

БАЛАЛАР МЕН  
ЖАСӨСПІРІМДЕ  
РГЕ АРНАЛҒАН  
КИБЕРГИГИЕНА  
ҚАҒИДАЛАРЫ

powered by

MSSP  
GLOBAL

citizen  
sec

AI & DIGITAL  
MINISTRY

шығарылым 01/25

**ӨЗІҢІЗ ҚАУІПСІЗ ЦИФРЛЫҚ ӘЛЕМІҢДІ ҚҰР!**

# СҰБАБА ЖАРАТ

**БАСТЫ ЕРЕЖЕ:**

ОНЛАЙН ДА, ОФЛАЙН ДА ДОС БОЛ.  
ӨЗІҢДІ ЖӘНЕ БАСҚАЛАРДЫ ҚҰРМЕТТЕ!



CitizenSec.kz – Ақпараттық қауіпсіздік  
сарапшылары әзірлеген портал

2025



# ЖЕЛІДЕГІ СЕНІҢ ҚАУІПСІЗДІК ҚАҒИДАЛАРЫҢ

1

Интернетте де ренжітуге болады.  
Тіл тигізу чатта да, өмірде де  
ауыр тиеді.

2

Ұят болатын нәрсені салма.  
Интернет өшіргеніңді де сақтап  
қояды.

3

Досыңды белгілегің келсе:  
«Сенің фотосуретіңді салсам  
бола ма?», - деп сұра.

6

Бейтаныс адамдарды  
достарыңның қатарына қоспа.  
Жалған парақшалар көбіне  
«досыңның досы» сияқты көрінеді.

9

Ойындар мен қосымшаларды  
ресми дүкендерден ғана жүкте.

10

Егер досың онлайн режимде  
қиындыққа тап болса, онда ересек  
адамға айт.

13

Біреу саған тіл тигізсе, оған агрессиямен жауап берме.  
Арадағы хат жазысуды сақта, тіл тигізіп ренжіткен адамды  
бұғатта және бұл жағдай туралы ересек адамға айт.

3

Басқаларды сыртынан талқылама. Өзілдеп мазақ ету де, троллинг те буллинг болып есептеледі.

4

Рұқсатсыз фото салуға болмайды.

7

Өз мекенжайыңды, мектебіңді, телефоныңды жазба. Төлқұжаттың немесе басқа құжаттардың суретін ешқашан салма.

8

Құпиясөздерді ешкімге, тіпті «ең жақын досыңа» айтпа. Маңызды аккаунттар үшін әртүрлі құпиясөздерді пайдалан.

11

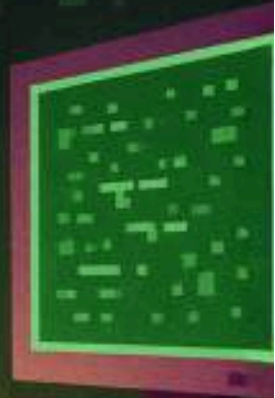
Егер біреулер жағымсыз немесе түсініксіз нәрселер жазса, онда бұл туралы ата-анаңа немесе мұғаліміңе айт. Ішінде ұстама.

12

Жеккөрушілік пен зорлық-зомбылық туралы бірден айт. Қатал немесе әдепсіз пост көрсең, «шағымдану» батырмасын бас.

14

«Өзің үшін түскен фотоны жібер» деген өтініш келіп түссе, абай бол. «Танысың» сұраса да, жай ғана «жоқ» деп жауап бер және бұл туралы ата-анаңа айт.



## ОЙЫНДАР — КЕРЕМЕТ!

Олар өзіңді емін-еркін сезінуге, достар табуға және уақытыңды қызық өткізуге көмектеседі. Бірақ онлайн-әлемде де қауіп-қатер бар. Рахаттанып және еш қиындықсыз ойнау үшін мына ережелерді естен шығарма.

