



Глава 8

Мой мобильный друг, моя прелесть

Эта глава о том, чем стал мобильный телефон для современного человека, и почему мы так к нему привязаны, особенно дети.

Мы обсудим, какое место должен занимать телефон в семье и школе, узнаем, как за нами могут с его помощью шпионить, и поговорим о том, что нужно сделать, чтобы минимизировать потери и риски, если с телефоном что-то случилось.

Вам знаком этот холодок в груди, когда шарить по всем карманам, копаешься в сумке, рюкзаке или портфеле и никак не можешь найти свой телефон?

«Ну, где же он, моя прелесть? Неужели какой-то хоббит запустил свои ручонки в мой карман и похитил его? Как тогда жить дальше? Ведь там было все, что связывает меня с этим волшебным цифровым миром... Ах, вот он! Счастье! Ну-ка, посмотрим, что за последние три минуты произошло нового... Ой, батарея почти разрядилась... Ужас! Скорее, скорее дайте зарядку!»

Мы все стали немного похожи на Голлума, когда думаем о любимых мобильных устройствах, без которых нам сразу становится неуютно, не так ли?

Если вы испытываете дискомфорт, беспокойство и чувство страха, разлучившись даже на короткое время со своим телефоном или оказавшись без связи, то, весьма вероятно, что у вас номофобия. Сам термин происходит от английской фразы «no mobile phone» и означает боязнь остаться без мобильного телефона. Это явление обнаружили в 2008 году, когда исследование¹ YouGov, проведенное по заказу UK Post Office, показало, что 66 человек из 100 испытывали панический страх, оставаясь без связи.

Номофобия официально не признана психическим заболеванием, хотя были призывы включить ее в перечень DSM-V (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th Edition). Часто ассоциируемая с тревогой разделения (separation anxiety), номофобия сопровождает

1 *Номофобия* // «Википедия»

ется набором идентифицируемых симптомов: учащенное сердцебиение и артериальное давление, одышка, беспокойство, тошнота, дрожь, головокружение, депрессия, дискомфорт, страх и паника. Тем не менее, медицинское сообщество все еще спорит о его классификации — это фобия, тревожное расстройство, расстройство образа жизни или зависимость?¹

Например, в Италии с номофобией пытаются бороться на законодательном уровне. Подготовленный в июле 2019 года законопроект предусматривает образовательные программы для родителей, чтобы обнаружить чрезмерное использование мобильного телефона детьми. Также в нем изложены планы «обучения добросовестному использованию интернета и социальных сетей» в школах и университетах². Подобную инициативу можно приветствовать, если только в руках государственных чиновников это не выродится в унылую обязаловку «для галочки».

Сегодня 2008 год выглядит как доисторическая эпоха — тогда первый айфон только-только увидел свет, а мобильный интернет был медленным и неуклюжим. И если в то время новой фобией уже страдала значительная часть населения, то теперь эти симптомы, наверное, есть у каждого.

Если в 2008 году номофобией уже страдала значительная часть населения, то теперь эти симптомы, наверное, есть у каждого.

1 *Nomophobia: The Modern-Day Pathology. // Psychiatry Advisor, 18 сентября 2018.*

2 *Italy drafts 'no-mobile-phone phobia' law. // RTL Today, 24 июля 2019.*

YouGov повторил свое исследование¹ в 2019 году: согласно свежим данным, девять из десяти британцев (88%) в настоящее время имеют смартфон, и значительная часть из них будет чувствовать нервозность или беспокойство по поводу того, что они расстались со своим устройством даже на один день. Предсказуемо, что более молодая часть опрошенных испытывает большую привязанность к своим гаджетам, чем старшее поколение. Нервничать из-за разлуки с телефоном будут 72% участников опроса в возрасте от 18 до 24 лет против 47% в возрасте старше 55 лет.

Хотите проверить себя? Попробуйте отключить телефон хотя бы на день. И, допустим, вам удалось пройти это испытание. А что, если не отвечает мобильный вашего ребенка? Как долго вы сможете сохранять спокойствие?

Одна девочка-третьеклассница потеряла свой мобильный. Мама, естественно, рассердилась и сказала: «Раз ты не можешь следить за своими вещами, походишь пока без телефона — у меня сейчас нет денег на новый». На следующий день девочка ушла в школу и в обычное время не вернулась домой. «Ничего страшного! Наверное, зашла к кому-то в гости», — успокаивала себя мама. Но вот дело к вечеру, а ребенка все нет. Мама уже в легкой истерике обегает окрестные дворы и обзванивает родителей одноклассников. Вскоре пропавшая нашлась: она, как и предполагала встревоженная мать, сидела дома у подружки. Диалог был следующий: «Но ты же могла позвонить! — А у меня нет телефона. — Но был же телефон в квартире твоей подружки! — Мы делали уроки, и я не заметила, что уже поздно». Понятно, что это была месть за отказ купить новый телефон

немедленно. Рассерженная мать пошла на принцип: «Вот тебе телефон, самый простой. Этого достаточно, чтобы позвонить». Не прошло и недели, как ни в чем не повинный кнопочный телефон «случайно» утонул в туалете.

В итоге новый смартфон был куплен. Конечно, такое поведение недопустимо, однако взрослым надо понимать, что для современного ребенка телефон — это не бубенчик на шее, чтобы мама всегда знала, где он есть, а ключ ко всем богатствам цифрового мира, который плюс к тому же умеет еще и звонить. Поэтому ребенок готов сражаться за свое право на доступ к информации всеми честными и нечестными способами.

Надо признать, что позиция взрослых по отношению к детским телефонам противоречива: с одной стороны, они хотят, чтобы дети всегда были на связи, и впадают в панику, когда ребенок не отвечает; с другой стороны, их раздражает, что дети постоянно сидят, уткнувшись в свои мобильники. Только попробуй оставить телефон дома, когда ушел погулять! Вернешься через час — а бабушку уже увезли на скорой. Так что еще неизвестно, у кого больше развита эта самая номофобия, — бабушка говорит, что легко может обойтись без мобильника, но сойдет с ума, если внук внезапно устроит себе цифровой детокс.

■ *Попробуй оставить телефон дома, когда ушел погулять! Вернешься через час — а бабушку уже увезли на скорой.*

Может быть, дело не в том, что молодое поколение поразила эпидемия новой болезни? Может быть, это часть процесса перехода к цифровому будущему, когда наш мозг будет напрямую подключен

к Матрице? (Шутка!) Пока футуристы спорят о возможных сценариях дальнейшей судьбы нашей цивилизации, смартфон уже сейчас выполняет роль связующего звена между человеком и его цифровой личностью, — собственно, разрыв этой связи и ощущается так болезненно. Почти 50% участников вышеупомянутого опроса YouGov в возрасте от 18 до 24 лет ответили, что без мобильного телефона «чувствовали бы себя странно, потому что не знали бы, что делать». Не все могут сформулировать причину своего беспокойства, но показательно следующее: 11% обозначили, что будут нервничать, если окажутся отключенными от сетевой идентификации.

Половина пользователей смартфонов носят их за собой из комнаты в комнату, когда находятся дома. «У меня телефон подключен к часам, и когда они теряют связь, часы начинают вибрировать, — теперь я всегда физически чувствую, когда удаляюсь от телефона», — говорит Катерина, художник-иллюстратор.

В этом контексте медиализация проблемы избыточного увлечения молодежи мобильными телефонами и отнесение ее к ряду известных зависимостей — игровой, алкогольной, наркотической и других — может оказаться сильным упрощением.

Право на доступ к информации считается одним из фундаментальных прав человека, а сегодня оно технически реализуется в основном через мобильный телефон.

Так что «лечить» это надо с большой осторожностью: поскольку надежных научных данных о явлении пока очень мало, важно не спутать реальные риски для здоровья с обычным конфликтом поколений, ведь большинство исследователей — люди старшего возраста, которые просто боятся новых технологий. Возможно,

у них самих технофобия¹, скажут молодые врачи, которые вскоре займут места в частных клиниках и государственных медучреждениях и будут сами дни напролет сидеть в телефоне, считая это нормой.

Чьи в семье симки

Телефон есть у каждого, даже у младших школьников. И тут возникает интересная коллизия: ребенок считает, что телефон — его сугубо личное пространство, и психолог будет на его стороне. А юрист нам скажет, что контракт на телефонный номер оформлен на родителя, и что именно на нем, как на владельце, лежит ответственность за все, что делается с этого номера, в том числе и публикуется в интернете. И что по закону у вас, как у владельца номера и аппарата, есть полное право знать, что ваш ребенок читает и пишет.

По закону у вас, как у владельца номера и аппарата, есть полное право знать, что ваш ребенок читает и пишет.

Подспудно большинство детей понимают, что не они платят за телефон, и что им придется оставаться в зависимом положении до тех пор, пока они не вырастут, и что у взрослых действительно есть право проверять содержимое их телефонов. Это может быть неприятно, взрослый даже может быть неправ с точки зрения этики и психологии, но дети вынуждены подчиняться.

¹ *Технофобия — страх или неприязнь к передовым технологиям или сложным электронным устройствам. Страх перед техническим прогрессом вообще. Не имеет отношения к фобиям в медицинском смысле («Википедия»).*

Один из эпизодов в фильме «Отрочество»¹, который родителям подростков стоит посмотреть, как раз про это. Глава семейства собирает у всех детей телефоны, чтобы выяснить, куда скрылась его жена после очередной ссоры. Дети не смеют ему перечить. При этом никто не пытается спрятать телефон, поставить пароль или что-то в этом роде. Конечно, они опасаются физического насилия со стороны взрослого, находящегося далеко не в адекватном состоянии, но их покорность продиктована не только страхом — заметно, что они признают право взрослого это сделать, хотя им это неприятно. Несмотря на то, что все происходит без рукоприкладства и криков, впечатление все равно тяжелое: мы наблюдаем явное психологическое насилие.

Когда вам захочется проверить телефон своего ребенка, вспомните об этой сцене, потому что, какие бы ни были у вас мотивы, сколько бы вы с ним заранее ни обсуждали этот вопрос, как бы это ни казалось вам правильным и «для его же блага» — это все равно будет вторжение в его личное пространство. И вы будете выглядеть как тот — далеко не самый приятный — персонаж фильма. Не делайте этого без крайней необходимости!

1 *«Отрочество» — уникальный фильм Ричарда Линклейтера, съемки которого длились с 2002 г. по 2013 г. История охватывает двенадцать лет самой обычной жизни ребенка (от первого класса в школе до первого дня в колледже) и складывается из небольших эпизодов, показывающих взросление и отношения с родителями ребенка, подростка, юноши. Главную роль исполнил семилетний (на то время) мальчик Эллар Колтрейн, который, согласно заключенным договоренностям, не мог быть заменен никем другим до окончания съемок. Вместе с Элларом росла и снималась в роли его сестры дочь режиссера Лорелей Линклейтер. Четкого сценария не было, он из года в год переписывался.*

Сепарация от родителей — обязательная часть процесса взросления. Границы личного пространства вашего ребенка постепенно будут расширяться, в том числе и в отношении гаджетов.

Дошкольник и сам с радостью покажет маме, что ему пришло сообщение или письмо, — неважно от кого, потому что корреспонденции у него пока совсем немного. Другое дело подростки, у которых уже появляются свои секреты, пусть и безобидные, — вроде и прятать нечего, но и открывать не хочется. Тинейджеры и сами по большей части относятся к этому с юмором — в TikTok полно смешных микрокомедий на тему «Мама хочет проверить мой телефон. Ой, караул! Что делать?»

Ну, а чтобы требовать показать переписку от человека, которому скоро стукнет восемнадцать, нужно иметь совсем уж веские основания. Предположим, вам кажется, что они у вас есть. И что с того? Пароль-то он вам все равно не скажет. Если вас посетит мысль, что аккаунт ребенка не грех и взломать, лучше выкиньте ее из головы. (Не стоит, кстати, «ломать» телефон супруга или супруги, как бы вас ни разбирали любопытство и ревность, — это тоже уголовно наказуемое деяние.)

Неудобно получилось в одной из деревень Чечерского района Гомельской области. Местная школьница заметила, что на ее странице в соцсети хозяйничает кто-то посторонний: заходит под ее данными, читает сообщения и даже вступает в переписку с парнями. Хозяйка аккаунта обратилась в милицию. Лазутчика удалось вычислить. Правда, заметая следы, он удалил всю страницу. О некоторых обстоятельствах этой высокотехнологичной истории рассказали в Гомельском областном управлении Следственного комитета.

События начали разворачиваться, когда девочке было 16 лет. Отец школьницы заходил на ее страницу, чтобы контролировать отношения дочери с парнями. Что он им писал — не общается. Когда школьница обратилась в правоохранительные органы, и запахло жареным — строгий папа на всякий случай удалил аккаунт.

Теперь у мужчины статус подозреваемого. СК информирует, что уголовное дело возбуждено по статье 351 «Компьютерный саботаж» — под нее подпадает уничтожение компьютерной информации. Позже в СК сообщили: уголовное дело прекращено ввиду незначительности деяния, а также с учетом личности подозреваемого¹.

По достижении ребенком совершеннолетия можно переоформить сим-карту на него — и обязательно стоит это сделать. Многие про это забывают, и выросшие дети продолжают пользоваться телефонами, зарегистрированными на родителей. Вопрос, конечно же, не в том, чтобы спихнуть ответственность; важно показать уважение к ребенку и подчеркнуть его самостоятельность. Дети обязательно это оценят. Во-вторых, есть и практическая сторона: если сломается или потеряется симка, или вашему чаду захочется сменить оператора — решать эту проблему вам не придется.

Все, что вам нужно сделать, — приехать в центр обслуживания абонентов сотового оператора, предъявить свои паспорта и написать соответствующие заявления. Перед визитом обязательно по-

¹ В Чечерском районе мужчина взломал аккаунт дочки-школьницы и переписывался от ее имени. Завели уголовное дело, но позже прекратили. // [Tech.Onliner.by](https://tech.onliner.by), 22 мая 2019.

полните баланс телефона, поскольку передача другому владельцу номера с минусовым балансом невозможна. (Детали уточняйте у своего оператора, эта услуга может быть платной.)

Учтите: для оператора ваш сын или дочь будут новым клиентом. Это значит, что историю лояльности ему или ей придется нарабатывать заново. Накопленные бонусы и привилегии не передаются.

