

# Children's Online Safety

儿童网络安全家长小贴士

家长需要知道的几件事



Children's Online Safety  
儿童网络安全家长小贴士

家长需要知道的几件事

## 前言

当1岁多的宝宝在婴儿座椅里看着手机才肯张嘴吃饭，家长是否反思过这种“电子保姆”式养娃的长远影响？

当5岁的孩子在平板电脑上欢乐地看着动画片时，家长是否担心他会不小心接触到可怕的邪典视频？

当10岁的孩子在社交媒体上被欺凌和骚扰，家长是否深深觉得愤怒和无力？

当12岁的孩子熟练地把自己的视频和图片传到网上，家长是否担心网上阴暗角落里的坏人会对孩子伸出罪恶的黑手？

当14岁的孩子沉迷网络欲罢不能，家长是否感到了巨大的无奈和焦虑？

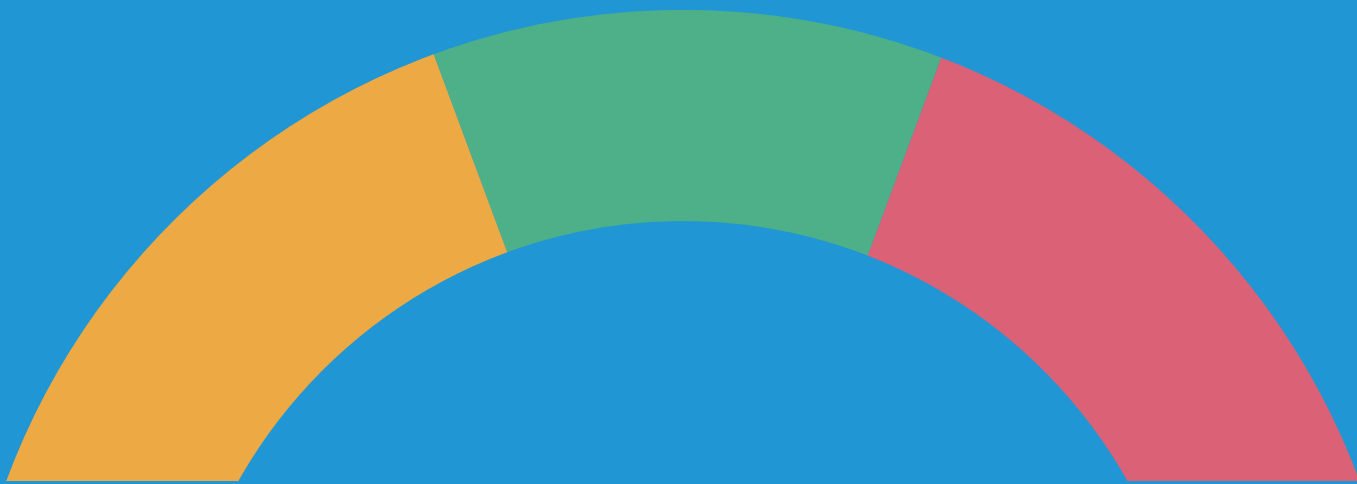
如果回答“是”，那您可以花一点时间，看看下面的文字。

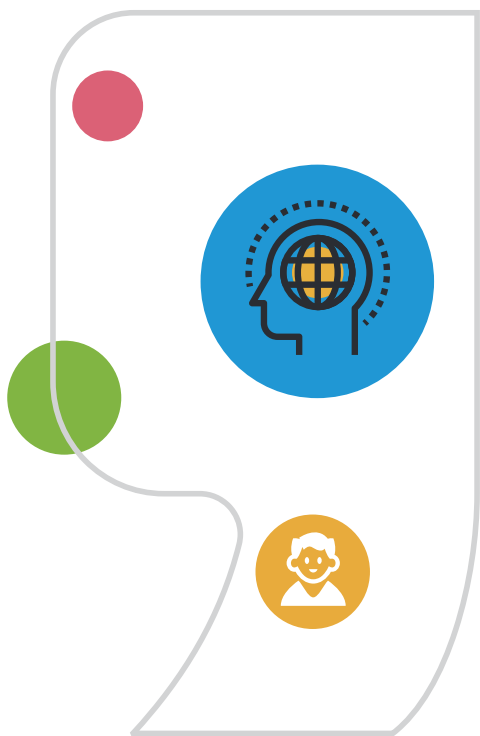




# 沟通 理解 陪伴

家长如何引导孩子安全上网





也许这才是我们焦虑的根本：今天的孩子离不开互联网，但是，怎样让网络带给他们的好处最大化，又尽量让他们避开互联网阴暗角落的风险呢？

如果说我们中的一些人还可以怀旧地想起“前互联网时代”的话，那么今天的大部分孩子都是货真价实的“网络原住民”，他们从小就面对着一个无所不在的网络世界。对于他们而言，上网也许就像呼吸与吃喝一样自然，网络就是他们所理解的世界和生活的一部分。

互联网为孩子们带来的机遇和益处显而易见，不需要在这里一一列举。数字化生存，游戏化学习和工作，可能都是他们要面对的未来。网络素养，已经成为孩子们应对世界的必备技能。

也许这才是我们焦虑的根本：今天的孩子离不开互联网，但是，怎样让网络带给他们的好处最大化，又尽量让他们避开互联网阴暗角落的风险呢？

家长是孩子成长过程中最重要的老师、朋友和榜样，家长在互联网使用过程中对孩子的陪伴、引导和保护，对于孩子的健康发展是至关重要也是不可替代的。事实上，关注网络对孩子日常生活的影响，了解如何引导孩子健康上网，应当是数字时代家长的一项重要责任和技能。

但身处瞬息万变的数字时代，整个社会仍在探索科技和人类发展之间的各种关系，谁也提供不了万试万灵的标准答案，那么，家长朋友们可以做点什么呢？

不如先让我们来听听孩子们自己是怎么说的吧。2018年，一群遍布全国各地的儿童调研员在同伴中进行了有关儿童互联网使用的调研。

在有关亲子关系的主题调研中，孩子们表示最不喜欢家长说的几句话包括：

“你看别人家的孩子/你看看人家”

“不许看手机/不许看电视/不许玩游戏”

“一天到晚就知道玩”

“真没用/笨”

孩子们觉得，这种以完全“否定”、比较、“不尊重”为主的话语，最“难听”。同时，儿童调研员们的结论中也提到，家长和孩子因为上网产生矛盾的主要原因是“误解”，以及“孩子和家长之间互相不信任”。孩子们建议家长与孩子之间互相约定好上网时长，增进亲子之间的理解，对待争执的问题双方要平等沟通，“孩子要理解父母的想法，父母对孩子不要摆高姿态，多信任孩子”。