## БАСТЫ ЕРЕЖЕ:

**ҚИЫНДЫҚТАР ТУДЫРУ ҮШІН ЕМЕС, ӨЗІҢЕ ҚУАНЫШ СЫЙЛАУ ҮШІН ОЙНА!**

# ОНЛАЙН ОЙЫНДАР: ҚАУІПСІЗ ОЙНА!

## ОЙЫНДАРДЫ РЕСМИ ДҮКЕНДЕРДЕН ҒАНА ЖҮКТЕ

Google Play, App Store, Steam – сенің ең жақсы достарың. Бөгде сайттар «тегің» болып әшкереленгенімен, ойынмен бірге вирус жүктеп алуың мүмкін. Ол сенің деректеріңді ұрлайды немесе телефоныңды бүлдіреді.

**КЕҢЕС:** егер ойын ақылы болса, бірақ бейтаныс сайтта оны тегін алу ұсынылса, онда тәуекелге бармағаның жөн!

## ҚҰПИЯСӨЗ – СЕНІҢ ҚҰПИЯҢ

Құпиясөз сенің бөлмеңнің кілті сияқты, сен бөлмеңнің кілтін әркімге бермейсің ғой. Құпиясөзіңді ешкімге, тіпті жақын досыңа да айтпа. Кейде аккаунттар ойыннан да қымбатырақ тұрады – скиндерің мен жетістіктеріңді жоғалтып алуың мүмкін.

**КЕҢЕС:** сандар мен символдардан тұратын күрделі құпиясөзді ойлап тап, ал маңызды аккаунттар үшін әртүрлі құпиясөздерді пайдалан.

## ҚОРҚЫНЫШТАР МЕН ОҒАШ ӨТІНІШТЕРГЕ «ЖОҚ» ДЕП ЖАУАП БЕРУДЕН ҚОРЫҚПА

Ойын барысында біреу «Фотоңды жіберші» немесе «Нөміріңді берші» деп жазса, бұл – үрей тудыратын белгі. Жай ғана «жоқ» деп жауап бер де, ересектерге: ата-анаңа немесе мұғаліміңе айт. Осылайша сен өзіңді жағымсыз жайттан қорғайсың.

**КЕҢЕС:** батыл бол, өз түйсігіңе сен. Қандай да бір жайт оғаш болып көрінсе, яғни ол солай деген сөз.

## «СЫЙЛЫҚТАРМЕН» АБАЙ БОЛ

Бейтаныстардан «тегін олжалы» скиндерді, сыйлықтарды немесе бонустарды қабылдама. Олар алаяқтар болуы мүмкін, олар саған вирус жіберіп, немесе деректеріңді ұрлауы мүмкін.

**КЕҢЕС:** бөтен біреудің жалған «жомарттығының» кесірінен аккаунтыңнан айырылып қалғанша, скинді ойын кезінде өзің жинағаның дұрыс.



# ТІЛДЕСУ ОНЛАЙН ЖӘНЕ ДОСТАР

## ШЫНАЙЫ ӨМІРДЕ АЙТА АЛАТЫНЫҢДЫ ҒАНА АЙТ

Хат жазысу барысында оңай шектен шығып кетуге болады, себебі сен өзіңмен сөйлесушінің эмоцияларын көрмейсің. Бірақ көңілге тиетін сөздер чатта да, шынайы өмірде де ренжітеді. Адамға тіке айта алмайтын сөздеріңді онлайн да жазба.



### КЕҢЕС:

хабарламаңды басқалар көреді деп елестетші. Сондай хабарламаны әлі де жібергің келе ме?

## ФОТОНЫ РҰҚСАТПЕН ҒАНА САЛ

Біреудің фотосын рұқсатсыз салу, оның затын алып қойып, барлығына көрсету сияқты. Бұл – басқа адамның жеке шекарасын бұзу және бұл оған ұнамауы мүмкін.



### КЕҢЕС:

«Сенің фотоңды салуға бола ма?» деп әрдайым сұра.