Как мы хорошо знаем, телефон теперь нужен по большей части не для того, чтобы звонить, а чтобы пользоваться разными приложениями — и полезными, и развлекательными. Пользователю нужно иметь аккаунт, чтобы загружать приложения из магазина (даже бесплатные) и пользоваться облачными сервисами (например, iTunes для владельцев айфонов). Политика владельцев платформ — Apple и Google — в принципе, одинакова, потому что обе компании подчиняются американскому законодательству.

Завести Apple ID ребенку младше 13 лет можно при помощи функции «Семейный доступ»¹, и это единственный легальный способ, к тому же самый удобный. Если вам пришла в голову мысль немного соврать насчет возраста ребенка при создании аккаунта, не надо этого делать. Конечно, американская полиция из-за этого не нагрянет к вам в дом, но, когда ребенок подрастет и станет распоряжаться своими iOS-устройствами самостоятельно, откатить возраст к реальному значению будет нельзя. Тогда придется создать новый Apple ID, но при этом все его достижения в играх, покупки и история «сгорят».

1

Подробнее см. <https://www.apple.com/ru/family-sharing/>

«Семейный доступ» позволяет видеть статистику использования игр и соцсетей ребенком и ограничить ему время их использования и тип доступного контента, причем все можно сделать со своего телефона удаленно.

Кроме того, вы можете согласовывать все покупки ребенка в iTunes Store, Apple Books, App Store, в том числе даже загрузку бесплатных приложений, — для этого надо лишь включить и настроить функцию «Попросить купить». Согласитесь, это проще, чем привязывать к аккаунту ребенка свою кредитную карту и потом ругать его за неразумные траты.

Для детского аккаунта есть и некоторые дополнительные ограничения. В частности, владельцы iPhone X в возрасте до 13 лет не смогут пользоваться распознаванием по лицу. Согласно новым правилам для разработчиков, опубликованным на официальном сайте Apple, компания будет принудительно отключать работу сканера Face ID в приложениях для детей. В первую очередь, возрастные ограничения, накладываемые компанией Apple на своих юных клиентов, связаны с особенностями американского законодательства. В США предусмотрена особая система непреложных правил, препятствующая повсеместному сбору данных о пользователях, не достигших 13 лет.

Google придерживается, в целом, аналогичной политики. Создать аккаунт Google могут только пользователи старше 13 лет; более юным нужно участие родителей. Все управление ведется через приложение Family Link¹ и позволяет контролировать

1 Подробнее см. <https://families.google.com/familylink/>

действия ребенка, включая текущее местоположение и используемые программы. По достижении 13 лет аккаунт может быть передан ребенку в самостоятельное использование.

Как «достать» ребенка из телефона?

Ребенок постоянно залипает в телефоне. Что делать?

Этот вопрос задают многие родители, отчаявшиеся справиться с ситуацией самостоятельно. Кстати, вопрос задан предельно точно, ребенок именно «в телефоне», а не с телефоном, — внешний мир для него почти перестает существовать, остается только магический экран. Даже когда дети приходят друг к другу в гости, они садятся на диван и уходят в свои виртуальные миры. Они не такие, как мы, — и взрослых эта картина пугает.

Родители пытаются решить эту проблему по-разному. Самые нетерпеливые и неадаптированные «цифровые иммигранты» идут путем запретов и объявляют тотальную войну гаджетам, что только усиливает отчуждение между детьми и родителями. Другие пробуют отвлечь детей от экранов прелестями «теплого лампового мира» — бумажными книгами, играми во дворе, разговорами на кухне — и терпят неудачу. Но мало кто из взрослых выбирает вариант, рекомендованный во всех учебниках по маркетингу, — быть там, где находится ваш клиент. Если дети сидят в телефоне, то нужно проникнуть туда, чтобы говорить с ними.

Если дети сидят в телефоне, то нужно проникнуть туда, чтобы говорить с ними.

Именно так поступил отец пятерых детей Джастин «Джо» Смит — он создал в YouTube канал, чтобы с его помощью общаться со своими детьми. Менеджер по продажам продуктов питания Джо был уверен, что видеоблог станет хорошим способом для его детей увидеть, чем он занимается, путешествуя по Великобритании и за рубежом¹.

«Причина, по которой я это сделал, вот в чем: я до смерти устал от того, что постоянно вижу головы моих детей, опущенные к их телефонам. И если YouTube — единственный способ, которым я могу общаться с ними, то пусть так и будет.

У меня пятеро великолепных детей. Однако в то утро я был слегка расстроен, потому что, встав и спустившись вниз, хотел поговорить с дочками, но... их головы оказались склонены к телефонам, а на ушах были наушники. Дочери смотрели YouTube».

В тот момент мистер Смит решил, что с него довольно.

«Я просто хорошенько подумал. И вспомнил: „Если вы не можете победить их, присоединяйтесь к ним“. А моя школьная подруга предложила действительно хорошую идею. Она сказала: „Почему бы тебе просто не завести канал на YouTube?“. Так я и сделал».

Начинающий ютубер предложил и другим родителям последовать его примеру.

«Создайте свой собственный канал, как я. Продолжайте постить видео. Я тоже буду продолжать делать видео. Я за-

1

См. YouTube-канал «Joe Daddytube».

ставлю своих дочерей и остальных моих детей подписаться на него».

«Итак, я просто собираюсь снимать случайные видео. Я надеюсь, что вам они понравятся... Это может происходить не каждый день, но я хочу, чтобы мои дети, как только у меня будет возможность, наблюдали за мной, а не смотрели бессмысленную чушь».

Эта история попала на страницы британских газет — как говорится, «тема вызвала широкий общественный резонанс». Наверное, это прибавило отцу авторитета в глазах детей. Однако Джо выпустил только десять роликов и забросил свой канал, — хлеб видеоблогера отнюдь не легкий, любое занятие требует труда. Но идея была классная! Надеюсь, у него получилось наладить контакт с детьми — ведь цель была именно в этом, а не в том, чтобы стяжать лавры на новом поприще.

■ *Не телефон отнимает у вас ребенка, а ваше неумение общаться в привычном для него формате.*

Так, может быть, не стоит торопиться спасать детей от гаджетов? Не телефон отнимает у вас ребенка, а ваше неумение общаться в привычном для него формате. В этом нет ничего противоестественного — слова любви и заботы одинаково воспринимаются сказанными вслух и написанными в мессенджере. Также, как обидные замечания и постоянные одергивания портят отношения вне зависимости от того, каким способом они попадают адресату. Около 40% английских подростков признались, что время от времени общаются с родителями с помощью мессенджеров даже тогда, когда те находятся в соседней комнате, — и не видят

в этом ничего дурного. Важно то, что вы хотите сказать человеку, а не то, каким именно способом.

Вот как взаимопроникновение детской аудитории и Всемирной Сети выглядит в отраслевом докладе Института исследований интернета «Детский Рунет 2019¹»:

- *Для выхода в интернет смартфон используют 67% детей в возрасте 5–11 лет и 74% детей в возрасте 8–11 лет;*
- *У 44% детей в возрасте 5–7 лет есть собственный смартфон, у детей в возрасте 8–11 лет этот показатель уже 74%;*
- *Наиболее популярные практики у детей в интернете, по мнению родителей: онлайн-игры — 59% детей, просмотр видео — 53% детей, потребление образовательного контента — 42%;*
- *Картина потребления контента детьми с возрастом меняется. Младшие (до 7 лет) преимущественно пассивны — смотрят кино, мультки и видео (76,6%), даже игры идут с сильным отставанием (44,1%). У детей постарше (8–10 лет) в приоритет выходят игры (69%) и также много времени занимает просмотр разнообразного видео (58,6%). Подростки (10–13 лет) начинают уделять больше внимания учебному контенту, который выходит у них на второе место (42,9%), а пальму первенства все также удерживают игрушки (67,3%). Старшеклассники (14–17 лет) практически поровну делят основное*

1 *Детский Рунет 2019. Отраслевой доклад. //Институт исследований интернета, 2020.*

время между играми и учебой (57,7% и 56,2%), а следующим по популярности занятием становятся у них социальные сети (49,2%).

Между тем, сам интернет полон устрашающих заголовков о «телефонной зависимости» подростков и советов по избавлению от нее. Подчас от них за версту несет глубоким непониманием того, как на самом деле работают технологии. Вот всего лишь несколько примеров из области тестов и анкет для диагностики компьютерной зависимости.

«Как часто ваш ребенок выглядит погруженным в мысли о возвращении в Сеть, когда он находится вне Сети?» — ну, прямо Нео, размышляющий о возвращении в Матрицу.

«Как часто вы заставляли своего ребенка пробивающимся в Сеть против вашей воли?» — видимо, Сеть есть нечто магическое и непостижимое для автора вопроса, куда надо «пробиваться».

«Как часто ваш ребенок выглядит более уставшим и утомленным, чем в то время, когда у вас не было интернета?» — бабушкам и дедушкам такой вопрос задать еще можно, а родителям подростков — вряд ли. Интернет был всегда, а теперь есть и везде.

«Вы не помните на память ни одного телефонного номера, полагаясь на телефонную книгу мобильного?» — ага, значит, у вас зависимость от телефона! А если вы не помните, как выполнить деление в столбик, то у вас зависимость от калькулятора, логично же!

«Вы используете мобильник даже тогда, когда у вас дома есть обычный телефон» — подозрительно, не правда ли? Нормальный человек ведь не станет так делать, он лучше позвонит через телефонную барышню. Или напишет письмо на бумаге и отнесет на почту.

«На ночь вы кладете свой телефон под подушку или на прикроватный столик» — разумеется, это признак зависимости! Только скажите честно, остался ли у кого-то всамделишный будильник?

Создается впечатление, что авторы подобных тестов в силу собственной наивности представляют себе цифровой мир даже не по «Матрице», а, скорее, на уровне «Газонокосильщика»: для 1992 года это было круто, но фильм в прокате провалился, потому что публика не поверила в такой виртуальный мир — угрозы выглядели слишком надуманными. Над всем этим можно было бы посмеяться, однако, если таким тестом на самом деле воспользуется школьный психолог, то ничего хорошего из этого не выйдет. Будет только нагнетание тревоги у родителей, и невыполнимые на практике советы по изгнанию гаджетов из дома. Это все равно что призывать вместо электричества вернуться к керосиновым лампам — мило, но нереально. Однако вывод делается непререкаемый: у детей поголовная зависимость от телефонов, и надо срочно их спасать.

Но позвольте: как эта маленькая вещица из стекла, кремния и алюминия может быть предметом зависимости? Говорить такое — все равно что рассуждать о том, что человек зависит от микроволновки или электродрели.

На самом деле, зависимость может быть от того, что человек делает при помощи телефона. Например, если он играет в азартные

игры, то у него лудомания (пристрастие к азартным играм). Если не вылезает с сайтов для взрослых, то это, вероятно, порнозависимость. Когда кто-то постоянно строчит сообщения в мессенджере одному адресату, не исключено, что он или она находятся в зависимых отношениях. Бесконечно смотрит видео — это обновленная версия ТВ-зависимости (а мусорного контента в интернете гораздо больше, чем в телевизоре). Безудержно заказывает бесполезные вещи в интернет-магазинах? Мы скажем: шопоголик. И так далее.

Большинство известных зависимостей успешно мигрировали в цифровой мир, где предаваться им стало даже удобнее.

То есть нет зависимости «от телефона», «от компьютера» или «от интернета». Есть зависимости от конкретных паттернов поведения, которые реализуются при помощи этих технических средств. С ними-то и надо разбираться, а не винить во всем научный прогресс. Большинство известных зависимостей — например, та же лудомания — успешно мигрировали в цифровой мир, где предаваться им стало даже удобнее. Одноруких бандитов с улиц убрали, а онлайн-казино процветают, несмотря на все старания их искоренить.

Технологии принесли и новые виды зависимостей, которых прежде не было.

Однако, справедливости ради, нужно сказать, что технологии принесли и новые виды зависимостей, которых прежде не было.

Во-первых, зависимость от компьютерных игр, которая иногда доводит и до смертельного исхода. Чаще всего это происходит от переутомления, когда геймеры не отрываются от компьютера по 70-80 часов подряд. Был случай и похуже: молодые родители

так заигрались, что забыли про ребенка на балконе, которого вынесли «погулять». Дело было зимой, малыш погиб. (Но это, скорее, про стационарные компьютеры, на мобильнике сутки напролет не поиграешь.)

Второй вид зависимости, напрямую связанный компьютерными технологиями, — зависимость от социальных сетей. Здесь механизм действия другой: слишком долгое зависание в соцсетях повышает риск развития депрессии, что может довести и до суицида. И в соцсетях как раз зависают, в основном, с телефона, поэтому он и считается источником всех подобных бед. (Подробнее об этом поговорим в главе про социальные сети.)

Но есть и хорошие новости! Российские ученые изучили влияние интернета на развитие умственных способностей у детей и пришли к выводу, что пребывание детей в Сети положительно сказывается на их развитии. Как пояснила в комментарии газете «Коммерсантъ» директор Фонда развития интернета, профессор факультета психологии МГУ Галина Солдатова: «Сейчас и российские, и зарубежные ученые стараются смотреть на интернет иначе, чем раньше: не говорят в ужасе, что все живут онлайн, а стараются оценить среднюю активность и эффективность использования. При этом авторы убеждены, что у детей, пользующихся интернетом, в целом выше успеваемость по сравнению с детьми, для которых пребывание онлайн сведено к минимуму»¹.

Ученые факультета психологии МГУ провели исследование с участием 200 детей, которые были разделены на четыре

¹ Доступ разрешен. Российские ученые определили оптимальное время, которое дети могут проводить онлайн. // Газета «Коммерсантъ», 7 октября 2020.