这些儿童的心声，恰恰和儿童发展领域的相关理论高度吻合：**适度的尊重和理解，是健康亲子关系和有效家庭教育的前提。**缺乏有效沟通，孩子和家长之间将不可避免地横亘着一道鸿沟，孩子不再愿意把自己的兴趣、苦恼和困惑分享给家长，家长也无从知道孩子在上网过程中可能会遭到什么样的风险，更无法去真正帮到孩子，于是造就了一个个的“网络茧儿”。

那么如何“破茧而出”呢，我们给家长朋友的整体建议其实非常简单：

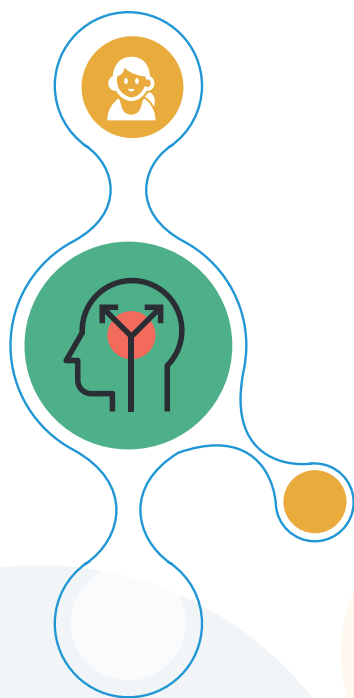
沟通

理解

陪伴

这六个字虽短，却是我们所有建议的重要基础，也是家庭网络安全教育的根本所在。只有与孩子保持良好的沟通，理解您的孩子在使用网络时的需求，在他们探索网络世界时提供足够的陪伴，您才能及时有效地教育和引导孩子安全健康地使用网络。

当然，这六个字说起来容易，做起来其实非常难。不但没有什么速成班和捷径可寻，更需要每个家庭根据具体情况，因人而异，个性化地使用。



首先，我们建议家长保持开放的心态，多了解信息互联网技术，比如有哪些新技术/平台/产品出现了？他们是如何被应用的？又带来了哪些好处和弊端呢？同时也多关注年轻人喜欢的网络文化，比如流行的网络平台、游戏、应用甚至用语等等。

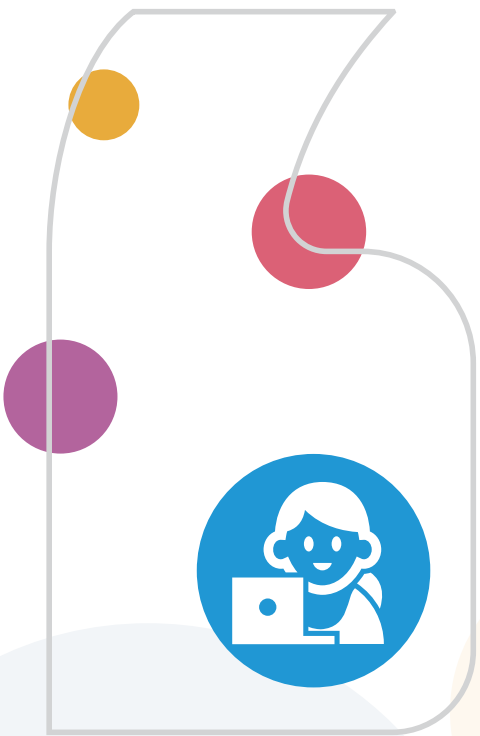
国内的相关调研表明，初中阶段，儿童在数字媒介使用方面各种行为的关键指标就已超越了他们的父母，而且随着年龄增长，儿童和家长都认为关于上网的知识孩子懂得比父母多。

但家长朋友们也不必灰心，孩子们其实并不需要你和他们对某个网络产品有着同样的热情，但至少可以表现出愿意倾听和了解的态度。这样，您才更有可能与孩子就上网问题进行有效交流，更好地理解孩子的网络生活体验，及时为孩子提供引导。

其次，家长可以主动和孩子沟通，及时了解孩子的上网情况，以便适时加以引导和设立规范。如同了解孩子生活的其他方面（比如学习）一样，家长朋友不妨尝试在日常生活中主动关注孩子在网上都做些什么，并把这种关注常态化。这样做，您能一举两得，既增进了对孩子上网状况的了解，又有可能从孩子那儿了解到了一些新的网络知识。

那么您可以如何与孩子就上网进行积极地沟通呢？您可以从以下几方面去询问孩子的上网体验，聆听孩子的相关表达：

1. 孩子是怎么上网的：孩子一般都在什么时间，什么地方上网？
2. 孩子上网都做些什么：孩子经常使用的网站、应用、和游戏有哪些，主要内容是什么？他们怎么使用这些网站和应用，如何玩这些游戏？（邀请您的孩子给您演示一下，他/她很可能就滔滔不绝地说给您听了）
3. 孩子在上网过程中会接触到哪些人：孩子一般



和谁一起上网？过程中会和哪些人在网上互动？在使用包含社交功能的网站、应用或游戏时，有没有固定的伙伴？

**4.孩子上网时的体验如何：**孩子有没有想要分享的事情？网上哪些事物最吸引他们，哪些事物让他们觉得困扰？

就以上内容进行**沟通**能增进您对于孩子网络行为的理解，从而辅助您在家庭内制定一些有关上网的规则，引导孩子更为健康地使用网络。

最后，家长是**陪伴**孩子探索网络的最佳人选。同线下的亲子互动活动一样，家长朋友们**可以多参与孩子在网上进行的活动**，这是您积极参与孩子数字生活的契机。比如，孩子对电子游戏产生了兴趣，那么家长可以考虑挑选一些积极健康、注重合作的多人电子游戏，和孩子一起玩。又或者，孩子热衷于社交媒体，您不妨试试自己注册账户，在使用过程中寻找合适的时机和孩子开展一些探讨，比如如何进行健康的人际互动、个人隐私保护等。同时，陪伴也意味着家长可以**和孩子约定，共同制定并遵守家庭上网规则**，比如上网时间的分配等。

**陪伴**可以帮助您了解网络上的相关信息和技术，和孩子共同提高网络技能和素养；同时也向孩子表明了您希望了解并参与他/她的上网体验，想要和他/她共同面对问题的态度。这样包含着爱与关怀的共同经历，可以让您和孩子之间更加亲密，增进尊重及信任，让家庭教育更有效。

在这里值得一提的是，**有效的沟通、理解和陪伴**需要建立在良好的亲子关系基础之上，尽可能从孩子年幼时就开始进行，尽早让沟通常态化，理解孩子的需求，给他们提供高质量的陪伴，**对与孩子建立终生良好的亲子关系起着事半功倍的效果。**

