

微信朋友圈、直播平台、贴吧……如今的孩子玩起社交媒体来非常顺滑，他们乐于在网上分享观点、结交朋友，但有时候也会遭遇意想不到的风险。父母要担起保护儿童网络安全责任，如何帮助孩子用正确开放的心态面对网络世界，规避可能出现的风险？听听专家和专家们的建议吧。

如何保护孩子的网络安全？



邵怡明 绘图

赵女士 全职妈妈 女儿14岁

要规避网络风险，亲子交流不能少

网络世界纷繁复杂，五花八门的观点、信息，有时连成年人都要认真分辨一番，更何况是未成年人。我的女儿今年上初二了，从小她就是热心肠的孩子，我们也一直教育她要做一个有爱心的人。但是不久前发生的一件事，着实让我担心不已。

那是一个周末，女儿做完作业一直摆弄手机，我们了解她并不是贪玩的孩

子，就没有太加以控制。突然，女儿问我：“妈妈，我的身份证后面几位是多少来着？”我第一反应就是：“你问这个干什么？”女儿举着手机说，美术班的同学群里，有人发了一条救助流浪动物的链接，要大家捐款，并且得实名制。我听着有些不对劲，但是又不想浇灭女儿的积极性，故意用轻松的口吻问她：“这个活动不错呀，是哪个同学发的，你问一下，

家里其他人可不可以也参与捐款？”女儿听完，又翻了翻手机，突然皱着眉头说：“哎，这个发链接的人好像不是我们兴趣班的同学。”愣了一会儿，她自己突然说道：“这人会不会是个骗子啊！”借由这件事，我告诉女儿，爱心用错地方，反而会伤害自己，以后碰到类似的情况，尤其涉及个人隐私时，一定要留个心眼，最好问一问大人。

任何事情都有两面性，我们一定要用开放的心态去看待上网。网络社交媒体有风险，我们就不让孩子接触，这种因噎废食的事情，相信大家都不会做。作为家长，我们要尽可能地掌握孩子的上网动态，平时，一定要多和孩子沟通，引导孩子如实地说出社交媒体上的情况，从而有针对性地进行把关和引导，规避可能出现的风险。

黄女士 事业单位职员 女儿15岁

经过恳谈，女儿理解了我们的苦心

我的孩子活泼开朗，很喜欢在网上分享她对生活、社会新闻的看法，在微博上有了几千个粉丝，在豆瓣、小红书、抖音上都有账号，周末就在这些社群里发帖，和粉丝互动。

我不想对孩子管得太严，可是偶然的机会，我看到她发在社交媒体上的吃喝玩乐帖子，居然好几篇都定了

位，还标注了这些是她喜欢的店，推荐大家前去打卡。她还在一些美妆社群发过自拍，注明用了哪些护肤品，这确实惊到我了，这些都是很私密的内容，万一被坏人盯上，可怎么办才好，我觉得不能置之不理了。

我找到孩子很严肃地把顾虑和她说明白，开始孩子觉得我小题大做，

抱怨我事儿多，我没有生气，还是继续找机会和她谈心，还找到相关的社会新闻发给她看，得知有女生因为经常发定位被坏人追到单位、家里，还有小姑娘的自拍照被挪用到黄色网站里，孩子吓坏了，终于认真地考虑这些问题。

经过几天思考，她决定把网络上的自拍照全部删除，发定位的帖子也

忍痛删了，还答应我以后会更加小心地保护自己的隐私，绝不在网上发个人信息了。孩子能够理解我的苦心让我特别欣慰，我也告诉孩子，父母永远是她的坚强后盾，她在外面遇到什么人、什么事都可以对我们讲，我们一起想办法，孩子遇到问题不要一个人扛。

石女士 文化公司职员 儿子15岁

跟孩子成为“朋友圈”好友，在互动中引导孩子

随着孩子的逐渐长大，我们也给孩子配备了电脑和手机，原因是孩子需要一个跟朋友联系的工具，而且其他同学都有了手机，自己没有不方便。我同意了，但也跟孩子约法三章：回到家先写作业，完成作业后可以玩，但是不能影响睡觉时间，还有就是网络信息安全，不能过多的暴露自己的信息，孩子也表示同意。