возрастные группы. Внутри групп детей разбили по интенсивности пользования интернетом и определили оптимальное время времяпровождения в Сети:

- **5–6 лет.** Для детей в этой группе оптимально использование интернета до одного часа в день. У них лучше развита слухоречевая память, чем у сверстников, которые проводили в Сети больше времени;
- **7–10 лет.** В этой категории детям рекомендуется проводить в Сети 1-3 часа в день. Они демонстрировали оптимальный уровень эрудиции и были лучше осведомлены, чем другие участники этой возрастной группы;
- **11–13 лет.** В группе младших подростков также можно предположить существование «оптимального» временного диапазона пользования цифровыми устройствами, который, в сравнении с младшими школьниками, уже существенно больше и может составить от 3 до 5 часов в день;
- **14–16 лет.** Оптимальное времяпровождение для этой группы не удалось определить. Были получены достаточно противоречивые данные. Подростки с низкой онлайн-активностью лучше строили рассказ и грамматически его оформляли. Они имели больший объем зрительной памяти, допускали меньше ошибок при воспроизведении зрительных фигур. Однако подростки из групп с высокой онлайн-активностью также демонстрировали достаточно высокие показатели в данных функциях, в то время как подростки со средней активностью, наоборот, в вербальных функциях

и в зрительной памяти показывали низкие результаты. Это может быть связано как со спецификой ведущей деятельности в данном возрасте (профессионально ориентированная учебная деятельность), так и с тем, что познавательная сфера в данном возрасте уже достаточно сформирована и меньше зависит от цифровой активности подростка.

Помимо понимания некоторых тенденций формирования когнитивных функций у детей и подростков, в исследовании подтверждается предлагаемая зарубежными авторами «гипотеза Златовласки», согласно которой существует некоторая «золотая середина» — такой временной диапазон ежедневной онлайн-активности, который позволяет ребенку пользоваться достижениями научно-технического прогресса не во вред своему когнитивному развитию и психологическому благополучию¹.

Зависимость — это вопрос выбора объекта. Соответственно, диагностика и лечение (или точнее будет сказать, помощь в избавлении от зависимостей) должны проводиться известными методами, без перекладывания всей вины на технологии. Помните, что главная причина детских зависимостей — это проблемы в общении с родителями. Не стоит во всех проблемах винить телефоны.

1 Солдатова Г.У., Вишнева А.Е. Особенности развития когнитивной сферы у детей с разной онлайн-активностью: есть ли золотая середина? // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Т. 27. № 3. С. 97–118. doi: 10.17759/cpr.2019270307.

Я ль на свете всех милее? Феномен селфи

Основоположником жанра селфи можно считать Эдварда Мунка. Испытывая любопытство к современным технологиям, он приобрел свою первую камеру Kodak Bull's Eye №2 в Берлине, когда ему было 40 лет, и начал фотографировать не только то, что видел вокруг, но и себя. (На своих картинах он тоже появлялся часто — просто меняя камеру на кисть.) Одна из наиболее известных его работ в новой технике — автопортрет «а-ля Марат» рядом с ванной в психиатрической клинике доктора Якобсона в Копенгагене, где Мунк в 1909 году лечился от депрессии, сопровождавшейся параноидальными идеями и алкоголизмом. Это изображение может быть одним из самых ранних когда-либо сделанных селфи¹.

Гениальный норвежский художник не был психически здоровым человеком. Может быть, и его последователи, регулярно выкладывающие на всеобщее обозрение «себяшки», тоже больны?

В 2014 году появилось сообщение, что Американская психиатрическая ассоциация признала чрезмерное увлечение самофотографированием обсессивно-компульсивным расстройством и дала ему название «селфитис». В статье утверждалось, что существует три уровня расстройства: пограничный («фотографирование себя как минимум три раза в день, но без размещения в социальных сетях»), острый («фотографирование себя

¹ Исторически первым селфи считается дагерротип, сделанный в 1839 году Робертом Корнелиусом, американским пионером в области фотографии. Он установил камеру, снял крышку с объектива, отбежал и сел на стул, потом встал и закрыл объектив — птичка тогда вылетала медленно, можно было все это успеть. Мунк же фотографировал себя, держа фотоаппарат на вытянутой руке, в той же манере, как мы это делаем сейчас. И по стилю его селфи очень близки к современным.

как минимум три раза в день и размещение каждой фотографии в социальных сетях») и хронический («неконтролируемое желание круглосуточно фотографировать себя и публиковать фотографии в социальных сетях более шести раз в день»).

Новость тут же перепечатали многие уважаемые издания, не посмотрев на источник. Разумеется, сообщение оказалось уткой. Ее придумали журналисты веб-сайта Adobo Chronicles, базирующегося на Филиппинах и позиционирующего себя как источник актуальных невероятных новостей. «Все, что вы читаете на сайте, основано на фактах. За исключением лжи», — говорится в описании ресурса.

Удивительно, как легко люди ведутся на фейки, когда заходит речь о вреде от новых технологий!

Чтобы расставить точки над «i» в истории с публикацией Adobo Chronicles, ученые (разумеется, британские) провели настоящее исследование¹ по шкале «селфитис», опубликованное на сайте вымышленных новостей. Они опросили более 200 индийских студентов и выяснили, что две трети студентов соответствуют критериям «селфитиса». Конечно, заболеванием это не считается, но тенденция была отмечена верно. Вот что отвечали студенты:

Возможность зафиксировать окружение: *«Селфи в определенных условиях помогает мне надолго запомнить этот момент».*

1 *An Exploratory Study of "Selfitis" and the Development of the Selfitis Behavior Scale/ Balakrishnan, J. & Griffiths, M.D. International Journal of Mental Health and Addiction (2018) 16: 722. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9844-x>*

Социальная конкуренция: *«Я чувствую себя потерянным, когда мои друзья получают больше лайков и комментариев для селфи, чем я».*

В поисках внимания: *«Для меня главная причина того, чтобы делать селфи или публиковать их в социальных сетях, — возможность привлечь внимание».*

Изменение настроения: *«Иногда селфи помогает мне выйти из депрессивных мыслей».*

Самоуверенность: *«Я восхищаюсь собой и обретаю необычайную уверенность, когда вижу себя в селфи».*

Субъективное соответствие: *«Я чувствую себя оторванным от своей группы, если не делаю частые селфи».*

Короче говоря, селфи — не болезнь. Не спешите верить всему, что пишут в интернете, — пусть это и созвучно вашим внутренним ощущениям. Даже с нарциссизмом селфи напрямую не связано: далеко не все, кто делает селфи — нарциссы (хотя именно так обществом воспринимаются любители этого способа запечатлеть себя, особенно те, кто пользуется селфи-палкой); обратное утверждение, что все нарциссы любят селфи — тоже не получило научного доказательства (есть множество исследований на эту тему, которые противоречат друг другу).

В 1914 году, будучи тринадцатилетней, Великая княжна Анастасия Николаевна стала одной из первых, кто сделал селфи, чтобы отправить другу. Для этого она использовала собственное изображение в зеркале — это и сегодня один

из популярных способов самофотографирования. В письме, которое сопровождало фотографию, она написала: «Я сделала эту фотографию себя, смотрящей в зеркало. Мне было очень тяжело, потому что мои руки дрожали».

То, что психиатры не признают страсть к селфи болезнью, требующей лечения, не делает это занятие абсолютно безопасным. Достаточно всего одной неудачной попытки сделать захватывающий кадр, чтобы расстаться с жизнью. Тем не менее, раз за разом люди такие попытки совершают, желая удивить друзей, а если повезет, то и весь мир. Некоторым это действительно удается — увы, посмертно.

По данным глобального исследования¹, предпринятого в 2018 году (на этот раз индийскими учеными) для оценки смертей, связанных с селфи во всем мире, за период с 2011 по 2017 год зарегистрировано 137 подобных инцидентов, в которых погибли 259 человек. Разумеется, эта цифра не показывает истинный масштаб бедствия — исследователи включили в обзор только случаи, попавшие в газеты на английском языке.

Достаточно всего одной неудачной попытки сделать захватывающий кадр, чтобы расстаться с жизнью.

Было обнаружено также, что смертельные случаи, связанные с селфи, наиболее распространены в Индии, России, США и Пакистане. Средний возраст «героев» этих эпизодов составил около 23 лет, большая часть из них оказалась мужчинами (72,5%). Главными

1 *Journal of Family Medicine and Primary Care. 2018 Jul-Aug; 7(4): 828–831. doi: 10.4103/jfmpc.jfmpc_109_18*

причинами смерти во время съемки селфи являются утопление, несчастные случаи на транспорте (часто удар током) и падение с высоты. При этом селфи никогда не упоминается как официальная причина смерти. Например, дорожно-транспортные происшествия во время позирования для селфи регистрируются как смерть в результате ДТП, — таким образом, реальная статистика искажается.

Мотивы всех этих претендентов на «Премия Дарвина»¹, в принципе, понятны: глупая бравада, желание показать свою крутость, «безбашенность» или мегаоригинальность. К этому можно добавить обычное хвастовство («Смотрите, где я был»). По сообщению информационного портала The Telegraph, за 2015 год селфи унесли больше жизней, чем нападения акул. (А если акула напала на человека, снимающего селфи, — как это учитывать?) В «Википедии» даже есть целая страница, посвященная смертям и травмам, связанным с селфи, — [List of selfie-related injuries and deaths](#)².

В России увлечение селфи приняло настолько распространенный характер, что этим озаботилось МВД.

В России увлечение селфи приняло настолько распространенный характер, что этим озаботилось МВД и даже выпустило в 2015 году специ-

1 «Премия Дарвина» (англ. Darwin Awards) — виртуальная антипремия, ежегодно присуждаемая лицам, которые наиболее глупым способом умерли или потеряли способность иметь детей, и в результате лишили себя возможности внести вклад в генофонд человечества, тем самым потенциально улучшив его. Хотя премия присуждается за «защиту генофонда», фатальная глупость ее победителей была не врожденной, а социально обусловленной, поэтому говорить о прогрессе генофонда человечества в данном случае некорректно. Довольно часто упоминается в связи с гибелью в процессе съемки селфи.

2 [List of selfie-related injuries and deaths](#) («Википедия»).

альную памятку. Особенно впечатляет, что по общей селфи-активности Москва в то время занимала только 301 место среди городов мира¹. Похоже, что у российских подростков (а именно они чаще всего попадают в такие истории) тяга к риску сильнее прочих.

Безопасное селфи. Памятка МВД России

Ваше здоровье и ваша жизнь дороже миллионов лайков в соцсетях!

МВД России обеспокоено участившимися случаями травматизации и даже летального исхода при попытке сделать уникальное селфи. Каждый из таких случаев можно было предотвратить. Для этого в МВД России создана памятка «Безопасное селфи», призванная обратить внимание — в первую очередь, молодежи — на данную проблему. Мы попытались наглядно, в виде пиктограмм, изобразить наиболее травмоопасные случаи создания селфи, тем самым предостеречь граждан от неоправданного риска ради запоминающегося кадра.

Когда человек пытается сфотографировать сам себя — у него рассеяно внимание, теряется равновесие, он не смотрит по сторонам и не чувствует опасности. Делайте селфи, убедившись, что Вы находитесь в безопасном месте, и вашей жизни ничего не угрожает!

Надеемся, что наше начинание поддержат во всех регионах, поддержит молодежь, взрослые и дети².

-
- 1 The Selfiest Cities in the World: TIME's Definitive Ranking, // **TIME.com**, 10 марта 2014.
 - 2 Безопасное селфи. // МВД РФ, официальный сайт, 2015.

Многие откликнулись на эту инициативу и прислали собственные рекомендации, чего следует избегать, делая селфи. Например, недопустимо использовать металлическую палку для селфи во время грозы. В МВД учли эти предложения и подготовили новую версию «Памятки». В мире нашу инструкцию по безопасному селфи тоже заметили — Би-Би-Си рассказала о ней в своем материале, а Райан Тернер (Ryan Turner), автор блога Connecticut.Marketing, даже перевел ее на английский язык¹.

Отдельно стоит сказать, что экстремальные селфи пользуются большой популярностью у посетителей веб-сайтов. Видео на YouTube, в котором собраны так называемые «25 самых опасных селфи за всю историю»², было просмотрено более 40 миллионов раз. Соответственно, на подобный контент есть спрос. А раз так, то появляется и мотив на этом заработать.

Самое отвратительное, что есть люди, которые сами не рискуют собственной жизнью, но склоняют к этому других.

Но что самое отвратительное — есть люди, которые вместо того, чтобы рисковать собственной жизнью, склоняют к этому других. Предложение о такой «работе» заметили иркутские правоохранители: за опасное фото на краю крыши молодым симпатичным девушкам обещали 2 тысячи рублей. Почему именно девушкам? Видимо, парней уговаривать не надо, они и бесплатно готовы рисковать.

1 *Russian Selfie Guide In English.* // Connecticut.Marketing, 8 июля 2015.

2 *25 Most Dangerous Selfies Ever!* // YouTube, 12 февраля 2015. (Кстати, фото с акулами оказались фейками.)

Что делать, если ребенок увлекся опасными селфи? Увы, простого рецепта нет. Когда вопрос относится к области психологии — а это именно тот случай, — все очень индивидуально.

Если родителям стало известно об опасном увлечении — уже хорошо, потому что обычно подобные вещи дети держат в секрете. Первой обычно приходит мысль рассказать о смертельных случаях из-за селфи. Но одного ребенка это и вправду заставит задуматься, а другому вы, таким образом, только подскажите несколько новых идей. Кстати, никакой разницы в том, делает ли экстремальный снимок ваш ребенок сам, или камеру держит его товарищ, нет — речь ведь идет не об авторских правах и чистоте стиля, а о жизни и смерти.

Проблема не в телефонах с камерами. Риск — бессмысленный и беспощадный — существовал и до их появления, просто не осталось документальных свидетельств творимых людьми глупостей.

Вспомните, как начинается фильм Андрея Звягинцева «Возвращение»: компания мальчишек прыгает с вышки в воду. Среди них двое братьев — Андрей и Иван. Все, кроме Ивана, прыгают, а он, не решаясь ни уйти, ни прыгнуть, остается сидеть на вышке. За ним приходит мать и, взволнованная, уговаривает уйти. Если бы у тех мальчишек были телефоны, они бы делали селфи. И точно также Иван оказался бы изгоем в компании и потом попытался бы доказать, что он не трус, — что в финале картины и привело к трагедии.

Чтобы пресечь поведение подростков, публикующих опасные селфи на своих страницах в соцсетях, депутаты предлагают штрафовать их родителей. Едва ли можно согласиться с тем, что эта мера

разумна, но нельзя отрицать, что ответственность все-таки лежит на взрослых, окружающих ребенка.

Нельзя отрицать, что ответственность все-таки лежит на взрослых, окружающих ребенка.

Что же делать?

Думайте, анализируйте, проконсультируйтесь с психологом. Однако относитесь с осторожностью к советам специалистов: многие из них еще верят в мифическое заболевание «селфитис» и готовы винить во всем технологии. С такими вам точно не по пути!