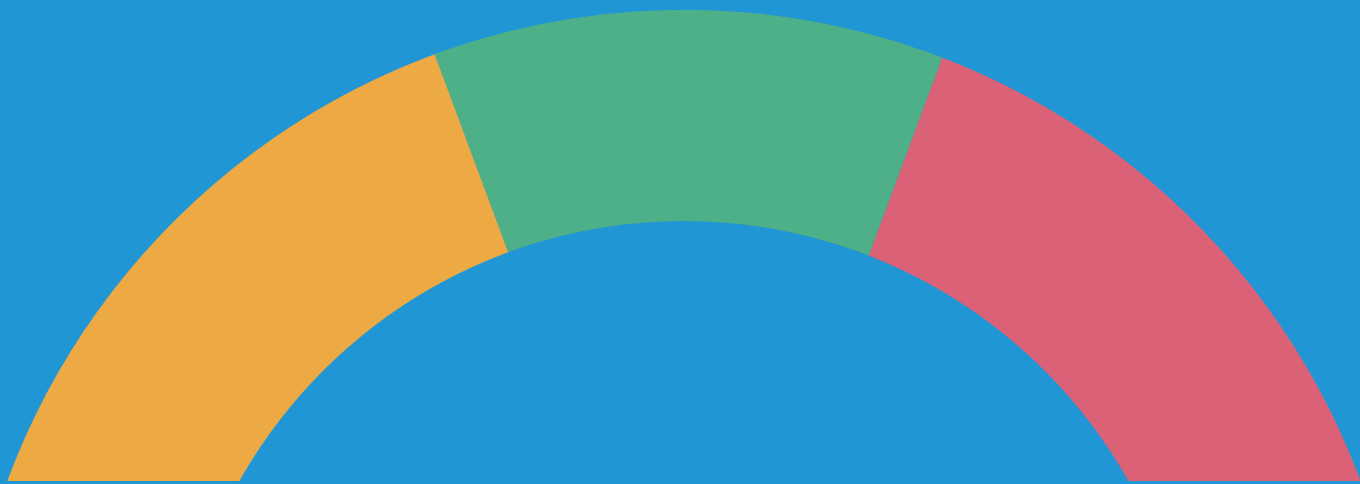






# 常见的儿童网络安全隐患 和给家长的建议

贰



聊完了“沟通、理解、陪伴”这三个利器，接下来，我们参考了国内外已有的相关资料，就常见的一些儿童网络安全隐患给家长朋友们提出了一些更有针对性的建议，供您参考。

俗话说，知彼知己，方能百战不殆。那么我们首先来看看，儿童面临的网络风险和安全隐患主要有哪些呢？参照国际电信联盟ITU提出的概念框架，儿童在使用网络时主要会受到三个方面的风险侵害：

风险类型	具体表现
内容风险 (儿童作为接受方)	垃圾信息；包含暴力、色情等信息；宣扬地域歧视、仇恨情绪、自杀自残等方面的信息等
接触风险 (儿童作为参与方)	接触陌生人带来的性侵、诈骗等风险；个人信息泄露；受到网络欺凌；儿童被煽动进行自我伤害等
行为风险 (儿童作为主动行为方)	欺凌他人；上传不合适信息、资料到网上；揭露他人隐私；黑客行为等

以上网络风险中，我们总结了较为常见同时家长最为关注的四类问题：

- 1、网络过度使用。
- 2、网络欺凌。
- 3、个人信息泄露
- 4、网上不良信息。

下面我们就来看看怎么分别应对这四个问题吧。



## 网络过度使用

网络，可以让孩子们随时随地获取资讯，与他人交往，缓解压力。但是，如果孩子“废寝忘食”地上网，在网络上花费了大量的时间、精力和金钱，甚至因此开始忽略上网之外的其他活动，对线下的人际交往和集体活动丧失兴趣，那么，网络就从有益的工具变成了限制孩子发展的枷锁。

沉迷网络、游戏成瘾、我们常常听到大家这样描述自己的孩子，也屡屡看到一些新闻报道：孩子因为沉溺网络生活影响学业，导致严重人际冲突、甚至产生自我伤害或者伤人行

为。那么，上网是否能成瘾呢？网络成瘾又是否是病得治呢？如果是病得治那又需要怎么应对呢？

今年，世界卫生组织首次在全球范围内将网络游戏障碍（即我们通常所说的网络游戏成瘾）列为一种精神与行为障碍，中国卫生健康委员会也在刚发布的青少年健康相关文件中对网络成瘾的定义及诊断标准进行了明确界定。然而，不同于毒品成瘾这类物质成瘾，网络成瘾的诊断界定至今在学术和医学界仍有争议。反对的观点主要认为此前的相关研究不够严谨。

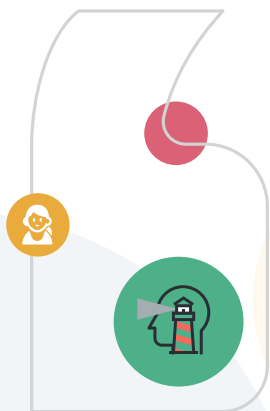
世界卫生组织和国内专家也提到，真正符合严格网络成瘾诊断标准的人群在网民中其实只占很低的比例，因此大家不必过度焦虑。但值得注意的是，青少年过度使用网络往往并非孤立的问题，很多时候能够反映出孩子的心理健康状态，以及他们在家庭、学校生活中遇到的一些困扰。

当然，我们并不是要否认过度使用网络给孩子带来的种种负面影响，只是希望家长在日常面对孩子的时候尽量慎用“成瘾”一词，避免动辄给孩子的行为贴上过于简单的标签，而忽视了行为背后孩子的各种需求或者困境。我们都不喜欢别人对自己不加聆听和了解的指责，尤其是对处在叛逆阶段的孩子，这样的用词很容易激起对抗的负面情绪，阻碍亲子间的有效沟通。而如果问题真的到了非常严重的阶段，则应该寻求正规的医疗和心理咨询机构的帮助。

## 1. 尽早和孩子共同约定上网规则

预防问题发生往往比出现了问题再干预更容易。家长朋友们可以和孩子尽早共同制定一份上网规则，包括孩子在什么情况下可以上网；上网时可以浏览的内容、参与的活动有哪些；双方如何共同执行并遵守约定等等。且需随着孩子的年龄增长与需求改变而做出相应调整，如考虑给予青春期或自我约束能力较强的孩子适当多一些上网的自主权。

这里的“尽早”意味着规则制定应尽量在孩子刚开始接触网络时，此时开始培养孩子的规则意识相对简单。“共同”则意味着规则的制定中有孩子的参与，是建立在亲子有效沟通基础上的，同时也是指家长要和孩子共同遵守一些上网规则。另外，



