه ۱۳۹۳

مؤلفه	اسدی، امیر حسین، ۱۳۵۷ -
عنوان و نام پبلیشر	امنیت در اینترنت برای خانواده شما نویسنده امیر حسین اسدی.
مشخصات نشر	تهران: اندیشه آفرینش، ۱۳۹۳ -
مشخصات ظاهری	۱۰۴ ص: مصور.
شابک	۷۰۰۰۰ ریال 94106-4-4: 978-600
وضعیت فهرست نویسی	بیا
موضوع	اینترنت - تدابیر ایمنی
موضوع	اینترنت و کودکان - اینترنتی های ایمنی
موضوع	اینترنت و نوجوانان - اینترنتی های ایمنی
موضوع	امنای مجازی - تدابیر ایمنی
رده بندی کنگره	TK ۵۱۰/۵۹/الف۴۸۰ ۱۳۹۳
رده بندی دیویی	۸/۰۰۵
شماره کتابشناسی ملی	۳۷۵۷۸۵۰

امنیت در اینترنت برای خانواده شما

نویسنده: امیر حسین اسدی

ناشر: اندیشه آفرینش

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۳

شمارگان: ۷۰۰

قیمت: ۷۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۴۱۰۶-۴-۴

تهران: خیابان علی مهدی - پلاک ۲۲ - واحد ۲ تلفن: ۵۵۶۵۱۵۵۹

فهرست

- چه سنی برای آغاز استفاده از کامپیوتر و اینترنت مناسب است؟ ۱۵
- برخورد والدین چگونه باید باشد؟ ۱۶
- کودکان و نوجوانان در اینترنت به دنبال چه هستند؟ ۱۷
- چه خطراتی شما و کودکان و نوجوانان شما را تهدید می کند؟ ۱۹
- قرار گرفتن در معرض اطلاعات نامناسب ۱۹
- قمار و شرط بندی ۱۹
- مواد مخدر، الکل، تنباکو ۲۰
- صدمات جسمی ۲۰
- پیام های آزاردهنده ۲۱
- مشکلات مالی و قانونی ۲۱
- تجاوز به حریم خصوصی ۲۱
- اتلاف وقت و انرژی کودک ۲۲
- مشکلات جسمی ۲۳
- تأثیر اینترنت بر روی مهارت های اجتماعی: ۲۵
- اعتیاد اینترنتی: ۲۶

- ۲۶ نشانه‌های اعتیاد اینترنتی
- ۳۴ بازی‌های رایانه‌ای:
- ۳۵ ۷.۱ محتوای بازی‌های رایانه‌ای
- ۳۶ ۷.۲ تجارت‌گرایی
- ۳۶ ۷.۳ محافظت از کودکان و نوجوانان در بازی‌های رایانه‌ای
- ۳۸ ۷.۴ تا چه اندازه به فرزند خود برای بازی در فضای مجازی زمان بدهیم؟
- ۳۹ ۷.۵ مضرات جسمی بازی‌های رایانه‌ای
- ۴۰ اینترنت و خانواده:
- ۴۱ ۸.۱ پیوند خویش را با فرزندان تقویت کنید
- ۴۳ ۸.۲ راهکارهایی برای ایجاد موقعیت به منظور برقراری ارتباط
- ۴۵ مقابله با تهدیدات اینترنتی
- ۴۷ کودکان و نوجوانان چقدر در مورد امنیت آنلاین اطلاعات دارند؟
- ۵۰ ده راه حل ساده برای حفاظت از کودکان در برابر تهدیدات سایبری
- ۵۰ محل کامپیوتر را به درستی انتخاب کنید.
- ۵۱ به خانواده آموزش دهید با حس مسئولیت‌پذیری ارتباط برقرار کنند.
- ۵۲ با کودکان در مورد ایجاد محدودیت و خطرات صحبت و توافق کنید
- ۵۲ با یکدیگر در مورد قوانین استفاده از رایانه‌های شخصی توافق کنید
- ۵۳ یک قرارداد امضا کنید

نرم افزارهای امنیتی نصب کنید. ۵۴

به کودکان یادآوری کنید افرادی که در اینترنت ملاقات می کنند غریبه هستند. ۵۶

نرم افزارهای امنیتی سیستم خود را چک کنید. ۵۸

با بزرگسالان دیگر صحبت کنید ۵۸

پیگیر و مطلع باشید. ۵۹

همچنان این نکات را رعایت کنید. ۵۹

رهنمود هایی برای والدین ۶۲

فعال باشید ۶۳

از برنامه های ارزیابی محتوای سایت ها و فیلترها استفاده کنید. ۶۳

با فرزند خود همراهی نمایید ۶۳

حمایت عاطفی از فرزندان را فراموش کنید ۶۴

کودکان را تشویق کنید تا به علایق دیگر خویش بپردازند. ۶۴

سرمشق خوبی برای آنها باشید ۶۴

زمان و مکان را کنترل کنید ۶۵

از کامپیوتر نهرا سید ۶۵

الف) با کودک خردسال خود صحبت کنید ۶۶

ج) از مرورگرها و موتورهای جستجویی که اختصاصاً برای کودکان طراحی شده‌اند استفاده کنید. ۶۸