Самый большой в мире магазин игрушек

Что дети любят больше всего на свете? Правильно, играть. Мобильный телефон для них — это, прежде всего, самый большой в мире магазин игрушек, который всегда под рукой. Неважно, айфон у вас или андроид, — все равно выбор игр во много раз больше, чем в «Детском мире»: в App Store — 292 тысячи, в Google Play — 367 тысяч (по данным Statista.com на 1 кв. 2019 г.). Где вы еще найдете такое изобилие?

Современные малыши начинают осваивать мобильные игры где-то с двух лет, в 3–4 года в них играют 49% детей, в 5–8 лет — 75–76%, в 9–10 лет — 84%¹. То есть почти все. Не опасно ли это для детского здоровья?

1 Мобильные игры для детей: психологи не возражают. // Сайт 7ya.ru, 12 августа 2016.

Российские медики и психологи рекомендуют начинать использовать гаджеты с 2-3 лет, их американские коллеги считают, что и с годовалого возраста уже можно. Так что при соблюдении разумных ограничений ничего страшного в мобильных играх нет. А мультики детвора пока предпочитает смотреть по телевизору.

При соблюдении разумных ограничений ничего страшного в мобильных играх нет.

Наверное, вы в курсе, что не все игры в телефонах детские. Есть игры вполне себе 18+, которые ребенку лучше не видеть. Дело не только во взрослом контенте — игра не по возрасту, скорее всего, покажется ребенку слишком сложной или скучной, поэтому нужно обращать внимание на возрастную маркировку. Пока у ребенка не появится собственный гаджет, с этим проблем, казалось бы, нет: дали свой телефон поиграть, потом забрали телефон.

Да? Вы уверены, что проблем действительно нет? В безобидной игрушке категории 3+ вполне может всплыть реклама онлайн-казино, ваш любознательный ребенок сделает несколько движений своим пальчиком и, может быть, сорвет для вас джекпот в миллион долларов. Или (что более вероятно) благополучно успеет проиграть немного денег с вашей привязанной карты, пока вы заметите, чем он там занимается. Или переключится на «очень взрослую игру», которую подсунула реклама, и вам придется значительно расширить свои познания о сексе, чтобы ответить на его вопросы.

Финансовых потерь можно избежать, если не привязывать к аккаунту телефона свою основную карту.

Можно ли этого избежать? Финансовых потерь — да, если не привязывать к аккаунту телефона свою основную карту. Нежелательного, с вашей точки зрения, расширения кругозора ребенка — едва ли, поэтому будьте готовы ответить на любые неудобные вопросы. Спокойно и без паники! (Подробнее — в главе о нежелательном контенте.)

Безусловно, каждому хочется сэкономить, поэтому мы скачиваем бесплатные игры. Но в этом случае сами становимся товаром: разработчик зарабатывает на показах рекламы и на покупках внутри приложения. Он делает процесс покупки максимально гладким и удобным, чтобы не отрывать вас от игры. Тут и себя-то с трудом удается контролировать, что уж говорить о ребенке!

Может быть, устанавливать только платные игры? Вряд ли этот совет выполним. По статистике менее 10% пользователей готовы платить за игрушки на телефонах. К тому же, в платных приложениях тоже часто встречается реклама, если только не было прямо заявлено, что после оплаты она исчезнет, да и в этом случае — не факт.

Конечно, мы понимаем, что игровой индустрии надо как-то жить, и если никто не будет смотреть рекламу, то новых игр мы тоже не увидим. Но эта ситуация нуждается в регулировании, которого пока нет даже в США, где базируются Apple и Google — владельцы мобильных платформ, управляющие рекламой. Конкретный разработчик просто определяет место в игре, где будет показано объявление или ролик. Он не знает, что именно будет показано, однако в его интересах, чтобы реклама работала. Например, чтобы как можно больше игроков нажали кнопку «Установить» после показа демо новой игрушки в перерыве между уровнями.

И здарсьте-пожалуйста: вы долго выбирали ребенку хорошую «развивалку», а он уже гоняет монстров по подземельям. Вполне возможно, что он и сам этому не рад, — исследования показывают, что дети до 8 лет не различают рекламный контент, считая его частью самой игры, поэтому они будут попадаться на удочку манипуляторов-рекламщиков.

Исследования показывают, что дети до 8 лет не различают рекламный контент, считая его частью самой игры.

К сожалению, такая практика чрезвычайно широко распространена. Результаты исследования¹, проведенного доктором Дженни Радецки с коллегами, показали, что 95% приложений для детей 5 лет и младше содержат хотя бы один вид рекламы. Реклама была значительно более распространена в бесплатных приложениях (100% против 88% в платных приложениях), но столь же часто встречается в приложениях, помеченных как «образовательные», как и в других категориях. Эта «бомбардировка» рекламой подрывает большую часть образовательного контента, содержащегося в приложении, — дети просто не могут сосредоточиться.

Похоже, рекламщики уверены, что дети — это «еще более новая нефть». И при этом чувствуют полную безнаказанность. В некоторых случаях показ рекламы даже превосходит время, которое ребенок проводит в игре. Персонажи в играх мягко давят на детей, чтобы они делали покупки, — между прочим, такая практика, известная как *host-selling*, была в 1974 году запрещена в детских телевизионных программах Федеральной торговой комиссией.

1 Advertising in Young Children's Apps: A Content Analysis // *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*: January 2019 — Volume 40 — Issue 1 — p 32–39 // doi: 10.1097/DBP.0000000000000622

В исследовании доктора Радецки приводятся конкретные примеры манипуляций:

- *В игре Olaf's Adventures от студии Disney нажатие на свевтящийся торт, который не отмечен как реклама, переносит игрока в магазин;*
- *В приложении Doctor Kids от Bubadu игровой персонаж плачет, если игрок нажимает на кнопку «Выйти из магазина».*

В другой ситуации Радецки позволила сыну поиграть в одну из игр по мотивам популярного российского анимационного сериала «Маша и Медведь». И тут всплыло нечто странное: «Это была реально жуткая мультипликационная версия Дональда Трампа, пытающегося сопротивляться нажатию большой красной кнопки с ядерным оружием, — рассказала Радецки. — Мой сын расстроился из-за карикатуры: „Подожди, а у Трампа в офисе есть такая кнопка?“ — и я сказала себе: „О, здорово, теперь мне нужно это объяснить!“».

«Наши результаты показывают, что рынок приложений для детей раннего возраста — это настоящий Дикий Запад, и многие приложения больше ориентированы на зарабатывание денег, чем на игровой опыт ребенка, — делает вывод доктор Радецки. — Это должно иметь серьезные последствия для регулирования рекламы, этики дизайнера детских приложений, а также для того, как родителям определить те детские приложения, которые стоит загрузить».

Иначе говоря, каждый ответственный родитель должен сам протестировать игру, прежде чем давать ее ребенку. Если ребенок уже

выбирает и устанавливает игры самостоятельно, поиграйте вместе с ним. Объясните и покажите на примерах, что реклама — это не часть игры, научите игнорировать ее и не отвлекаться. Технических средств, чтобы блокировать рекламу внутри приложений, к сожалению, нет.

Попытка встревоженных всеобщей цифровизацией родителей вовсе оградить детей от мобильных устройств будет иметь негативные последствия, потому что ребенок не получит тех навыков и знаний, которые есть у большинства сверстников.

В некоторых школах планшеты используются в учебном процессе уже с первого класса, и воспитанный в аналоговом мире ребенок окажется к цифровой среде ничуть не более приспособленным, чем Маугли, выросший в джунглях. Хорошо, что дети быстро обучаются, — он, конечно, догонит одноклассников, но некоторые умения трудно приобрести в «зрелом» возрасте. Просто посмотрите, как подростки набирают текст на телефоне, и сравните с тем, как это делаете вы: такой скорости и легкости никогда не достичь тем, кто с раннего детства не «тыкал» пальчиками в экраны. Недаром будущих музыкантов и спортсменов начинают готовить с дошкольного возраста — потом уже поздно.

Полезно будет ознакомиться с докладом «Дети. Медиапотребление. 2017», основанного на данных уникального комплекса из 25 исследований, проведенных Институтом современных медиа (MOMRI)¹.

1 Ежегодный доклад «Дети. Медиапотребление. 2017» // Сайт momri.org, март 2018. (К сожалению, доклад не стал ежегодным — как было заявлено авторами, это единственный выпуск.)

Половина детей довольна временем, которое дома отводится на мобильные и компьютерные игры (46%). Каждый третий ребенок жалуется, что ему такого времени не хватает, и он хотел бы играть больше.

Начиная с 10 лет некоторые дети ложатся спать около полуночи, потому что им нужно приготовить много уроков на следующий день. А им еще хочется поиграть, пообщаться онлайн. Есть подростки, которые играют по ночам, — если нет четкого запрета, который установлен с самого раннего возраста.

Чем старше ребенок, тем чаще он играет или один (их число растет с 53% до 71%), или с друзьями (с 5% до 27%). С родителями в младшем возрасте играют 43%, в возрасте 6–9 лет — 19% и в возрасте от 10 до 12 лет — лишь 8%.

Большинство детей в возрасте от 2 до 12 лет (64%) играют в несколько игр одновременно: чем меньше возраст детей, тем чаще они играют в несколько игр сразу. Чаще всего дети играют в 2–3 игры параллельно.

Компьютерные и мобильные игры — одна из тем, которая обсуждается в детской среде, начиная с детского сада (50%). Рост интереса к обсуждению игровых тем у девочек отмечается в младшем подростковом возрасте (+17%). Доля мальчиков, коммуникации которых строятся вокруг игровых историй, растет непрерывно: в 3–5 лет — 49%, в 6–9 лет — 65%, в 10–13 лет — 78%.

Девочки играют на смартфонах и планшетах больше, чем мальчики, а на компьютерах и ноутбуках — меньше. Мальчики, в це-

лом, чаще играют: среди девочек практически нет «игроманов», которые играют более 3 часов в день ежедневно. Девочки чаще всего играют несколько раз в неделю.

Если родители сами играют в компьютерные игры, то они чаще узнают информацию об играх из магазина приложений или видят рекламу в интернете; неиграющие родители чаще прислушиваются к мнению ребенка.

Чем старше ребенок, тем реже он прибегает к помощи старших для скачивания игр и чаще делает это сам: в возрасте от 2 до 5 лет мама скачивает игры в 33% случаев, сам ребенок — в 19%; в возрасте от 10 до 12 лет это соотношение уже 13% к 65%. Помощь отца практически одинаково востребована во всех возрастах.

Большинство родителей в России (72%) знают о развивающем потенциале мобильных игр; до половины детей (39%) используют развивающие приложения, но лишь небольшая часть родителей рассматривает мобильные игры как формат совместной деятельности с ребенком.

76% родителей играют в развивающие игры с детьми, но используют при этом планшет только 15%. Одной из существенных причин такой ситуации является отсутствие подобного опыта в собственном детстве и дефицит достоверной информации о том, как взаимодействовать с гаджетом, как правильно интегрировать его в жизнь ребенка.

Так что осваивайте игры вместе с детьми. Если вас смущает, что кто-то застанет вас за этим занятием, скажите, что проводите исследование.

Правда, есть риск, что вам тоже понравится.

«Ноль по поведению», или Телефон в школе

Школа — очень древний институт, который не претерпел существенных изменений со времен Аристотеля. Учитель говорит — ученики внемлют. Любое нарушение дисциплины нещадно карается. Понятно, что в такой обстановке смартфон в портфеле есть великий соблазн для ученика, ведь с его помощью можно ускользнуть со скучного урока в виртуальный мир, где он полностью свободен.

Ученик прекрасно знает, что это бунт, но удержаться не может, пусть бы ему за это и вкатили «Ноль по поведению».

Ученик прекрасно знает, что это бунт, но удержаться не может, пусть бы ему за это и вкатили «Ноль по поведению», как юным героям фильма Жана Виго¹, сотворившим вполне невинную шалость и получившим за это самое суровое наказание. «Ноль по поведению» во французской школе-пансионе означает, что учеников не отпускают на выходные домой, и эта явная несправедливость становится поводом для бунта. Если бы действие фильма происходило в наши дни, то, несомненно, причиной стал бы смартфон, а в конце фильма мальчишки не ушли бы вдаль по крышам, а нырнули бы в цифровое пространство.

¹ «Ноль по поведению» — фильм Жана Виго, снятый в 1933 году. Картина была запрещена во Франции до 1946 года из-за показа в невыгодном свете и высмеивания учителей и государственной власти. Цензоры, как обычно, перестарались: по духу это примерно наша «Республика ШКИД» — никакой особой крамолы и подрыва устоев там нет, просто правда жизни подана в сюрреалистическом ключе.

По меркам существования столь древнего образовательного института как школа, мобильники появились буквально мгновение назад, и школа просто не знает, как на них адекватно реагировать.

Современные технологии еще не интегрированы глубоко в образовательный процесс и часто мешают его плавному и неторопливому течению. Поэтому телефоны в школах пытаются запретить.

Выполняя свое предвыборное обещание, президент Эммануэль Макрон добился принятия закона, по которому с сентября 2018 года французским школьникам запрещено пользоваться мобильными телефонами где-либо на школьной территории. (Надо сказать, что, начиная с 2010 года, Французский кодекс образования уже и так запрещает мобильные телефоны «во время любой учебной деятельности»; новый же закон изгнал гаджеты не только с уроков, но и со школьного двора.)

Макрон сделал запрет на использование телефонов в школах частью своего избирательного манифеста вскоре после того, как мэр Нью-Йорка Билл де Блазио сделал обратное: отменил запрет на телефоны в государственных школах в 2015 году, заявив, что родители хотят поддерживать связь со своими детьми.

Сопоставив эти факты, можно сделать вывод, что в мире нет единой научно обоснованной политики относительно присутствия телефонов в школьной жизни. Решения принимаются политиками, которые просто пытаются угодить своим избирателям, и это не может не настораживать — популизм плохой советчик для педагогики. Одно радует: дети очень адаптивны и легко приспосабливаются к самым нелепым правилам, которые изобретают взрослые.

Французские школьники после введения запрета на гаджеты стали приносить в школу пачки карточек, чтобы играть на перемене, а некоторые — даже книги! Кроме того, было замечено, что ученики разговаривали друг с другом больше, чем раньше. С одной стороны, можно праздновать победу над «цифрой», которая чуть не поработила детей, но с другой — они сами признаются, что компенсируют вынужденное воздержание после уроков.