制定的规则中也需要明确具体的细节，相对合理可行，如不会要求平时上网频繁的孩子一下子做到完全不上网。

## 2. 关注孩子如何上网，以及在网做什么，而不是仅仅关注他们在网上花了多少时间

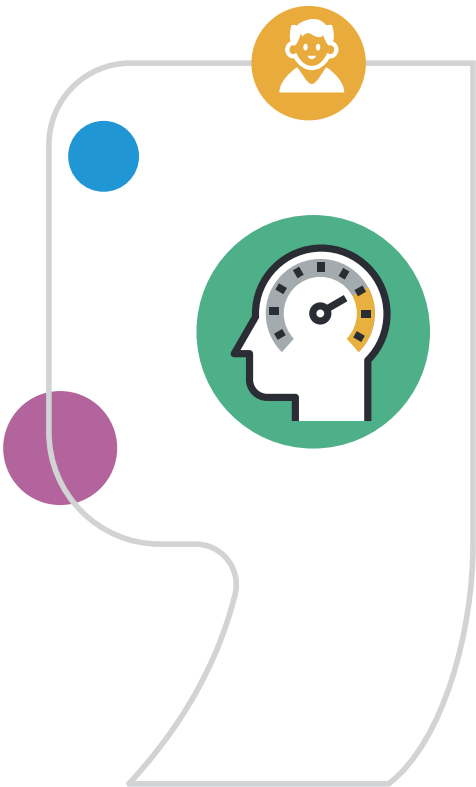
在前文提到的儿童调研员们进行的调研中，不少儿童提到，他们一拿起手机，父母就会默认他们是在玩游戏，忽略了学习，而事实上，有些时候，他们只是在查询一些学习相关的内容，或是在很长时间专注于学习任务之后，刚刚拿起手机想要能放松一下。父母这样的话语让他们觉得受了误解，心情郁闷。读到这，家长朋友们是否也和我们一样，觉得自己应该多了解下孩子上网在做什么，以免误解了孩子的上网行为呢？

互联网上承载的众多内容，在一些情境里，都有可能成为孩子在网络上过度浏览或使用的对象，比如，频繁登陆社交网站，使用聊天室，或者观看某些主题的视频等等。因此，我们推荐家长多关注孩子上网都在做些什么，在哪些方面花的时间比较多，尝试理解孩子相关行为背后的需求，从而针对孩子的过度使用有策略地进行规范和引导。

## 3. 理解孩子网络过度使用行为背后的需求

正如前文中所提到的，**孩子过度上网，可能与自身特点、家庭成员关系、人际关系、以及网络公司用户黏性设计等因素有关**。而大部分时候，是受这些因素的共同影响。孩子自身的因素诸如：自我控制能力欠缺，追求刺激，孤独、失落、没有自信，互联网使用的技能水平较低；家庭关系方面的因素如：亲子间缺乏情感沟通，家长的权威意识强，不准上网等，促使孩子转而在网络上寻求情感慰藉，或出于过度压抑、对权威的反抗而过度使用。同时，网络公司当然也会通过各种情节、场景设置来吸引用户使用他们的产品，如精美的画面、等级设置、消息提醒等。

综上，**家长朋友们可以观察孩子平时的上网行为是否有一定规律可循**，如孩子总是在线下生活受到挫折，或面临重大压力时过度上网，那么他/她可能是希望通过上网寻求慰藉，转移对挫折和压力的注意力，从某种程度上来说也是一种自我调节和应对机制。



家长也可以倾听孩子提起上网的时候聊什么聊得最多，或是有更强烈的情绪表达，如孩子一聊起自己在游戏里的排名和技能就滔滔不绝，或是谈到自己在社交平台上得到的关注就喜上眉梢，那么他/她也许是在生活的其他方面所得到的关注和成就感有限，而上网给他/她提供了更多满足这些需求的机会。

在一定观察和倾听的基础上，家长可以和孩子进行更深入的沟通，听听孩子的观点，了解自己可能忽略了的事情，比如，孩子在学业或人际关系上是否面临了危机。

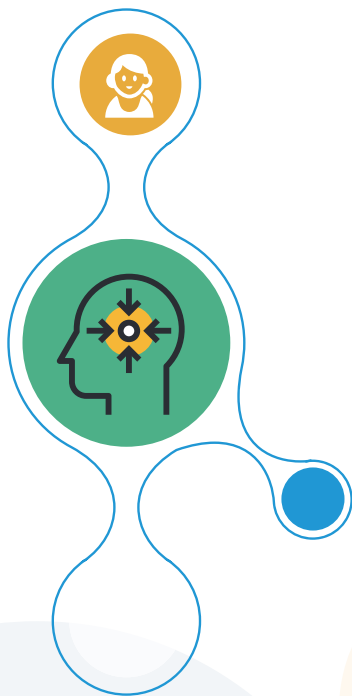
这样，在对孩子过度上网有了全面了解的前提下，家长就可以更有针对性地对孩子进行引导了，如有意识地培养孩子的人际交往能力和抗逆力，在线下生活中和孩子一起寻找更多能让他/她有成就感的经历，又或者是帮助孩子应对成长过程中的某一次危机。

#### 4. 了解并使用相关资源和技术工具

目前已经有一些网络工具可以帮助家长更有效地监督和规范孩子的网络使用，如一些互联网公司开发的**家长监控平台**、电子产品在产品系统里设置的**家长控制模式**等。家长可以利用这些平台或应用来辅助规范孩子的网络使用。

同时，家长可以登陆孩子频繁使用的网站或应用，看看它们有没有设立一些针对儿童用户的保护政策和措施，必要时可与网络服务商或国家信息部门联系。如，家长可以直接联系游戏开发运营方，或向当地文化行政部门/登陆12318全国文化市场举报平台举报，要求游戏中添加防止儿童沉迷的措施。

最后，当家长观察到孩子过度上网，严重影响了学业、社会交往等其他方面的发展时，依靠家庭内或联合学校相关资源都无法改善此状况时，家长可以考虑与专业的医疗和心理咨询机构联系，获取专业的帮助和服务。正如前文提到的那样，过度上网往往和很多其他心理健康问题一起出现。因此，我们建议家长在必要时及时寻求正规有资质的专业服务，尤其是当孩子存在伤害自己或他人等高危行为时。



## 网络欺凌

近几年来，一些恶性校园欺凌事件在网上传播，得到了很多人的关注。其实，欺凌事件不只存在于校园内，网络也可能成为欺凌发生的场所。网络欺凌，就是随着互联网发展产生的欺凌的一种形式。