虽然有提前的约法三章，但买了手机之后，一个星期平安度过，之后，孩子沉浸在了刷短视频上，本该是写作业的时间，孩子的房间却传来一阵阵笑声，我知道孩子又在刷短视频，我一听立刻就火了，冲进去，没收了孩子的手机，孩子很不服气。

之后，类似的冲突频频出现，我觉得得改变策略了，于是跟孩子一起

约定，写作业时间断网，让孩子安心学习，我也不看手机。开始这个方法还好，但没过多久就失灵了，孩子还学会了网购，在抖音、直播间等买东西，我就又开始提醒孩子注意账号金钱安全之类的，给他讲一些新闻报道事件，让他有安全意识，此外还给他找一些专门针对未成年人的网站，希望让孩子远离网络负面信息。

但这些保护对庞大的网络信息系统来说，还是比较弱的，最主要的是教会孩子辨别是非，所以我这时候就经常跟孩子通过互联网去互动，做孩子朋友圈好友。家长切记：不要遇到事情上来就批评，这样就让孩子不敢对家长倾诉了，家长也就不能掌握孩子动态了，这才是最可怕的。

中国人民大学心理学系教授、博士生导师 雷雳

做好孩子网络安全防护“堵不如疏”

新一代的孩子生下来几乎就处于网络环境中，他们在使用网络时可能会连带出一些安全问题，要根据使用情况的不同进行区分。

家长应该分清孩子上网到底在干什么，如果简单地不让孩子用，但是孩子的心思并不在学习上，也不会把空出来的时间用于学习。所以家长应该做的不是简单断绝孩子对网络的使用，更应该去注意孩子在使用过程中有没有看到或遇到对其成长和发展不适合的内容，帮助他形成良好健康的使用习惯。

当孩子难以克服对社交媒体的欲望时，说明孩子的自控力出现问题，会产生拖延症，最后导致成绩很糟糕。此外，如果晚上频繁使用社交媒体，时间越长成绩就越差，也需要家长帮助孩子调整。

家长还要注意网络上的各种风险，诸如信息安全领域的网络钓鱼、网络

欺诈、虚假软件等，个人安全领域的网络跟踪、网络欺凌、在线捕食、淫秽色情等问题，不能掉以轻心。

要保护孩子的网络安全，第一是主动介入。鼓励家长和孩子有一个共享屏幕的时间，要主动了解孩子在网上做些什么，这基于家长平时跟孩子要建立平等信任的关系，孩子在网上做的事情愿意跟家长沟通，这样你才有机会了解，也可以反馈你对孩子在网上所作所为的认识。

第二是交谈沟通。无论是涉及信息安全，还是涉及个人安全的潜在风险，家长自己要清楚，要跟孩子讲网上存在的问题，让他们清楚这些情况。

第三是设定规矩，包括什么时候上网，什么类型的信息可以看等等。家长自己也要注意，比如在朋友圈里发旅游定位，一些心怀叵测之人会摸索出你的行动规律和轨迹，知道你家里此时没人。家长要告诫孩子，包括

地址、电话、行踪等个人信息能不能发上网，发在什么范围里，都要制定规矩，家族小群可以贴，有很多陌生人的群里不能贴。

第四是巧用资源。国家机关，包括一些机构都在帮助青少年健康上网，会提供一些网络过滤、屏蔽或是父母控制系统的设置，家长要学会借用这样的资源，帮助青少年隔断一些负面影响。

第五是小心盯紧。未成年孩子的自我调节和自我控制力还在发展过程中，而且有些链接无意中跳出来，孩子不能辨识这样的信息是好还是不好，要把他们上网的设备放在家庭公开场所，客厅、书房、餐厅都可以，家长能看到孩子上网，避免他们受到诱惑误入歧途。

第六是进行举报。家长看到一些可能对孩子带来破坏性影响的不良信息时，要向有关机构举报，共同净化

网络环境。

防范网络安全靠一味的封堵、禁止上网是错误的，因为我们已进入数字化时代，网络操作是一种基础技能，不让孩子学会使用网络肯定不行。面对网络时代，作为孩子成长过程中的引路人和监护人，家长要帮助孩子不断掌握新的技能，引导孩子安全上网、健康上网。

本报记者 任洁 张晶 杨琳琳



更多精彩内容欢迎关注
“北京市家庭教育研究会”微信公众号

北京市家庭教育指导服务“新蕊云课堂”
由北京市妇联主办，北京市家庭教育研究会
承办、北京出版集团父母必读杂志社协办。