Корреспондент Guardian спросила у школьных ворот 14-летнюю девочку, что она чувствует по этому поводу. «Существует мнение, что наше поколение не может сосредоточиться или утратило способность общаться. Это неправда, — ответила та. — Когда я нахожусь с друзьями, я показываю им фотографии на телефоне или что-то ищу, и это только добавляет интереса нашему разговору. Жаль, что я больше не могу делать этого в школе»¹.

■ *«Запрет на то, что так важно в жизни учащегося, превращает это в подпольную деятельность».*

Некоторые специалисты указывают на негативные последствия запретов. Антонио Вендрамин, директор школьного округа Суррей в Британской Колумбии, говорит: «Запрет на то, что так важно в жизни учащегося, превращает это в подпольную деятельность». Он считает, что молодые студенты нуждаются в совете и руководстве при использовании новых технологий, и что образование и технологии не являются чем-то несовместимым.

■ *Если удалось донести до студентов идею, что телефон может быть инструментом обучения, это работает гораздо эффективнее, чем запрет.*

1 *'It's pretty easy to talk instead': pupils react to French phone ban. // The Guardian, 7 сентября 2018.*

В ходе исследования, касавшегося использования телефона в школе и охватившего 4000 участников, Вендрамин нашел ряд возможных решений этой проблемы. Например, один учитель просил учеников положить телефон на угол стола экраном вниз и выключить звук. Иногда во время урока он предлагал им воспользоваться телефонами для поиска информации в интернете. Таким образом, преподавателю удалось донести до студентов идею, что телефон может быть инструментом обучения, — и это работало гораздо эффективнее, чем запрет, поскольку способствовало возникновению уважения и доверия между учащимися и учителем.

Что касается России, то, по заявлению главы Рособрнадзора (ныне — Министра просвещения) Сергея Кравцова, введение в школах запрета на гаджеты не планируется. Однако, проблема эта вызывает в ведомстве озабоченность. В августе 2019 года Роспотребнадзор, Минпросвещения, Рособрнадзор и Российская академия образования подготовили методические рекомендации¹, касающиеся порядка использования личных устройств мобильной связи в общеобразовательных организациях.

Как сообщается в пресс-релизе Рособрнадзора, в ходе опроса 61% обучающихся, 89% родителей и 90% педагогов поддержали ограничение использования мобильных телефонов школьниками во время уроков. Около трех четвертей опрошенных считают, что и педагоги, находясь в школе, должны ограничить использование сотового

1 *Роспотребнадзор, Минпросвещения и Рособрнадзор рекомендуют рассмотреть вопрос об ограничении использования мобильных телефонов в школах. // Рособрнадзор, официальный сайт, 19 августа 2019.*

телефона в личных целях в присутствии обучающихся. Более половины школьников согласны с тем, что неупорядоченное использование мобильных телефонов может нанести вред их здоровью и отвлекает от учебного процесса. Среди взрослых участников опроса (родителей и педагогов) с этими утверждениями согласны 83-90% опрошенных.

К сожалению, реальной пользы от этой «методички» мало. Пожалуй, единственный практический совет, который в ней содержится, гласит, что целесообразно переводить устройства мобильной связи в режим «без звука» при входе в образовательную организацию, а также ограничить их использование школьниками во время учебного процесса.

В некоторых школах перед началом первого урока у детей собирают все телефоны и уносят в учительскую до конца учебного дня. Уходя из школы, дети забирают свои телефоны. Никаких проблем родителям это не создает, а учителям так лучше работается. Родители при этом совершенно не против (не говоря о том, что их никто не спрашивает, если в школе приняты такие правила). Между тем, с юридической точки зрения практика сбора телефонов у детей спорна, хотя распространена в школах достаточно широко. При этом часто игнорируются риски, связанные с возможной пропажей или поломкой телефона, пока он пребывает в «красивом ящичке».

С юридической точки зрения практика сбора телефонов у детей спорна, хотя распространена в школах достаточно широко.

Давайте рассмотрим, какая сделка происходит между учителем учеником в момент, когда последний кладет мобильный в коробку. На ум приходит только один вид сделки, подходящий под эту ситуацию: хранение.

По договору хранения одна сторона (хранитель) обязуется хранить вещь, переданную ей другой стороной (поклажедателем), и возвратить эту вещь в сохранности (ст. 886 ГК РФ). Хотя договор хранения и предусматривает простую письменную форму, отсутствие таковой не означает ничтожности сделки (в конце статьи будет приведен в качестве примера судебный акт), и, в соответствии с п.3 ст.887 ГК РФ, несоблюдение простой письменной формы договора хранения не лишает стороны права ссылаться на свидетельские показания в случае спора о тождестве вещи, принятой на хранение, и вещи, возвращенной хранителем.

По окончании срока хранения (урока) хранитель (учитель) обязан возвратить поклажедателю (ученику) ту самую вещь, которая была передана на хранение (п. 1 ст. 900 ГК РФ).

Хранитель отвечает за утрату, недостачу или повреждение вещей, принятых на хранение, по основаниям, предусмотренным ст. 401 ГК РФ (п.1 ст. 901 ГК РФ). Согласно п. 2 ст. 401 ГК РФ отсутствие вины доказывается лицом, нарушившим обязательство.

При безвозмездном хранении убытки, причиненные поклажедателю (ученику) повреждением вещей (утраты), возмещаются: за утрату и недостачу вещей — в размере стоимости утраченных или недостающих вещей; за повреждение вещей — в размере суммы, на которую понизилась их стоимость (п. 2 ст. 902 ГК РФ).

Пока неизвестно об инцидентах, связанных с пропажей детских телефонов во время хранения. Возможно, потому, что такая практика чаще встречается в частных школах, — когда в классе всего пять человек, это не выглядит проблемой. Если же решение будет растиражировано в масштабах страны, едва ли можно будет гарантировать

безопасность хранения всех устройств. Риск для педагогов и администрации школ станет вполне реальным.

Есть, однако, родители, которые считают, что быть на связи — это право любого человека, даже маленького. Если же кто-то злоупотребляет этим правом в ущерб остальным, то преподаватель должен, в свою очередь, иметь право воздействия: потребовать убрать телефон, поставить «Ноль по поведению», вызвать родителей и так далее — применить весь школьный арсенал дисциплинарных взысканий.

Просто взять и отнять телефон у ребенка нельзя. С точки зрения закона, в этом случае учитель ничем не лучше «гопника» в подворотне, — это будет изъятие чужой собственности со всеми вытекающими юридическими последствиями.

Школа не тюрьма, чтобы ограничивать возможность коммуникации, — в частности, с родителями. Если ребенок не учится, а играет в телефоне, но при этом никому не мешает, он в своем праве: получит «неуд», но это его проблема. Вместо того, чтобы бороться с этим неприятным, но относительно безобидным явлением, учителям неплохо бы обращать больше внимания на тех, кто активно мешает учиться другим и проявляет агрессию.

Между тем, мобильный телефон сегодня стал инструментом разоблачения разных неприглядных историй, которые происходят в школе, в том числе и при участии учителей. И не только разоблачения, но и противодействия — такая точка зрения, кстати, распространена в США, где в школах с печальной регулярностью происходят вооруженные нападения, и мобильный телефон может оказаться единственным средством спасения и вызова полиции. Вы только представьте себе, что в школе — стрельба, а все телефоны заперты в учительской...

Представьте себе, что в школе — стрельба, а все телефоны заперты в учительской...

Если бы вместо чиновников от образования, активистов-общественников, юристов, встревоженных учителей и родителей вопрос доверили бы решать инженерам, то всех этих безрезультатных дискуссий и принятия неоднозначных законов можно было бы избежать. Достаточно вспомнить, что смартфон — это карманный компьютер, который может управляться, в том числе, и удаленно, внешним администратором. И что проблема школы не в наличии устройства у учеников, а в том, что они его используют неподобающим образом, мешая уроку.

«Мобильный телефон — это реальность наших детей, нравится нам это или нет. Мы можем сколько угодно возмущаться: мол, мы на переменах во дворе носились, воздухом дышали, а эти — в мобильных сидят. От наших криков и запретов они из своих телефонов не вылезут. Мы хотим украсть у детей ту реальность, в которой они живут, которую любят, без которой будут страдать, и к которой нам, взрослым, все равно придется привыкнуть, потому что она возникла объективно», — считает журналист, писатель, драматург, радио- и телеведущий, сценарист и театральный режиссер Андрей Максимов¹.

Между тем, уже существуют приложения, позволяющие автоматизировать школьные правила². Нет никакой необходимости изымать гаджет у ребенка, когда можно просто запретить использование всех приложений во время урока, кроме тех, которые могут понадобиться (например, каль-

1 «Наших детей обидают и в этот раз». Андрей Максимов — об идее отнять у школьников смартфоны. // Правмир, 27 августа 2019.

2 Например, сервис «ЯРядом» <https://www.imnear.ru/>

кулятор). Техническими средствами можно ограничить и использование приложений на определенной территории, в том числе — на школьном дворе. Если бы французский президент больше консультировался с айтишниками, а не с чиновниками и политтехнологами, то не было бы никакой нужды принимать обещанный им закон в форме тотального запрета, — достаточно было бы внедрить систему по управлению мобильными устройствами и установить ее на телефоны учащихся.

Нет никакой необходимости изымать гаджет у ребенка. Можно просто на программном уровне запретить использование всех приложений во время уроков.

При этом ребенок остается на связи с родителями — звонки возможны, но телефон автоматически переводится в беззвучный режим. Когда ребенок покидает школу, все его функции восстанавливаются в полном объеме.

У меня зазвонил телефон. Кто говорит?

Александр Белл, долгие годы считавшийся создателем телефона, пользоваться своим изобретением¹ не любил. Ученый утверждал, что телефонные звонки отвлекают его от работы и размышлений.

Наверное, ему бы пришлось по душе изобретение Стива Джобса, превратившее телефон из аппарата для совершения

¹ 11 июня 2002 года Конгресс США в резолюции №269 признал, что первенство в изобретении телефона принадлежит итальянцу Антонио Меуччи, который подал заявку на соответствующий патент в 1871 году, а также то, что Белл потенциально мог иметь доступ к материалам Меуччи («Википедия»).

звонков в удивительный прибор, позволяющий заниматься разнообразными делами, в том числе общаться письменно и отвечать в удобное для себя время. В наши дни правилом хорошего тона стало сначала договориться о звонке в мессенджере, а потом уже звонить, — раньше для этого нужно было бы обменяться телеграммами; возможно, кто-то так и поступал. Надо сказать, что такой способ коммуникации будет уместен и в отношении ребенка, когда он находится в школе, особенно, если вы не знаете точно его расписание: неожиданный звонок от мамы в середине урока может поставить его в неловкое положение. Точно также и звонок ребенка в разгар важного совещания будет весьма некстати для любого из родителей. Разумеется, этим правилом можно пренебречь в экстренных ситуациях.

В наши дни правилом хорошего тона стало сначала договориться о звонке в мессенджере, а потом уже звонить.

К сожалению, всегда найдутся люди, готовые ворваться к вам своим телефонным звонком безо всякого предупреждения. Ладно бы это были только близкие или друзья, которым мы готовы простить небольшое беспокойство и будем даже рады их слышать. Проблема в том, что на другом конце провода (хотя какие теперь провода?) может оказаться совсем незнакомый человек с отнюдь недобрыми намерениями. Конечно, непосредственно по телефону никто вам вреда причинить не может (вы же не верите в страшилки типа старого японского ужастика «Звонок», где все, услышавшие странный голос по телефону, через неделю умирали). Но ваш неожиданный собеседник может, в лучшем случае, отнять время на бесполезный разговор, а в худшем — задействует арсенал методов социальной инженерии и оставит вас в серьезном минусе.

Современные злоумышленники весьма искусны и способны «развести» на деньги практически любого, даже самого подготовленного специалиста по противодействию телефонному мошенничеству.

По статистике, чаще всего жертвами телефонных мошенников становятся пожилые люди, но не только — дети тоже находятся в зоне риска. Например, во Владивостоке некоторое время назад в дежурную часть стали обращаться родители маленьких детей с заявлениями о том, что, пока их ребенок находился дома один, на домашний телефон позвонил «дядя» и попросил собрать все ценные вещи и скинуть их в окно. И ведь дети это делали!¹

Если у вас в квартире все еще есть стационарный телефон, объясните ребенку, что не следует отвечать на его звонки, а сами звоните своему чаду только на мобильный — ничего другого тут не посоветуешь. Что же касается звонков на мобильный, то давайте остановимся на технических средствах, которые могут снизить риск контакта с мошенником.

Кроме преступников, использующих телефон в уголовно наказуемых целях, есть огромная проблема телефонного спама.

Кроме явных преступников, использующих телефон в своих уголовно наказуемых целях, есть еще огромная проблема телефонного спама. Вам начинают названивать страховые агенты, сотрудники банков, брокеры, продавцы пластиковых окон, пылесосов и тысячи других вовсе не обязательно нужных вам вещей; вам надоедают разнообразными социологическими и маркетинговыми опросами.

1 *Телефонное мошенничество стало эпидемией. // PrimaMedia.ru, 17 февраля 2011.*

По данным «Лаборатории Касперского», спамерские звонки получают в России примерно три из четырех владельцев смартфонов (72%). Чаще всего спамеры звонят в четверг и пятницу, в интервале между 16 и 18 часами. С вероятностью 70% звонок человеку с неизвестного номера окажется спамом.

От всего этого хочется отгородиться самим и оградить детей. Ведь когда вы покупаете сим-карту для ребенка, то оформлять ее приходится на себя¹. Соответственно, у спамеров, которые каким-то образом раздобудут базу телефонных номеров, нет возможности различить, где взрослый телефон, а где детский, и они будут названивать по всем подряд.

Особо назойливых абонентов можно занести в черный список — такая возможность появилась в телефонии уже очень давно. Когда не было смартфонов, эту услугу предоставлял оператор связи. Сейчас такая функция есть во всех современных аппаратах — обычно она называется «блокировка контактов» или близко к тому. В ответ на свой вызов звонящий услышит только короткие гудки — ваш номер для него всегда будет занят.