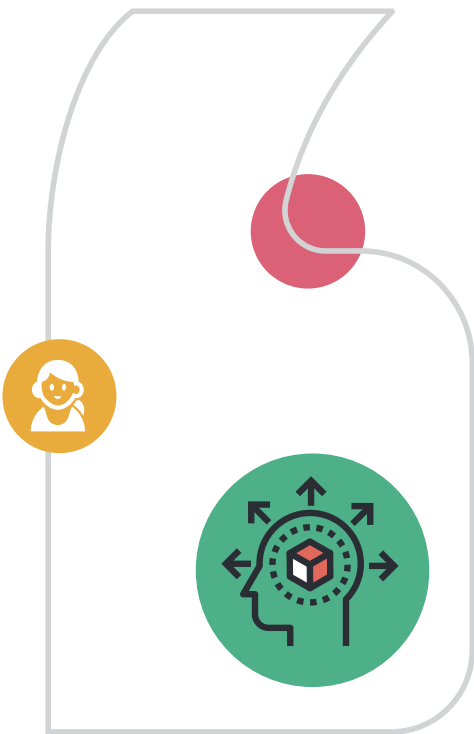
网络欺凌是指通过使用网络手段，如电脑、手机和其他电子设备，刻意进行的欺凌行为，进而给他人造成心理、社交、甚至身体上的伤害。网络欺凌可能在很多地方发生，如聊天室、社交平台和网络游戏中。一些时候，网络欺凌会和线下的欺凌一起发生。网络欺凌的行式可能包括：

- (1) 通过贴吧、社交群、聊天室、论坛、邮件、短信等辱骂、攻击他人；
- (2) 在贴吧、社交群、聊天室、论坛等社交媒体上曝光他人的隐私；
- (3) 在社交媒体上创建、传播与他人相关的羞辱性的文字、照片、视频等；
- (4) 在社交媒体上排挤他人。

2018年一项有关青少年网络安全情况的入校调研中提到，约71%的青少年在网上遇到过暴力、辱骂信息，77%遇到过侮辱和嘲笑。与线下欺凌中一样，孩子可能会成为网络欺凌的受害者，也有可能成为网络欺凌的实施者，又或是对欺凌行为熟视无睹、助长欺凌的旁观者。

虽然与线下欺凌有诸多相似，但网络欺凌本身又有着一些更具破坏性的特点。首先，由于线上的匿名性，被欺凌者不一定能知道是谁在攻击他们，或者为何攻击他们。其次，这种伤害性的行为可以通过网络迅速广泛地传播，其他地域的人都有可能轻易参与欺凌，或者浏览相关信息。第三，因为不需要同被欺凌者在同一空间中，欺凌者也就更容易更残忍冷酷地对待对方。最后，网络空间与学校或其他有固定成人参与的环境不同，缺乏有效的常态化的成人监管。

网络欺凌的受害者可能会因为害怕或者感到羞愧，而不去上



学。相关研究还表明网络欺凌和低自尊、家庭问题、学业困难、学校暴力以及多种违法行为之间有关联，遭受欺凌的青少年可能会经历抑郁，甚至可能有自杀的念头。

针对网络欺凌，我们给家长的建议如下：

### 1. 多了解欺凌相关内容，和孩子聊一聊欺凌和网络欺凌

欺凌现象一直存在于孩子们中间，只不过近几年才引起大众关注。我们建议家长多花些时间了解相关信息，大家可以参考一些网站或书籍来和孩子共同了解有关欺凌和网络欺凌的信息。在此基础上，家长可以和孩子一起聊聊什么是欺凌，什么是网络欺凌，以及遇到欺凌时，无论自己作为哪一方，应如何正确地面对。

一方面，家长需要引导孩子注意自我保护，上网时注意对自己的个人信息的保护，防止别人利用自己发表的言论、公开的照片等攻击自己、散播谣言等。

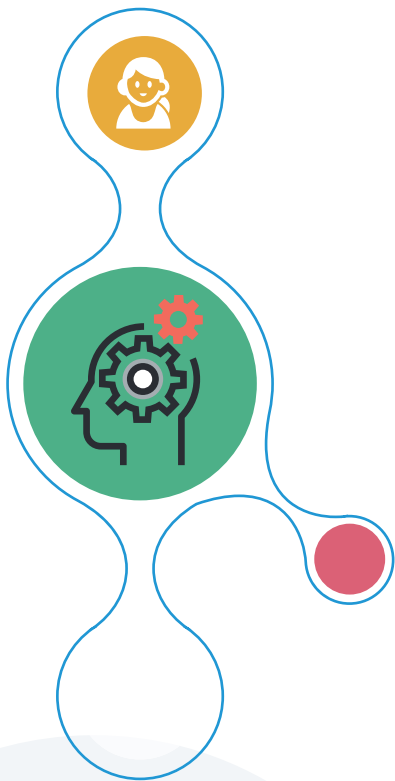
同时，家长也可以和孩子讨论欺凌他人可能会对他人造成的负面影响，鼓励孩子正确地管理情绪，控制冲动，良性解决同辈间的人际冲突。

家长可以引导孩子文明上网，不要因为网络是匿名空间就可以随意宣泄自己的情绪，攻击、辱骂他人，散播谣言，公开他人隐私信息，告诉孩子欺凌他人可能给孩子自己带来的后果，如行为严重会涉嫌违法。

最后，家长也可以和孩子聊聊旁观者的心态，鼓励孩子帮助遭遇欺凌的同伴及时向自己信任的成年人，如家长、老师、学校社会工作者等求助。

### 2. 关注孩子线上线下社交状态、日常情绪行为的变化

一些研究表明，网络欺凌可能起源于或延伸至线下欺凌，比如校园欺凌中，线上和线下欺凌之间往往重合交叉。孩子在网络社交中的状态很可能也会反映在线下生活中。孩子遭遇了欺凌的信号可能包括以下：



### 抑郁和焦虑的状态；

如果欺凌者涉及学校和社区的同辈，孩子可能会出现逃避上学或出门的行为；

较大的情绪行为变化，如变得易怒、焦虑、情绪低落、沉默寡言、回避人际交往、对很多事物提不起兴趣、出现睡眠饮食障碍等。

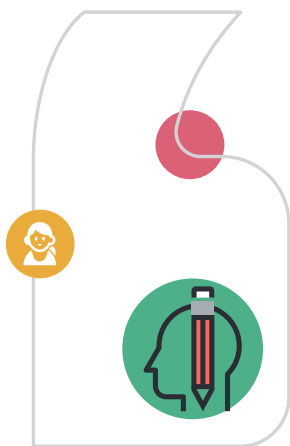
家长朋友们在怀疑孩子遭遇被欺凌或观察到孩子欺凌他人的行为时，应主动问询，了解情况。在此值得一提的是，有不少研究显示，孩子经历虐待、被家长忽视、目睹家庭成员之间的暴力等与孩子是否实施或遭受欺凌有一定关系。一些孩子可能会从成人身上习得攻击性行为，或是遭遇暴力对待后感到无力，希望通过控制他人找到掌控感，从而欺凌他人。同时，经常遭遇暴力对待的孩子也有可能遇到欺凌时，选择逃避或沉默接受，而非反抗或向他人求助。

因此，家长朋友们在了解了网络欺凌背后常见的心理状态之后，也应注意在日常生活中以身作则，多进行正面养育，不要暴力对待孩子，包括体罚辱骂孩子。这样，孩子也更有可能在遭遇欺凌，包括网络欺凌时，向家长诉说和求助。