## ИНТЕРНЕТ

– бұл жаңа достар тауып, шексіз тілдесуге болатын жер. Бірақ виртуалдық тілдесу шынайы өмірде тілдесу сияқты екенін, ол қуантуы да, ренжітуі де мүмкін екенін естен шығармау маңызды. Саған қауіпсіздікте болуға және виртуалды достарыңмен жақсы қарым-қатынас сақтауыңа көмектесетін бірнеше ережелер бар.

### ЖАҢА «ДОСТАРМЕН» АБАЙ БОЛ

Бейтаныс адам дос болуға ұсыныс жасаса, дұрыстап ойлан. Фейк аккаунттар «досыңның досы» сияқты көрінуі мүмкін, бірақ олардың артында алаяқтар тұруы ықтимал.



#### КЕҢЕС:

егер адамды өмірде танымасаң, онда оны виртуалды достарыңның қатарына қоспағаның жөн.

### ЕГЕР ДОСЫҢ ҚИЫҢДЫҚҚА ТАП БОЛСА, ОНДА ОҒАН КӨМЕКТЕС

Егер досыңа басқа біреулер жаман сөздер жазып, оны қорқытып жүргенін немесе оғаш заттарды талап ететінін байқасаң, мұны назардан тыс қалдырма. Досыңа қолдау көрсет және бұл туралы міндетті түрде ересектерге айт, бірлесіп шешімін табу оңайырақ.



#### КЕҢЕС:

нағыз дос үндемей қалмай, көмектеседі.

## БАСТЫ ЕРЕЖЕ:

ОНЛАЙН ДА, ОФЛАЙН ДА ДОС БОЛ.  
ӨЗІңДІ ЖӘНЕ БАСҚАЛАРДЫ ҚҰРМЕТТЕ!



# ӘЛЕУМЕТТІК ЖЕЛІЛЕР ЖӘНЕ ОНЛАЙН САУДА ЖАСАУ

## ӘЛЕУМЕТТІК ЖЕЛІЛЕР — СЕНІҢ ЖЕКЕ КӨРМЕ-СӨРЕҢ,

бұл жерде өзіңді көрсетуге, достар табуға және өміріңді әртүрлі сәттермен бөлісуге болады. Бірақ сонымен қатар, интернет – ойыншық емес екенін естен шығармаған маңызды. Ал онлайн сауда жасау қарапайым ережелерді ұстанған кезде ғана ыңғайлы әрі қауіпсіз болуы мүмкін.

## **БАСТЫ ЕРЕЖЕ:**

**АҚЫЛМЕН ПАЙДАЛАНСАҢ, ӘЛЕУМЕТТІК ЖЕЛІЛЕР ДЕ,  
ОНЛАЙН-ШОПИНГ ТЕ САҒАН ҚУАНЫШ СЫЙЛАЙДЫ!**



## ЖЕКЕ ДЕРЕКТЕРІҢДІ ЖАРИЯЛАМА

Мекенжайың, телефон нөмірің, мектебің, құжаттарың – осының барлығы сенің жеке ақпаратың. Егер басқа біреудің қолына түссе, оларды алаяқтар пайдалануы мүмкін.

**КЕҢЕС:** егер әлеуметтік желіге фотоңды салсаң, ол фотода (мысалы, анықтамада немесе бейджикте) кездейсоқ «көрініп қалған» деректер жоқ екеніне көз жеткіз.

## ТЕКСЕРІЛГЕН САЙТТАРДА ҒАНА САУДА ЖАСА

Кейде түсініксіз сайттарда «супер жеңілдікпен» сауда жасау еліктіреді. Бірақ ақшадан да айырылу, тауарды да алмау өте оңай. Өзіңе мәлім сауда алаңдарың ғана пайдалан.

**КЕҢЕС:** сайттың қорғалған қосылысы бар екенін, ал мекенжайы <https://> деп басталатынын тексер.

## МАҢЫЗДЫ АККАУНТТАР ҮШІН ӘРТҮРЛІ ҚҰПИЯСӨЗДЕРДІ ПАЙДАЛАН

Барлығына бір құпиясөзді пайдалану – үй, көлікжай және сейф үшін бір кілтті қолдану сияқты. Егер сол кілтті жоғалтып алсаң, барлығынан айырыласың. Әлеуметтік желілер, онлайн банк, ойындар және дүкендер үшін әртүрлі комбинацияларды ойлап тапқан жөн.