Однако количество спамеров настолько возросло, и они научились так часто менять свои номера, что черный список не решает проблему: вы устанете его пополнять. К счастью, разработчики уже проделали за вас эту работу и составили базу спам-номеров, которая постоянно пополняется,

¹ Если точнее, то это действует для детей младше 14 лет. С 14 лет можно оформить номер непосредственно на ребенка, но договор заключается только в присутствии одного из родителей или опекуна.

в том числе самими пользователями. Установите на телефон себе и ребенку приложение Kaspersky Who Calls, включите в нем блокировку спам-звонков и ваша жизнь станет гораздо спокойнее¹. Решайте, отвечать ли на звонок после того, как увидите название компании звонящего, адрес, категорию и сведения о ее репутации. (На телефонах iPhone будет отображаться только название компании.) Однако, если звонящий скрывает свой номер телефона, Kaspersky Who Calls не сможет определить, кто это².

Кроме того, в телефоне есть возможность заблокировать все звонки с неизвестных номеров. В этом случае вы увидите вызовы только с тех с номеров, которые есть в вашем списке контактов. Можно также настроить черный и белый списки в личном кабинете вашего оператора связи.

В общем-то, все знают о черных и белых списках, но далеко не все этим пользуются. А зря! Это простое решение может избавить вашего ребенка от нежелательных звонков, и практически сведет к нулю риск, что он попадется на удочку телефонных мошенников. Не поленитесь, настройте на его телефоне белый список, включив туда близких родственников и друзей, с которыми ваш сын или дочь регулярно общаются.

Взрослые едва ли могут себе позволить ограничить круг общения только белым списком — им приходится отвечать на разные звонки, со знакомых и незнакомых номеров. Если спамеров можно

1 *В бесплатной версии Kaspersky Who Calls требуется доступ в интернет, а платная загружает базу номеров на ваш телефон и работает офлайн.*

2 *См. <https://www.kaspersky.ru/free-caller-id>*

отсесть при помощи специальных приложений, то против мошенников, которые научились подменять свой номер на номер уважаемого учреждения, например, вашего банка, никакие списки и определители номеров не помогут. Так что не теряйте бдительности!

Против мошенников, подменяющих свой номер на номер, например, вашего банка, никакие списки и определители номеров не помогут.

Не меньше хлопот доставляет людям и SMS-спам. Раньше это вообще было стихийным бедствием — рекламные рассылки делали все кому не лень. Проблема разрослась до такого масштаба, что в 2014 году Госдума приняла поправки в закон о связи, запрещающие рассылать SMS, на которые абонент не подписывался. А с 1 января 2018 года запрещены анонимные SMS и голосовые рассылки. Тем не менее интернет пестрит предложениями об организации спам-рассылок на любые сотовые номера, причем технически это настолько просто, что с задачей справится кто угодно.

Если голосовой спам опасен тем, что вас могут уговорить на совершение невыгодных и опасных для себя действий, то главная опасность SMS — это ссылки в теле сообщения. Одно неловкое движение — и вирус или вредоносная программа у вас в телефоне. Думаете, ребенку будет легко устоять от искушения, когда ему предложат сотни бесплатных игр? Или когда придет MMS с текстом «Скорее открой прикольное фото»? После установки вируса могут произойти любые «чудеса», например, спишутся все деньги со счета телефона или с привязанной к нему банковской карты.

Как это делается? Например, вирус может заставить ваш телефон позвонить или отправить SMS на дорогой плат-

ный номер, причем без всяких видимых признаков. Вы это заметите, только когда получите счет от вашего мобильного оператора. Платные звонки и отправка текстовых сообщений с большого количества зараженных телефонов становятся для преступников неплохим источником дохода. А сам платный номер окажется в какой-то далекой стране: жуликов там наша полиция искать не будет, и деньги вам никто не вернет.

Главное правило, которое надо усвоить: никогда не открывайте ссылки из подозрительных сообщений! Вроде бы очень просто, да? Но как отличить подозрительные сообщения от нормальных?

Прежде всего, все сообщения с незнакомых или скрытых номеров — подозрительные. Удаляйте их сразу! А чтобы не искушать судьбу, все-таки настройте блокировку спама на своем телефоне и обязательно на телефоне ребенка.

Все сообщения с незнакомых или скрытых номеров — подозрительные. Удаляйте их сразу!

Хорошо, а если ссылку на фото прислал знакомый человек? И даже подписался своим смешным прозвищем. Стоп-стоп-стоп! Это может быть ловушка! Возможно, что ваш сын, дочь, папа, мама, бабушка, дедушка, начальник, лучший друг, заклятый враг, одноклассник, которого вы не видели лет двадцать, тренер по боксу или йоге — кто угодно из тех, у кого мог быть записан ваш телефон, — не был достаточно осторожен и таки словил себе вирус. Обустроившись на телефоне жертвы, вирус забирается в список контактов и начинает от имени ничего не подозревающего человека рассылать сообщения его знакомым.

Сами понимаете, что против такого приема блокировка по черным и белым спискам не поможет. Сообщение придет из доверенного источника — и почему бы сразу не открыть его? Не спешите. Перезвоните и спросите, что это за ссылку вам прислали и с какой целью. Письменно вам может ответить и злоумышленник, поэтому звонок будет надежнее. Или напишите по другому каналу связи, например, через мессенджер. Если вы услышите разумное объяснение от известного вам человека, то, скорее всего, эту ссылку можно открыть. Однако часто оказывается, что это активность вируса, и ваш знакомый будет вам благодарен за информацию.

Кстати, если вы не хотите понапрасну пугать своих друзей, не отправляйте им ссылки без внятного сопроводительного текста. Современный цифровой этикет предполагает, что сначала нужно немного пообщаться, прежде чем кидать человеку ссылку или какой-то файл.

По секрету всему свету

Анонимность и телефон — вещи взаимоисключающие. Интуитивно это все знали и до эпохи мобильных: коснувшись в беседе какой-нибудь деликатной темы, говорили: «Это не телефонный разговор». Сегодня ситуация только усугубилась. Все, что вы делаете при помощи телефона, видно спецслужбам (причем разных стран, а не только нашим родным), владельцам платформ (Apple и Google), производителям разнообразных телефонов на Android, операторам связи, интернет-провайдерам, владельцам wi-fi и просто случайным людям, которые заглядывают вам через плечо. Подробно об этом уже сказано в главе, посвященной анонимности

в интернете. Но вот несколько важных вещей, которые стоит особо упомянуть применительно к мобильному телефону.

■ *С мобильного телефона нельзя делать никаких анонимных звонков и SMS.*

С мобильного телефона нельзя делать никаких анонимных звонков и SMS. Никаких обидных розыгрышей, угроз, дерзких постов в соцсетях. Никаких глупых выходок вроде звонка о том, что в школе заложена бомба, чтобы отменили контрольную. Даже с «левой» симки, купленной у вокзала. Вас все равно найдут и очень просто. У телефона есть уникальный номер IMEI¹. Раньше в нем стояла ваша симка, привязанная к договору со всем вашими персональными данными, потом была другая, а теперь снова ваша. Думаете, трудно связать эти факты?

■ *Нельзя давать свой мобильный телефон незнакомым людям.*

Из этого вытекает важное следствие: не давайте свой телефон незнакомым людям. Мало того, что его могут просто не вернуть; все, что будет сделано с его помощью, припишут вам, и доказать обратное будет очень сложно. Да, но как же быть, если кому-то действительно нужна помощь? Очень просто: держите свой телефон в руках, попросите человека назвать номер и включите

1 *IMEI (International Mobile Equipment Identity — «международный идентификатор мобильного оборудования») — это уникальный 15-разрядный номер для идентификации телефонов. Как правило, IMEI указывается в четырех местах: в самом аппарате (в большинстве случаев его можно вывести на экран набором *#06# на клавиатуре), под аккумуляторной батареей, на упаковке и в гарантийном талоне. IMEI играет роль серийного номера аппарата при авторизации в Сети, передается в эфир при авторизации в Сети.*

громкую связь. Лучше показаться невежливым, чем остаться без телефона и получить кучу проблем.

Для все большего числа людей телефон становится основным (а порой и единственным) каналом выхода в интернет. Это, несомненно, радует рекламодателей, потому что мобильных пользователей им отслеживать гораздо проще. Когда навязчивая реклама превратилась в настоящее бедствие, с ней стали бороться с помощью блокировщиков и анонимайзеров, и достаточно в этом преуспели — теперь технологии, препятствующие отслеживанию, встраиваются во все популярные браузеры, не говоря уже о том, что есть и специальные плагины, которые можно себе установить.

 Каждый смартфон, благодаря наличию в нем кучи датчиков, еще более уникален, чем персональный компьютер.

Однако смартфоны в этом смысле по-прежнему уязвимы. Дело в том, что каждый смартфон, благодаря наличию в нем кучи датчиков, еще более уникален, чем персональный компьютер. Каждый датчик — это миниатюрный физический прибор, требующий калибровки, а набор калибровочных параметров формирует уникальный «отпечаток» конкретного аппарата, который не изменится даже после переустановки операционной системы и сброса настроек к заводским параметрам.

Современные мобильные устройства поставляются с различными встроенными датчиками, такими как акселерометр, гироскоп и магнитометр. Мобильные приложения полагаются на эти датчики, чтобы обеспечить богатую функциональность: отслеживание тренировок, улучшение взаимодействия с пользовательским интерфейсом и повышение

производительности игр. Естественная вариация при изготовлении встроенных датчиков означает, что выход каждого датчика уникален, и поэтому они могут быть использованы для создания «отпечатков пальцев» устройства.

Датчики движения, используемые в современных смартфонах (включая акселерометр, гироскоп и магнитометр), основаны на технологии MEMS (Micro-Electro-Mechanical Systems)¹. Акселерометр и гироскоп измеряют ускорение и скорость вращения устройства по каждой из осей соответственно. Большинство смартфонов и смарт-часов оснащены одним трехосным акселерометром и одним трехосным гироскопом. Магнитометр измеряет магнитное поле Земли относительно устройства, он также есть в большинстве моделей.

Хотя технология MEMS значительно сократила размер и стоимость датчиков движения, датчики MEMS обычно менее точны, чем их полноразмерные аналоги, из-за различных типов ошибок. Многие коммерческие датчики откалиброваны на фабрике, а параметры калибровки хранятся в прошивке, обеспечивая точные измерения без предварительной калибровки. В отличие от этого датчики, встроенные в недорогие смартфоны, как правило, плохо откалиброваны из-за высокой стоимости и сложности заводской калибровки.

1 Микроэлектромеханические системы (МЭМС) — устройства, объединяющие в себе микроэлектронные и микромеханические компоненты. МЭМС-устройства обычно изготавливают на кремниевой подложке с помощью технологии микрообработки, аналогично технологии изготовления однокристалльных интегральных микросхем. Типичные размеры микромеханических элементов лежат в диапазоне от 1 микрометра до 100 микрометров, тогда как размеры кристалла МЭМС-микросхемы имеют размеры от 20 микрометров до 1 миллиметра («Википедия»).

Авторы новой методики берут данные калибровки каждого устройства из таких датчиков как гироскоп, акселерометр и магнитометр. Они выбрали эти датчики, потому что каких-либо специальных разрешений для доступа к ним не требуется: данные акселерометра и гироскопа могут быть доступны как через родное приложение, установленное на устройстве, так и через JavaScript, когда пользователь посещает веб-сайт. Пока исследователи сосредоточились на датчиках движения, но ожидается, что отпечаток на основе калибровки может быть создан для других датчиков на различных устройствах, включая камеру, сенсорный экран и батарею¹.

Среди широкой публики распространено мнение, что через телефоны нас постоянно подслушивают. В подтверждение этому обычно приводят истории, как кто-то произнес слово, а потом эта реклама появилась у него в ленте, хотя человек (как он сам клятвенно заявляет) поисков по этой теме не выполнял и в переписке ни с кем этого вопроса не касался — ни в почте, ни в мессенджерах. Нельзя отрицать, что телефон собирает множество данных о пользователе, и что эти данные любят анализировать как рекламные фирмы, так и спецслужбы — каждая в своих интересах. Но слишком демонизировать технологии все же не стоит.

Специалисты из компании Wandera решили проверить опасения пользователей². Взяли два телефона и поместили один в «аудиокомнату», где звучала реклама, а другой — в звуко-

1 *SENSORID: Sensor Calibration Fingerprinting for Smartphones. Jixin Zhang, Alastair R. Beresford (University of Cambridge), Ian Sheret (Polymath Insight Limited) // IEEE-Security.org, 5 мая 2019.*

2 *Вас подслушивает телефон: миф или реальность? // Русская служба BBC, 5 сентября 2019.*

изолированную комнату. На телефонах были запущены приложения соцсетей. Потом проверили наличие рекламы в обеих и проанализировали расход батарей и трафик. Активность телефонов в «аудиокомнате» и звукоизолированной комнате была идентичной. Это означает, что телефон не ведет аудио-запись и не передает данные на сервер, считают исследователи. Если бы это происходило, то нагрузка на телефон была бы такой же, как при использовании голосовых помощников.

То есть рассказы о тотальной прослушке (и тем более подглядывании) при помощи мобильных телефонов можно отнести к области мифов. Владельцы платформ просто не располагают достаточными техническими ресурсами, чтобы прослушивать миллиарды пользователей в режиме 24/7, это факт. А вот истории о выборочном прослушивании частных разговоров подтвердились.

В частности, компания Apple извинилась перед пользователями устройств после того, как выяснилось, что она нанимала субподрядчиков, которые имели возможность слушать записи разговоров, происходивших вблизи айфонов, — как утверждает, для контроля качества распознавания речи голосовым помощником. Теперь пользователи могут выбрать, соглашаться или нет на мониторинг качества распознавания их речи. Только у тех пользователей, кто прямо даст на это согласие, записи разговоров будут доступны для прослушивания человеком¹.

Пользователи могут выбрать, соглашаться или нет на мониторинг качества распознавания их речи.

1 *Siri слушала, записывала и расшифровывала разговоры окружающих. Apple обещает, что больше не будет. // Русская служба BBC, 28 августа 2019.*

Сотням людей платили за расшифровку голосовых сообщений из приложения Facebook* Messenger. Как выяснило агентство Блумберг, социальная сеть отдавала голосовые сообщения на расшифровку компаниям-подрядчикам. В Facebook* подтвердили эту информацию. Компания заявила, что обрабатывала сообщения только тех пользователей, которые в приложении выбрали опцию расшифровки голосовых сообщений¹.