### 3. 发现孩子遭遇网络欺凌/做出网络欺凌行为，要及时干预

如果知悉自己的孩子遭遇网络欺凌，家长需要严肃但冷静地对待此事。首先，家长应当让孩子感到自己是安全的，告诉孩子自己会和他们一起应对，并听听孩子自己怎么想，希望事情如何发展。家长可以事先告知孩子自己的想法，和孩子商量利弊，根据网络欺凌的严重程度讨论应对策略。合适情况下，家长可以先鼓励孩子自主寻求解决方案，如向孩子信任的人反映问题，或是选择其他良性途径解决自己和他人的冲突等。

如果孩子是遭遇网络欺凌的一方，如果欺凌者是孩子在学校或社区的同辈，在上述努力收效甚微的情况下，必要时，家长应当和学校/社区工作人员、欺凌者的家长共同讨论寻求解决方案。





同时，家长可以联系相关的网络平台或手机运营商，协助删除相关欺凌内容。许多社交平台都设置了不良信息举报平台，家长可以要求社交平台撤除相关信息，或向国家互联网信息办公室、国家工信部设立的网络不良与垃圾信息举报受理中心设立的中国互联网违法和不良信息举报中心举报。如果网络欺凌内容涉及违法犯罪行为，如敲诈、性侵等，家长应向公安机关报案，寻求协助。

## 个人信息泄露

随着互联网应用的普及，登陆注册各类网站都需要填写个人信息，网络社交中也可能透露个人信息。而由于网络传播的便捷和广泛，恶意窃取信息的手段盛行，各大公司长期存在的用户信息“被动”、“主动”泄露，以及个人信息保护的政策法规尚不够健全，个人信息和数据保护面临极大的挑战。根据中国互联网协会12321网络不良与垃圾信息举报受理中心发布的《2016年中国网民权益保护调查报告》显示，54%的网民认为个人信息泄露情况严重，37%的网民因各类诈骗信息而遭受经济损失，84%的网民曾亲身感受到由于个人信息泄露带来的不良影响。

在这样的环境下，孩子同样面临个人信息泄露的风险。孩子如今在很大程度上能够影响家庭的消费决定；另一方面，孩子自己也是消费者，不仅是当下，更是未来的消费者，这使孩子的个人信息和数据成为很有价值的“资源”。孩子的个人信息，包括个人身份信息、照片、账号密码、支付信息、家庭住址、联系方式等被泄露，轻则导致收到各类垃圾信息，重则可能导致个人隐私名誉受损，人身财产权益重大损失。

针对孩子的个人信息安全，我们给家长的几点建议如下：

### 1. 引导孩子关注网络社交平台的账户隐私设置，分享个人隐私前要“三思”

对于孩子通过网络社交，家长应对社交平台的情况进行了解和安全评估，并经常跟孩子沟通其网络交友的情况。但是，由于网上信息传播速度快、范围广，且信息一旦发出难以回

**54%**的网民认为个人信息泄露

情况严重，**37%**的网民因各类诈骗信息而遭受经济损失，

**84%**的网民曾亲身感受到由于个人信息泄露带来的不良影响

底删除，因此，家长可以与孩子讨论，在分享涉及个人隐私的信息，如姓名、住址、学校、个人照片视频、联系方式等之前，三思而后行：

审慎判断对方是否是合适分享此类信息的对象；

思考这类信息如果遭到泄露，对于自己的负面影响；

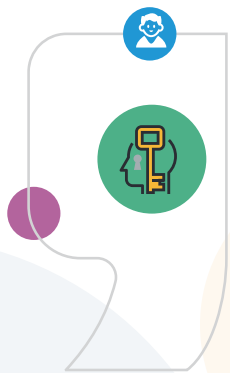
思考如何分享此类信息，如通过什么渠道和平台，进行什么样的设置，才更加安全。

家长可以和孩子一起讨论哪些个人信息需要谨慎处理，如何适当保密，诸如个人的姓名、照片、地址等高私密性的信息不要轻易泄露给网上的陌生人，或在社交媒体上公开。针对孩子参与网络社交和自我表达的需求，家长可以**建议孩子阅读网络社交平台的个人隐私设置条款，引导孩子进行相应的隐私设置**，如将自己的个人动态、发布信息设置为仅自己或好友可见。

## 2.引导孩子理性消费，审慎判断，注意对账号密码、支付信息保密

针对孩子的网络诈骗手段往往以儿童频繁使用的网站或应用为渠道来接近儿童，其形式可能有：网上买卖游戏装备诈骗，提供考试题目诈骗，网上购物诈骗，社交媒体交友诈骗等。当孩子在网络上购买商品、进行社交娱乐活动时，如果缺乏风险防范意识，可能会受到欺诈，导致财产损失。因此，家长朋友们可以引导孩子学习甄别可疑链接和网页，谨慎面对网络上任何需要透露支付信息，以及游戏、社交个人账户和密码的情况。同时，**在设置账号或支付密码的时候，帮助孩子尽量选择比较复杂或多重的加密形式**，降低账号被盗的风险性。

另外，家长可以**与孩子沟通，确定网络消费规则**，诸如孩子上网允许独自支付的金额上限、孩子允许购买的物品类别等。家长还可以引导孩子了解如何甄别选择有信誉的卖家，比如对方是不是有正规网络店铺或线下商店，网友对该店的真实评价如何，包括网上遭遇诈骗后如何维护自己的权益等。家长可以培养孩子的风险防范意识，告诫孩子不要轻信陌生号码发来的付款信息，或者“无风险、高收益”，





“免费赠送”等意在获取支付信息的广告。当然，家长朋友们也可以适时和孩子讨论，不要利用和传播他人的私密信息，实施敲诈勒索等行为，这些行为足够严重时，可能构成违法犯罪。

### 3.在电子设备上使用过滤和安全管理软件

一些诈骗信息可能会通过电话、短信、私信、自动弹出广告等方式进入孩子视线。辨认能力尚且有限的孩子可能被信息内容所吸引或被他人诱导，进而泄露个人信息。鉴于此，家长可以和孩子一起在电子设备上安装过滤软件，过滤陌生号码发来的信息，或者过滤含有特定词语、内容的信息或广告。目前市场上已经有不少可以选择的绿色上网过滤软件，很多浏览器中也预装有内容分级审查程序，家长朋友们可以自主选择使用何种软件和限制孩子接触哪些内容。我们也建议家长和孩子一起在电子设备上安装杀毒软件和安全管理软件，以免孩子的个人信息被一些恶意程序或者带有病毒的页面窃取。