الفبای امنیت آنلاین ۶۹

مواردی برای نونهالان ۸ تا ۱۲ سال ۶۹

الف) با فرزند نونهال خود صحبت کنید ۶۹

ج) چگونه جلوی کاربران را بگیریم و مسائل را گزارش کنیم ۷۲

الفبای امنیت آنلاین ۷۳

مواردی برای نوجوانان ۱۳ تا ۱۹ سال ۷۳

الف) با نوجوانان خود صحبت کنید ۷۳

ب) به نوجوانان خود گوشزد کنید افرادی که به صورت آنلاین در اینترنت

ملاقات می‌کنند، غریبه هستند. ۷۴

ج) پروفایل نوجوان خود را در سایت‌های شبکه‌های اجتماعی چک کنید ۷۵

مقدمه :

میلیون‌ها خانواده در سرتاسر جهان هر روز از اینترنت برای آموزش، تحقیق، خرید، فعالیت‌های بانکی، اشتراک عکس، بازی، دانلود فیلم و آهنگ، ارتباط با دوستان، یافتن دوستان جدید و ... استفاده می‌کنند. مهم‌ترین تغییراتی که این فناوری به وجود آورده در یک عبارت خلاصه شده و آن تبدیل جهان به یک دهکده جهانی است، بدین معنا که مردم نقاط مختلف در کشورهای سراسر کره زمین به مثابه یک دهکده امکان برقراری ارتباط با یکدیگر و دسترسی به آخرین اخبار و رویدادهای جهانی را دارند.

با وجود فواید بی‌شمار اینترنت و فرصت‌ها و آسودگی‌هایی که در اختیار افراد می‌گذارد، خطراتش به صورت فزاینده‌ای در حال افزایش است و هر روز خطرات جدیدی بروز پیدا می‌کند. کاربران اینترنت، علاوه بر نصب نرم‌افزارهای امنیتی که رایانه را از در مقابل هکرها محافظت می‌کنند، لازم است برخی قوانین پایه‌ای امنیت اینترنت را نیز رعایت کنند.

همزمان با اتصال اعضای خانواده به اینترنت، آموزش امنیت فضای مجازی، فارغ از سن افراد، باید آغاز شود. به این نکته نیز توجه داشته باشید، حتی اگر شما رایانه شخصی در منزل خود نداشته باشید، اما این وسیله تقریباً در همه مکان‌ها قابل دسترسی است - در مدارس، کتابخانه‌ها، خانه دوستان و یا کافی‌نت‌ها؛ بنابراین آگاهی از اصول اولیه امنیت فضای مجازی برای همگان ضروری به نظر می‌رسد.

اینترنت مکانی گسترده برای کودکان است تا بیاموزند و سرگرم شوند؛ اما این مکان می‌تواند برای آن‌ها خطرناک نیز باشد. استفاده کنترل نشده از رایانه به‌ویژه وقتی با دیگر فناوری‌ها از قبیل تلویزیون همراه باشد کودک را

در معرض خطر اثرات مضر آن بر تکامل فیزیکی، اجتماعی و روانی قرار می‌دهد که از آن‌ها می‌توان به مشکلات بینایی، صدمات سیستم اسکلتی، چاقی، اثر بر مهارت‌های اجتماعی، مشکلات ارتباطی در خانواده و اعتیاد الکترونیکی اشاره کرد که در صورت استفاده صحیح از رایانه می‌توان از اثرات مثبت آن بهره‌مند گردید.

همچنین اینترنت می‌تواند بستر بسیار مناسبی برای افرادی باشد که قصد سوءاستفاده، ایجاد مزاحمت و ... را دارند. وجود افراد بی‌اطلاع، سهولت در برقراری ارتباط، ناشناس بودن و ... اینترنت را بستری مناسب برای فعالیت این افراد کرده است. این سوءاستفاده‌ها می‌تواند شامل فریب کودکان، مزاحمت سایبری، فروش مواد مخدر، کلاهبرداری‌های رایانه‌ای و ... باشد. کودکان به دلیل کنجکاوی و نیز عدم آگاهی سوزده‌های مناسبی برای این گونه افراد هستند. سوءاستفاده از کودکان می‌تواند حتی به مزاحمت و یا به آسیب جسمی به آنان ختم شود.

با رعایت نکاتی هنگام استفاده از رایانه می‌توان مطمئن شد که استفاده از رایانه زندگی کودکان را در حال و آینده بهبود می‌بخشد. لذا از آنجایی که رایانه در همه جای زندگی حاضر است، مهم است که بدانیم چگونه این فن‌آوری می‌تواند رشد و تکامل کودکان را بهبود بخشد یا منحرف نماید و راه‌های کنترل آن چیست؟

در این نوشتار سعی داریم به مواردی که والدین باید در مورد کودکانشان در استفاده از رایانه و اینترنت توجه داشته باشند، بپردازیم. به امید اینکه این راهنما بتواند به والدین در حفاظت از کودکان و نوجوانان از خطرات اینترنتی کمک نماید.

واقعیت‌هایی در مورد اینترنت

- هر ۳۹ ثانیه یک بار، کامپیوترهای متصل به اینترنت را مورد حمله قرار می‌دهند.