Несмотря на поднятый вокруг этих разоблачений ажиотаж, тревожиться едва ли стоит: в упомянутых случаях речь шла действительно только о совершенствовании качества распознавания речи. Искусственному интеллекту нужна надежная обучающая выборка, основанная на реальных данных, поэтому компании и привлекали людей к расшифровке записей разговоров.

Плохо другое: во-первых, делалось это не вполне публично, а во-вторых, расслабляться по поводу слежения за мобильниками рано.

Есть масса способов прослушивать разговоры по мобильному — пусть и не в мировом масштабе. В пределах страны этим занимаются, выполняя свои задачи, правоохранительные органы, и операторы связи обязаны предоставлять им доступ к своему оборудованию.

С позиций защиты гражданских свобод можно, конечно, выразить озабоченность слишком широкими полномочиями спецслужб. Однако, в целом, для законопослушных граждан риск от этого канала

* Соцсеть признана экстремистской и запрещена на территории РФ.

1 Facebook (Соцсеть признана экстремистской и запрещена на территории РФ.) привлекал людей к расшифровке голосовых сообщений. Компания свернула проект. // Русская служба BBC, 14 августа 2019.

невелик, зато преступников при помощи таких методов ловят, причем весьма эффективно.

Что же до мошенников и других заинтересованных лиц, действующих за рамками закона, то у них существует еще несколько способов перехвата телефонных разговоров. Например, установка фальшивой базовой станции, которая, правда, требует специального оборудования и технических знаний и применяется, в основном, разведчиками или шпионами — в зависимости от того, на чьей стороне они работают. В Китае, впрочем, коммерсанты часто применяют фальшивые базовые станции для массовой рассылки спама на мобильные телефоны, находящиеся в радиусе сотен метров.

Но оставим шпионские страсти и обратимся к более насущным проблемам.

Потенциально можно прослушать телефон любого пользователя: для этого надо всего лишь установить на него специальную программу-троян. Подвержены этому риску телефоны как с Android, так и с iOS.

Каналы заражения могут быть разными. Например, преступник, получив доступ к вашему телефону, просто устанавливает нужное приложение. Даже если это делает близкий человек, он все равно остается преступником — об этом следует помнить ревнивым мужьям и женам. Советов по поводу организации такой прослушки в интернете полно, однако их авторы умалчивают об уголовной ответственности за подобное деяние — ст. 138 УК РФ «Нарушение тайны переписки, телефонных переговоров, почтовых, телеграфных или иных сообщений». Установить прослушку могут и во время ремонта телефона, поэтому не пользуйтесь услугами случайных мастерских.

■ Установить прослушку могут во время ремонта телефона. Не пользуйтесь услугами случайных мастерских.

Подростки могут захотеть сделать это из озорства — прикольно же подслушать, о чем говорят девочки, например, или еще лучше — учителя. Поговорите с ребенком о том, что прослушивание чужих телефонов — это не забава, а самое настоящее уголовное преступление.

Но бывает, что вы сами скачиваете софт, содержащий шпионские функции, причем необязательно ограничивающиеся только прослушкой. Если уж троян пробрался на ваш телефон, он не погнушается кражей личных данных, паролей и денег. Конечно, в официальных магазинах такого быть не должно, однако истории, подобные приведенной ниже, регулярно случаются.

MobonoGram 2019 — приложение, позиционирующееся как неофициальная версия Telegram с большим набором функций. Из официального магазина Google Play его скачали более 100 тысяч пользователей. На деле приложение не только не могло предложить расширенных функций мессенджера, но и продвигало вредоносные сайты. В MobonoGram 2019 использовался код легитимной версии Telegram, к которому были добавлены несколько скриптов, работающих незаметно для пользователя. Именно эти скрипты отвечали за загрузку вредоносного контента, получаемого от командного сервера¹.

В целом, следует признать, что действия, совершенные в интернете с мобильного телефона, отслеживаются гораздо лучше, чем

¹ Неофициальную вредоносную версию Telegram установили 100 тыс. юзеров. // Anti-Malware.ru, 16 июля 2019.

с обычного компьютера. Даже профессиональному хакеру трудно замести свои следы, работая с телефона. Лучше и не пытайтесь!

Цифровой швейцарский нож

«Я всегда с собой беру видеокамеру!» Помните этот припев из некогда популярной телепередачи «Сам себе режиссер»? Как ни странно, она продолжает выходить в эфир, хотя, казалось бы, кому это нужно, когда можно посмотреть сколько угодно приколных роликов на YouTube, TikTok или Likee (бывшем Like.Video).

В 1992 году, когда все только начиналось, первые материалы для программы были куплены у американского канала ABC, а последующие снимала творческая группа, потому что редко у кого была видеокамера, да и сюжеты любительских видео не блистали разнообразием. Потом публика постепенно втянулась, среди присланных материалов стали попадаться по-настоящему талантливые, но рейтинг передачи безнадежно упал и никогда больше не достигал былых высот.

Почему? Да потому, что в телефонах появились видеокамеры вполне приличного качества, и открылось множество возможностей публиковать свой фото- и видеоконтент, не дожидаясь одобрения редактора. Каждый теперь действительно сам себе режиссер.

Видеокамера так и не успела стать массовым бытовым прибором, который имеется в каждом доме, — смартфон убил ее практически на взлете. Вы вообще когда-нибудь задумывались, сколько вещей

вытеснил из нашей жизни изящный гаджет, который мы по инерции все еще называем телефоном? Давайте вспомним их поименно, павших под натиском цифровизации:

- **Видеокамера** — раз уж мы с нее начали. Пожалуй, основное количество видео сегодня снимается именно на телефоны; этим пользуются даже известные телеведущие для своих личных проектов в интернете;
- **Фотоаппарат** — качество съемки стало чуть ли не главным критерием, по которому выбирают новый телефон;
- **Фотоальбом** — на телефон не только снимают, на нем же и просматривают фотографии;
- **Калькулятор**;
- **Фонарик**;
- **Будильник**;
- **Секундомер**;
- **Зеркало**;
- **Лупа**;
- **Ежедневник**;
- **Адресная и телефонная книжка** — уже и свой-то номер не все помнят, не говоря о чужих;

- **Календарь** — бумажный остался разве что в виде арт-объекта для украшения стен;
- **Диктофон**;
- **Радио** — хотя эта функция уже и в телефонах умирает при переходе к беспроводным наушникам; ранее провод использовался как антенна;
- **Плеер** — если помните, то первым успешным ходом Apple на потребительском рынке был именно выпуск MP3-плеера iPod с магазином iTunes, где была доступна любая музыка;
- **Портативный телевизор и видеоплеер**;
- **Шагомер** (его еще называют педометр) — все фитнес-трекеры используют эту возможность телефонов;
- **Тюнер для настройки гитары, укулеле или другого инструмента.** Теперь можно это делать, вообще не имея слуха.

Кроме того, смартфон может работать как множество физических приборов — нужно только установить специальные приложения:

- Измеритель уровня звука, или **шумомер** — может пригодиться, чтобы понять, нарушает ли уже сосед с перфоратором закон о тишине или еще нет;
- **Виброметр** — чтобы продиагностировать, нет ли где опасных вибраций, и не пора ли отдавать компьютер в ремонт, потому что подшипники вентилятора износились;

- **Люксметр** — для замера освещенности на рабочем месте. Вдруг не соответствует стандартам по охране труда!;
- **Прибор для поиска скрытой проводки** — да-да, в телефоне есть датчик электромагнитного поля, он и это может;
- **Металлоискатель** — пригодится для поиска кладов или гантелей, закинутых под кровать;
- **Уровень** — для профессионального использования, может, и не подойдет, но зато всегда под рукой. По крайней мере, картину повесите прямо;
- **Линейка** — небольшая, в размер экрана, но иногда и этого хватит. Обладатели телефонов с большим экраном почувствуют свое превосходство;
- **Сканер штрих- и QR-кодов** — тоже полезная вещь. У нас пока оплата по QR-коду не очень распространена, а в Китае она уже на каждом шагу;
- **Тюнер для настройки гитары, укулеле, балалайки и вообще любого инструмента.** Если вы не обладаете идеальным слухом, а играть охота, — незаменимая вещь;
- **Метроном** — крайне полезная штука для начинающих музыкантов;
- **GPS-датчик**, чтобы не спрашивать «Где я?». Увы, работает только на Земле, если вас похитят инопланетяне — не поможет;

- **Компас** — с телефоном вы всегда будете знать, где север, где юг; это надежнее, чем определять стороны света по мху на деревьях;
- **Спидометр** — можно поставить хоть на детский велосипед и устраивать гонки;
- **Акселерометр** — с его помощью можно проверить закон земного тяготения (только не бросайте телефон на асфальт с балкона);
- **Термометр** — в качестве медицинского едва ли сойдет, но насколько тепло или холодно в комнате, покажет. В некоторых моделях есть даже датчики влажности и давления, так что получается полноценный климат-контроль.

И это далеко не полный список того, что умеет ваш телефон. Пожалуй, единственное, чего в современных телефонах нет, так это отвертки и штопора, иначе он бы уже потеснил знаменитый швейцарский армейский нож.

Современный смартфон — настоящая маленькая физическая лаборатория у вас в кармане.

А теперь подумайте: если у ребенка изъять настоящий телефон (смартфон) и дать простую «звонилку» — сколько всего ему еще понадобится? Положим, без компаса он найдет дорогу в школу. Но калькулятор ему нужен, плеер и фотоаппарат он тоже попросит, будильник сами купите, чтобы не проспал школу. Да и остальные цифровые вещи тоже полезны — надо только показать, что они есть в его телефоне, и научить ими пользо-

ваться. Может быть, тогда он будет меньше смотреть YouTube и больше интересоваться окружающим миром, ведь современный смартфон — это настоящая маленькая физическая лаборатория у вас в кармане.

Работает? Не трогай! — Джейлбрейк и рутование

Компания Apple ограничивает доступ к некоторым функциям своих устройств. Например, на iPhone вы не можете увидеть файловую систему, хотя она там есть, как и на любом компьютере. Кроме того, стандартная версия iOS позволяет устанавливать приложения только из официального магазина App Store. Чтобы обойти эти и некоторые другие ограничения, установленные вендором, хакеры-энтузиасты научились делать **джейлбрейк** («jailbreak» дословно с английского — «побег из тюрьмы») — взламывать операционную систему, чтобы получить полный доступ ко всем функциям.

Поначалу это имело смысл, поскольку приложений в «родном» магазине Apple было мало, и попасть туда независимым разработчикам было сложно. Многие пользователи с нетерпением ждали джейлбрейка после выхода новой версии операционной системы, чтобы расширить возможности своих устройств.

Сейчас джейлбрейк практически потерял смысл, поскольку iOS ушла далеко вперед в своем развитии, да и приложений

в официальном магазине так много, что едва ли есть необходимость искать их на стороне.

В принципе, ничего противозаконного в джейлбрейке нет: ломайте свои айфоны на здоровье, но учтите, что после взлома вы лишаетесь права на техническую поддержку и гарантийное обслуживание. (Вы все еще уверены, что оно вам надо?) Правда, можно заново установить официальную версию iOS, и это устранил следы взлома. Но главное не в этом — приложения из непроверенных источников могут быть потенциально опасными. А значит, обычным пользователям джейлбрейк противопоказан.

Если вдруг ваш ребенок наслушался легенд о давних временах, когда, чтобы быть крутым, нужно было обязательно ставить джейлбрейк, объясните ему, что эти сведения устарели, и сегодня нужды в этом никакой нет.

Аналогичная процедура на андроид-телефонах называется **рутование** или рутинг (от английского root — «корень»). Цели аналогичные — получить полный контроль над своим устройством и выжать из него максимум. Например, на рутованном телефоне можно увеличить частоту процессора, чтобы заставить его работать быстрее, или установить приложения для взлома игр. Такие приложения получают доступ к памяти игр, чтобы изменять в них те или иные параметры или позволять играть бесплатно.

Но, как обычно, вместе с новыми возможностями вы получаете и новые риски.

Наличие у владельца устройства прав суперпользователя нарушает главные принципы безопасности Android. С та-

кими правами приложения получают возможность творить что угодно — в том числе удалять файлы, необходимые для работы операционной системы.

Это могут сделать и честные приложения — просто потому, что разработчики не тестировали их работу на взломанной системе. А уж для вредоносных приложений после получения прав суперпользователя наступает полное раздолье. Они могут воровать пароли из браузера, скрытно покупать приложения на Google Play, подменять адреса в браузере (фишинг), скрытно устанавливать приложения, в том числе в системные разделы, помогать закрепиться троянам.

■ *Для вредоносных приложений после получения прав суперпользователя наступает полное раздолье.*

В общем, не уверен — не рутуй! Гарантия на взломанный аппарат не действует. И, если взвесить трезво, проблем от джейлбрейка и рутинга можно «поймать» много, а выгоды — практически никакой.

Предупредительные меры

Вообразите ситуацию, когда ваш телефон действительно исчез. То ли его вытащили у вас из кармана, то ли вы сами забыли его на скамейке, то ли выронили на переходе и прямо на ваших глазах по нему проехал грузовик. Увы, такое может произойти с каждым, и лучше быть заранее к этому готовым, чем в панике вспоминать все прочитанные когда-то советы, которые будут уже бесполезны.

Тогда ваша беда сократится до размера суммы, которую придется выложить за новенький аппарат.

К сожалению, большинство пользователей игнорируют даже самые простые рекомендации, а потом грустят об утраченных фотографиях с романтического свидания или с веселой вечеринки, переживают из-за записанных в заметках паролей ко всем счетам и аккаунтам (хотя этого как раз делать нельзя), думают, где заново найти все нужные контакты, — поводов для печали у них предостаточно.

Всех бед, связанных с утратой смартфона, можно избежать, если настроить на нем копирование в облако. В наше время этот совет звучит банально, и, тем не менее, некоторые им пренебрегают — либо из легкомыслия, либо из принципа.

У каждого телефона свои настройки, с которыми вам придется разобраться самостоятельно. В любом случае, ничего сложного в этом нет. В итоге вам предложат более-менее стандартный набор для резервного копирования: контакты, сообщения, заметки, приложения, настройки, фотографии, музыка, документы, настройки будильника, вид главного экрана и прочее.