### 4.观察孩子经常使用的网络平台是否建立了个人信息保护制度

网络平台有义务确保搜集的个人信息的的安全。因此，家长可以注意一下孩子经常使用的网站是否有相关的信息保护制度，如果发现企业存在违反法律规定使用个人信息的，可以要求企业删除相应信息。同时，互联网企业如果没有采取适当的措施保护好孩子的个人信息，导致信息被泄露，家长可以向监管部门反映；还可以要求侵犯孩子权益的网络用户或网络企业承担法律责任。

### 5.孩子收到诈骗信息或者被骗后，家长应及时举报或报案

我国法律要求任何个人和组织不得设立用于实施诈骗的违法犯罪活动的网站、通讯群组，不得利用网络实施诈骗。如果孩子收到可疑诈骗信息，家长可以登录网络违法犯罪举报平台、12377中国互联网违法和不良信息举报中心、12321网络不良与垃圾信息举报受理中心的网站、或直接拨打12321或者12377举报相关诈骗信息。如果财产损失已经造成，家长要保留孩子与他人的对话信息等材料，及时向公安机关报

案，寻求协助。

## 6. “犯错”有时也是学习成长的重要机会

如果孩子的个人信息已经泄露，遭遇了侵犯或造成了家庭财物损失，在举报和报案同时，家长也可以将此作为孩子网络安全和人生的重要一课，和孩子共同探讨该如何应对这些事情的的发生，以及如何在将来避免类似情况。

我们不建议家长因此完全禁止孩子进行相关网络活动，或过度责骂和惩戒孩子。毕竟，我们都是在犯错中成长，学会游泳之前也往往不得经历呛水。学习如何正确地面对挫败也是孩子人生有价值的一课。

## 网上不良信息

网络上有很多促进孩子身心发展的内容，但也存在着不少不良信息或者与孩子年龄不相适应的信息，这些信息中包含暴力、仇视、自我伤害、色情等内容，可能诱导孩子产生自卑、恐惧、抑郁、等不良情绪和相关行为，如艾莎门儿童邪典视频和蓝鲸死亡游戏等。根据共青团中央发布的《2016互联网不良信息对青少年的危害分析白皮书》显示，有近80%的儿童通过电脑、手机等接触过色情、暴力等不良信息。

针对不良信息，我们给家长朋友们的建议有以下几点：

### 1.和孩子一起筛选适宜其年龄和身心发展的网络内容

针对不良信息的问题，一些互联网企业开发了专门提供适宜儿童使用的网站、应用或版块，供家长朋友们和孩子一起选择。您也可以和孩子共同在网络上自行寻找和筛选一些与孩子年龄和发展阶段相适应的内容，还可以考虑在电子设备上安装不良信息拦截、过滤软件。在安装设置这类软件时，家长朋友们可以和孩子事先沟通，探讨这样做的目的、好处和可能给孩子带来的限制，帮助孩子理解这些是自己可以使用的上网辅助工具，避免孩子产生抵触情绪。

## 2.鼓励孩子聊聊让他们感到困扰的“不良信息”

有时就算是做了恰当的预防工作，孩子在充斥着大量资讯的网络上还是有可能接触到一些让他们感到困扰的不良信息。并且，他们有时也有可能从其他渠道，如同伴、公共场所等处接触到这些信息。

面对这样的情况，我们建议家长朋友们在日常沟通中多鼓励孩子聊聊他们的上网情况，分享让他们产生困扰的事。您在有顾虑时也应适时询问，和孩子开诚布公地探讨他们有可能接触到的不良内容，以及他们可以如何处理这些信息。毕竟，不良信息虽然可怕，但孩子如何处理自己接触到的不良信息往往才是问题的关键。您甚至可以根据孩子的年龄和发展阶段，借机和他们适度探讨这些话题：

告诉他们接触到这些信息时产生某些情绪是很自然的事情

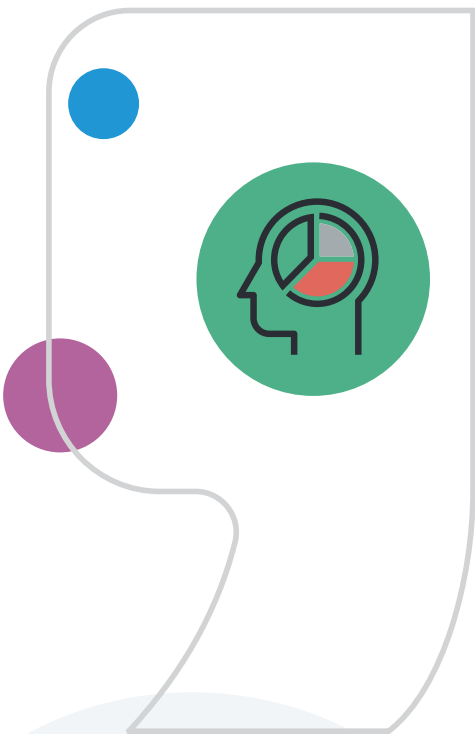
思考这些内容为什么会出现在网络上

遇到这些信息时他们如何应对

总的来说，堵不如疏，不能因噎废食，在水里才能学会游泳，在合适的时机和您的孩子探讨这些话题也是对他们的成长很有意义的。

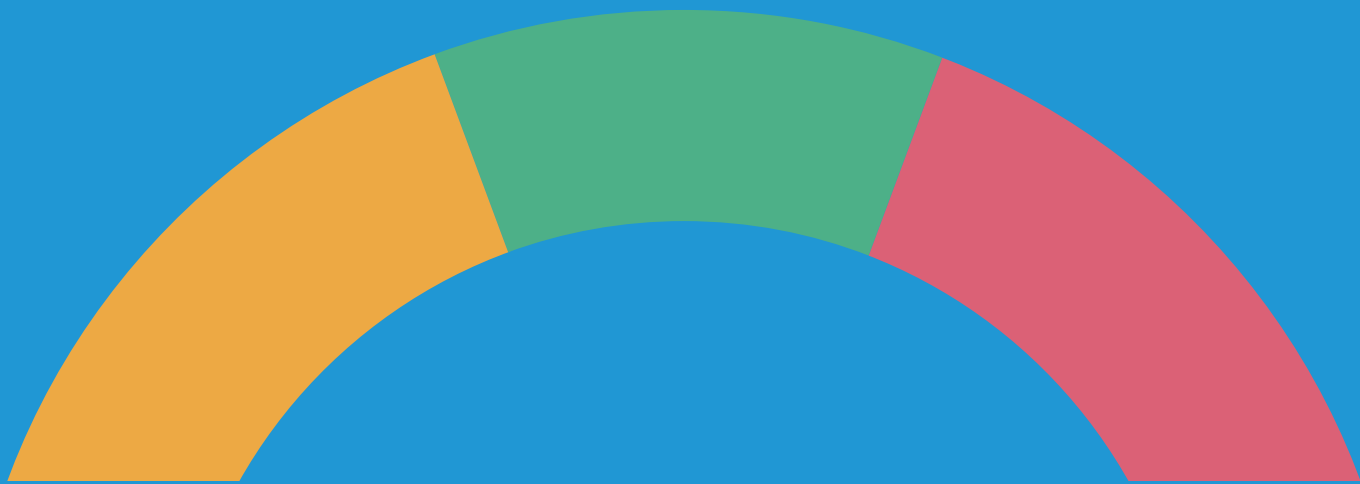
## 3.投诉、举报不良内容

目前，政府监管部门和一些互联网企业都设置了不良信息的举报渠道，家长可以考虑引导孩子一起举报网站上出现的不良信息，从而阻止这类信息进一步传播。文末附有一些主要举报渠道。