**КЕҢЕС:** өз «жүйенді» ойлап тап, мысалы, негізгі құпиясөзге әртүрлі символдарды немесе сөздерді енгіз.

## ИНТЕРНЕТТЕ БАРЛЫҒЫ САҚТАЛАДЫ

Фотолар, жазбалар, пікірлер – өшірсең де, олардың скриншоттары қалуы мүмкін. Бір рет жүктеген нәрсенді бір күні мұғалімнің, болашақ жұмыс берушің немесе ата-анаң көріп қалуы мүмкін.

**КЕҢЕС:** бір нәрсені жарияламас бұрын өзіңнен «Осыны барлығы көріп қойса, мен қуанамын ба?» деп сұра.



# КИБЕРБУЛЛИНГ:

## ӨЗІҢДІ ҚАЛАЙ ҚОРҒАЙ АЛАСЫҢ?

– интернетте адамды ренжіту, тіл тигізу немесе кемсіту. Осының барлығы чатта, пікірлерде немесе тіпті ойын барысында жасалуы мүмкін. Мұндай заттарға шыдауға міндетті емес екеніңді естен шығармауың маңызды.



### БАСТЫ ЕРЕЖЕ:

БУЛЛИНГКЕ СЕН КІНӘЛІ ЕМЕССИҢ ЖӘНЕ ШЕШІМ  
ТАБУҒА БОЛАДЫ, ОЛ ҮШІН ЕРЕСЕКТЕРГЕ АЙТЫП,  
ӨЗІҢДІ ҚОРҒА!

## АГРЕССИЯМЕН ЖАУАП БЕРМЕ

Жауап қайтарғың келе ме? Бірақ агрессия шиеленісті одан сайын ушықтырады. Ренжіткен адам сеннен дәл сондай әрекетті күтеді, оған ондай қуаныш сыйлама.

★ **КЕҢЕС:** хабарламаға мән берме. Кейде үнсіздік – ең мықты жауап.

## ХАТ ЖАЗЫСУДЫ САҚТА

Жаман сөздер жазылған хат жазысуды жойма. Егер буллинг фактін дәлелдеу қажет болса, онда скриншоттар немесе сақталған хабарламалар қажет болып қалуы мүмкін.

★ **КЕҢЕС:** бірден скрин жасап ал, себебі ренжіткен адам өз сөздерін жойып тастауы мүмкін.

## ЕРЕСЕКТЕРГЕ АЙТ

Сен жалғыз емессің! Ата-анаң, мұғалімдерің немесе өзіңнен жасы үлкен достарың саған әрдайым көмектесуге дайын. Олармен бірге шешім табу да, буллингті тоқтату да оңайырақ.

★ **КЕҢЕС:** «әлсіз» болып көрінуден қорықпа, шын мәнісінде, көмек сұрау үшін батылдық қажет.

## РЕНЖІТКЕН АДАМДЫ БҰҒАТТА

Көптеген әлеуметтік желілер мен мессенджерлерде бұғаттау функциясы бар. Бұғатталғаннан кейін ол саған жаза алмайды және жазбаларыңды көре алмайды.

★ **КЕҢЕС:** бұғаттаумен қатар, аккаунтқа шағымдануға болады – сонда оны банға шығарып, енді басқаларды ренжітпейтін болады.

powered by

**MSSP**  
GLOBAL

**citizen  
sec**



**CitizenSec.kz – Ақпараттық қауіпсіздік  
сарапшылары әзірлеген портал**

Материал ҚР Жасанды интеллект және цифрлық даму министрлігінің, MSSP.GLOBAL компаниясының, CitizenSec.kz порталының қолдауымен дайындалды.

**Ұсынымдар 7-18 жастағы  
балалар мен жасөспірімдер  
үшін берілді.**

**2025**