Если по каким-то соображениям вы не хотите, чтобы ваши данные и фотографии хранились в облаке, то остается вариант регулярно делать резервное копирование с телефона на домашний компьютер.

Имея такую копию, вы можете запросто восстановить свой телефон до рабочего состояния, если нечаянно «словили» вирус, доигрались с настройками так, что пришлось все обнулить до заводских

установок, или купили новый аппарат взамен утраченного. Это очень облегчает жизнь и бережет нервы.

Как водится, в каждом деле есть свои тонкости. Поставщики телефонов — Apple, Samsung, Xiaomi, Huawei и другие — дают в своем облаке бесплатно не очень много места. Например, владельцы айфонов получают только 5 ГБ, Samsung более щедр — выделяют 15 ГБ. Для хранения резервной копии этого достаточно, однако, если вы станете регулярно сливать в облако свои фотографии, то быстро почувствуете, что вам тесновато.

Поэтому копирование фотографий (и видео) лучше настроить отдельно. Для этого подойдет любое популярное облачное хранилище — Яндекс.Диск, Облако.Mail.ru, OneDrive от Microsoft, DropBox или Google — причем у Google есть специальное приложение Photo, которое умеет не только копировать фотографии с телефона, но и сортировать их по разным признакам. Для большей надежности можно настроить копирование сразу в два облака, хуже не будет.

Так, хорошо. О данных мы позаботились, теперь давайте позаботимся о самом аппарате, чтобы в случае, если вы с ним нечаянно расстанетесь, можно было его разыскать. Наверное, все об этом знают, но нелишним будет напомнить.

На айфоне нужно просто включить функцию поиска потерянного устройства в настройках; для телефонов на Android сначала придется установить специальное приложение от Google — Find My Device (оно видит и айфоны тоже).

Сделав это, вы сможете в случае утери телефона, во-первых, увидеть, где он находится (если не отключена геолокация). Если вы обронили свой телефон в лесу, то этого будет достаточно для поиска. В городе ваш мобильник обязательно кто-то подберет и, возможно, захочет его вам вернуть. А, может быть, и нет.

Есть и еще ряд действий, предпринять которые весьма желательно:

- *Заблокируйте вход в телефон. Это особенно важно сделать, если вы вдруг были настолько беспечны, что не поставили пин-код или пароль. Еще вы сможете выводить на экран блокировки сообщение, которое будет появляться при каждой попытке включения, чтобы объяснить нашедшему, как с вами связаться;*
- *Закройте все открытые на телефоне сессии и выйдите из всех приложений на случай, если кто-то все-таки сломает входной пароль. Для пущей верности можно вообще очистить устройство, удалив с него все данные без возможности восстановления. (У вас же есть резервная копия, не так ли?);*
- *Важно: после удаления данных с телефона отследить его с помощью функции поиска будет невозможно. Но если надежды на возвращение нет — это нужно сделать. Если устройство не в Сети, данные будут удалены при следующем подключении.*

Один нюанс относительно детского телефона. Если вы не настроили семейный доступ (как было сказано выше), то телефон ребенка,

скорее всего, привязан к аккаунту одного из родителей, а значит, он сам заняться поиском не сможет, даже добравшись до компьютера. Положение детского телефона можно отслеживать и при помощи Kaspersky Safe Kids, если у вас это приложение установлено.

И еще из предупредительных мер: если ваш телефон найдется, то вам придется доказывать, что вы его владелец. Вы точно помните его приметы? Царапина на правом боку, трещина на стекле? Модель, серийный номер и IMEI, который понадобится при розыске? И знаете, где лежит коробочка с паспортом и чеком из магазина? Очень хорошо!

Совсем не лишним будет сохранить их копии в специальной папке в облаке, чтобы иметь возможность быстро предъявить. И еще: наберите *#06# на клавиатуре, чтобы увидеть IMEI и серийный номер, и сделайте скриншот — это проще, чем переписать множество цифр и не ошибиться.

Если это все-таки произошло...

Увы, никто не застрахован от таких неприятностей, как расставание с телефоном. На этот случай у вас должен быть план действий. Честно скажем: шансы вернуть свое устройство невелики, но они есть, и сразу отчаиваться не стоит. Вы ведь выполнили все, о чем мы говорили в предыдущем разделе: данные — в облаке, функция поиска включена, телефон заблокирован. Да?

Прежде всего, надо четко разграничить две ситуации — потеря и кража, и не смешивать одно с другим. А именно: не надо

пытаться выдать свое ротозейство за чей-то преступный умысел.

Потому что при обращении в полицию вас попросят максимально точно описать обстоятельства происшествия, время, место и приметы потенциального преступника. Если вы все это будете выдумывать, то обязательно запутаетесь, и в возбуждении дела вам откажут, а без открытого дела ваш телефон искать никто не будет. Также надо быть готовым подтвердить свои права на аппарат — на слово вам никто не поверит, понадобятся документы или хотя бы их копии.

Будьте готовы подтвердить свои права на аппарат — на слово вам никто не поверит, понадобятся документы.

Допустим, вам повезло убедить полицию открыть дело. Что произойдет дальше? Следователь направит запрос операторам мобильной связи, и если повезет еще раз, то ваш телефон найдут. То есть технически можно найти любой телефон, но это довольно хлопотно и дорого, поэтому обычно такие методы задействуют только при расследовании тяжких преступлений, в которых засветился какой-то телефон, а на обычные кражи просто не хватает ресурсов. Короче говоря, если за пару месяцев чуда не произойдет, об украденном телефоне можно забыть. Все предложения «пробить» телефон в обход полиции — чистое мошенничество.

Искать ваш телефон полиция обязана следующим образом.

Заявление согласно ст. 141 УПК РФ и Инструкции, утвержденной приказом МВД РФ №736 от 2014 г., должно быть принято сразу же. Потерпевший может сделать его в письменном виде (в этом случае документ регистрируется в Книге учета

заявлений), либо в устном (в этом случае его слова заносятся в протокол).

В течение 3 дней полиция должна провести проверку заявленных сведений и возбудить дело, или дать мотивированный отказ согласно ч. 1 ст. 144 УПК РФ. В некоторых случаях срок может быть продлен до 10 или 30 суток.

Если уголовное дело возбуждено, потерпевший об этом письменно информируется. Если же в возбуждении отказано, то ему направляется постановление об отказе, которое может быть обжаловано в суде, либо районному прокурору в порядке ст. 124–125 УПК РФ.

Срок следствия (то есть реального поиска телефона) не может быть больше 2 месяцев согласно ст. 162 УПК РФ. По ходатайству следователя может быть продлен еще на 3 месяца. (Но вряд ли в случае обычной кражи.)

На практике, если находят, то часто по горячим следам. Вора могут задержать и безо всяких технических хитростей — по приметам, как это делали в МУРе во времена Глеба Жеглова и Володи Шарапова.

Если вы просто потеряли телефон, то сразу отчаиваться не стоит. Мир не без добрых людей, и наверняка среди ваших знакомых найдутся несколько человек, которые поделятся историей о том, как им вернули телефон. Люди забывают мобильники в такси, кафе, магазине, аэропорте, в самолете в кармане впереди стоящего кресла (хотя стюардессы настойчиво напоминают, что класть их туда не стоит), в метро, на скамейке в парке —

да где угодно. Кто-то теряет, а кто-то находит — и даже отдает найденную вещь.

Можно повысить вероятность возврата, если внести IMEI пропавшего телефона в базу LoSTolen.

Можно немного повысить вероятность возврата, если внести IMEI пропавшего телефона в базу LoSTolen (<https://sndeep.info/en/lostolen>). Потому что скупщики б/у телефонов, не желая попасть под уголовную ответственность за сбыт краденного, часто проверяют принесенные им аппараты по этой базе. А если вы укажете размер вознаграждения, то ваши шансы еще немного подрастут. И проверяйте сами эту базу — бывает, что утерянный телефон обнаруживается там в разделе найденных, — если человек честно хочет вернуть его владельцу, но не знает, как с вами связаться.

Но когда вас накроет волна эйфории от радостного известия, не следует терять бдительность. Не ведитесь на уговоры назвать пароль, чтобы нашедший мог разблокировать телефон и убедиться, что он ваш. Не сообщайте никаких подробностей о телефоне — цвет, модель, особые приметы, — пусть его описывает нашедший. И уж точно не ходите на встречу с незнакомцами в одиночку в непонятные места.

После того, как телефон побывал в чужих руках, разумно будет не только продезинфицировать его снаружи, но и сбросить до заводских настроек и восстановить из резервной копии. Ибо вы не знаете, через сколько рук прошел ваш телефон и что на него могли установить.

Например, ребята с радиорынка перед тем, как получить с вас вознаграждение за находку, могли запросто внедрить туда шпионский софт, который потом сольет им все ваши пароли.

Полный сброс настроек не помешает сделать и когда вы приобрели поддержанный телефон в магазине или с рук. Обязательно, еще до покупки, проверьте его по базе украденных и потерянных, потому что, если объявится законный владелец, то крайним можете оказаться вы. В лучшем случае аппарат у вас просто конфискуют.

Несем мобильный в ремонт

Бывает, что телефон внезапно перестает подавать признаки жизни или совершает акробатический прыжок из наших рук прямо на бетонный пол. Тогда мы несем его в ремонт, надеясь, что мастер оживит верного друга и залечит все его раны.

Насколько это безопасно? Там же все ваши личные данные, явки-пароли-адреса, фотографии (в том числе и компрометирующие), банковские приложения, подключенный NFC¹ для удобства оплаты. И все это богатство люди готовы дове-

1 *NFC (Near Field Communication) — технология беспроводной передачи данных малого радиуса действия, которая дает возможность обмена данными между устройствами, находящимися на расстоянии около 10 сантиметров. Применяется для того, чтобы «платить телефоном» — банковская карта привязывается к приложению Apple Pay или Google Pay, которые используют встроенный в телефон NFC-чип для взаимодействия с платежным терминалом.*

рить пареньку, сидящему в ларьке под вывеской «Ремонт телефонов», — то есть первому встречному. Странно, не правда ли? Стоит ли потом удивляться, что с вашего счета начинают утекать деньги, или что ваше видео с новогодней вечеринки стало хитом YouTube?

Как же правильно отдать телефон в ремонт? Давайте разберемся.

Де-факто ситуацию с ремонтом можно приравнять к потере или даже краже в плане грозящих вашим данным рисков, поэтому относиться к ней надо соответственно. Прежде всего, еще раз напомнить себе о предупредительных мерах (настройте, наконец, резервное копирование).

Разумеется, не все мастера по ремонту киберпреступники, но все они обладают технической квалификацией и оборудованием, недоступным обычному пользователю. Кроме того, они получают физический доступ к вашему устройству, чего не имеют хакеры, действующие удаленно. Так что осторожность не помешает.

Перепишите свой IMEI, чтобы убедиться, что после ремонта вам вернули именно ваш аппарат. Внимательно смотрите все документы, которые вам выдают в сервисном центре, чтобы, если что-то пойдет не так, можно было обратиться в полицию.

Разумеется, нужно вынуть из телефона сим-карту (и вторую тоже) и карту памяти, если она есть, — в любой мастерской должны быть тестовые симки. Помните, что к телефонному

номеру привязано немыслимое количество сервисов, поэтому берегите ее также, как паспорт.

Если ваш аппарат, в принципе, работает (например, требуется только замена экрана), то лучше всего будет сделать свежую резервную копию и сбросить телефон к заводским настройкам. Сделав это, можно смело отдавать телефон кудесникам, которые его починят.

Иногда поломки случаются внезапно, причем телефон просто перестает включаться. Если у вас (еще раз!) есть резервная копия, можете дать сервисному инженеру разрешение на обнуление аппарата и чувствовать себя куда спокойнее, нежели если бы раскрыли ему пароль и пин-код. Тем не менее, будет лучше поменять пароли всех критичных приложений и самого аккаунта (Apple ID или Google Account) — это можно сделать с компьютера. Не забудьте и те, которыми вы пользуетесь редко, например, Skype.

У вас вообще не стоял пароль на разблокировку экрана? Плохо. Ваши данные под угрозой! Остается только уповать на честность мастера.

Некоторые клиенты требуют, чтобы ремонт выполнялся только в их личном присутствии и под видеозапись, потому что они очень ценят свои данные и ясно представляют, что с ними может произойти. Например, при ремонте в ваш телефон будут установлены «жучки» или вредоносный софт. Сценарии голливудских боевиков с поразительной скоростью проникают в реальную жизнь, и с этим стоит считаться. Если у вас дорогая модель, то вполне вероятно, что вы работаете в компании, секреты которой можно

будет кому-то продать, а средства кибершпионажа становятся все доступнее и доступнее.

Относитесь к ремонту как к рискованному мероприятию и принимайте всевозможные меры предосторожности.

В общем, относитесь к ремонту как к весьма рискованному мероприятию и принимайте всевозможные меры предосторожности. Лучше показаться параноиком, чем потом жалеть о своей доверчивости.

Контрольные вопросы

1. Что такое номофобия?
2. Что для вас значит мобильный телефон?
3. С какого возраста в России человек может иметь мобильный телефон?
4. С какого возраста можно завести Apple ID? Google Account?
5. Зачем нужен «Семейный доступ»? А вы его используете?
6. Как вы считаете, есть ли у вас зависимость от телефона? В чем она выражается?
7. Как постоянное пользование смартфоном влияет на умственное развитие ребенка?

8. Существует ли заболевание «селфитис»?
9. Какие виды селфи вы знаете?
10. Когда делать селфи опасно?
11. Чем опасна реклама в мобильных играх?
12. Каков вред от телефона в школе?
13. Какова польза от телефона в школе?
14. Кто изобрел телефон?
15. Что такое черные и белые списки?
16. Какие способы борьбы с телефонным спамом вы знаете?
17. Почему нельзя делать «анонимные» звонки с мобильного телефона?
18. Как можно отследить мобильник по сенсорам?
19. Действительно ли телефоны постоянно нас подслушивают?
20. Почему нельзя ставить на чей-то телефон программы для прослушки?
21. Какие из обычных вещей заменил смартфон? Что из этого вам полезно и почему?

22. Почему не стоит делать джейлбрейк?
23. Что нужно сделать, чтобы не горевать о своих данных при утрате телефона?
24. Как правильно искать потерянный телефон?
25. Что делать, если телефон украли?
26. Что такое IMEI?
27. Что нужно сделать, отдавая телефон в ремонт?