# 结语



最后，让我们来复习一下家长在陪伴孩子成长，守护孩子网络安全时可以做些什么吧：

### 1.沟通、理解、陪伴孩子，和孩子一起学习探索

巨大的网络空间里，儿童自我发展、实现潜能的机遇越来越多，与此同时，相关的风险因素也开始变得更加纷繁复杂。与孩子保持沟通，理解他们的需求，陪伴他们共同学习探索，是守护孩子健康成长不可或缺的渠道。

### 2.加强孩子自身的自我保护意识和判断能力

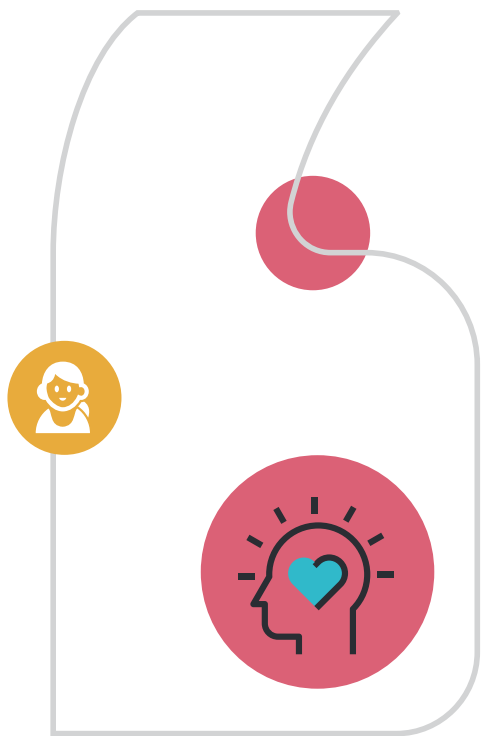
家长不可能永远实时掌握孩子的上网情况，因此，让孩子懂得如何预防、面对和处理网络风险也非常必要。授人以鱼不如授人以渔，我们不可能永远将孩子置于自己的羽翼之下，让他们掌握全面的网络素养，学会保护自己，也是孩子成长历程中必不可少的体验。

### 3.利用各类工具和资源共同对抗风险

家长可以积极利用各类工具和资源，帮助自己和孩子一起共同预防和对抗网络风险。比如，涉及网络诈骗或通过网络进行的人身侵害行为，家长可以向监管部门举报，向公安机关报案。涉及孩子与线下同辈之间的网络欺凌问题，家长可以及时与学校、老师、相关家长沟通，寻找解决办法，并要求网络平台或手机运营商删除相关信息。如果孩子出现情绪和行为方面的问题，家长还可以考虑寻求心理咨询等专业服务来帮助孩子。

### 4.网络已成为孩子在数字时代成长不可或缺的工具，不建议为了规避风险而彻底禁止孩子上网

虽然我们提到了上述种种网络风险，但不要忘了，今天的互联网也给孩子提供了前所未有的发展机会，他们在网上可以拓展视野，结识志同道合的朋友，展现自我，娱乐放松，参与社会生活。为了规避风险就完全禁止孩子上网，反而可能会限制孩子的发展，不如通过正向引导和教育，培养孩子在网趋利避害，最大程度上发挥互联网的积极作用。



最后，我们深知每个孩子都是独特的个体，并没有在所有情境都适用或是适合所有孩子的万灵法则。而家长，才是孩子成长过程中最重要的老师、榜样、和朋友，是和孩子最亲近也应该最了解孩子的亲人。在此，我们也诚挚邀请各位家长和我们分享您生活中关于孩子上网的经验和心得。

#### 附录：相关资源

国家互联网信息办公室  
中国互联网违法和不良信息举报中心  
热线电话：12377  
网址：[www.12377.cn](http://www.12377.cn)

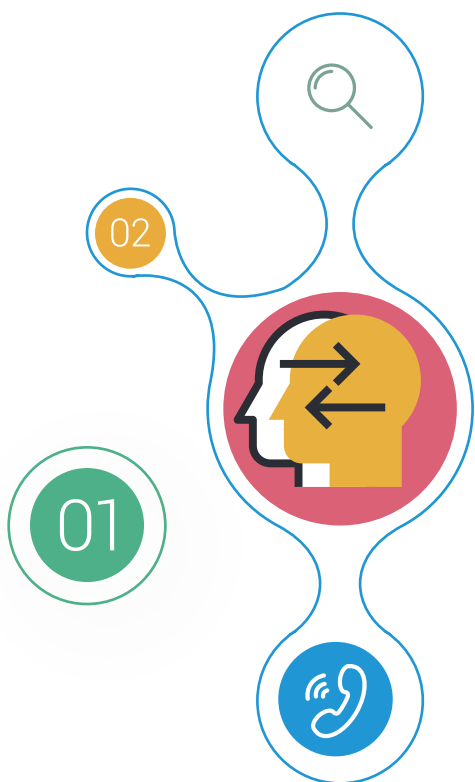
国家工信部  
网络不良与垃圾信息举报受理中心  
热线电话：12321

国家文化部  
全国文化市场举报中心  
热线电话：12318  
网址：[www.12318.cn](http://www.12318.cn)  
(网络游戏防沉迷系统缺失、不良信息举报)

全国“扫黄打非”办公室  
热线电话：12390  
网址：<http://www.shdf.gov.cn/>

全国妇联  
妇女儿童心理咨询  
服务热线：12338

共青团  
青少年维权在线  
热线电话：12355  
网址：[www.12355.cn](http://www.12355.cn)





如今的孩子是活跃的“数字小公民”，家长们需要看到孩子的创造力，尊重孩子的自主性，在此基础上，多和孩子就如何正确使用网络加强沟通，增进代际间的相互理解，共同制定上网规则，在线上线下多陪伴孩子，和他们一起在数字时代成长，从而让孩子既能享受网络所带来的众多益处，也能得到必要的保护，免受伤害。

联合国儿童基金会与腾讯达成未成年人网络保护项目的战略合作。双方共同致力于推动所有儿童都能享受到安全、健康、积极的上网体验。

**Tencent 腾讯** Supports **unicef**   
支持 联合国儿童基金会

UNICEF does not endorse Tencent 联合国儿童基金会不代言腾讯品牌