

Способы стать ближе с ребёнком:

◆ Проявляйте искреннее любопытство и интерес, как к их реальной жизни, так и к онлайн-жизни.

◆ Не принижайте их виртуальную жизнь (она так же реальна для них, как и их «настоящая» жизнь).

◆ Не уменьшайте важность Интернета и других передовых технологий. Это современный мир, в котором они растут, он не плохой и не хороший, он существует, и его не избежать.

◆ Не запрещайте Интернет (если это вообще возможно).

◆ Договоритесь о временных лимитах, и доверяйте ребенку в соблюдении этих договоренностей.


◆ Обучите детей навыкам самоконтроля, чтобы они могли устанавливать себе рамки, находясь вне дома.

◆ Предлагайте «офлайновые» действия (вне Интернета), которые могут быть интересны в дополнение к (а не вместо!) онлайн-деятельности.

◆ Попросите его/ее показать Вам, что ему/ей нравится в Интернете.

◆ Просите, чтобы они показали Вам, как это работает. Если Вы готовы, играйте онлайн со своим ребенком. Пусть он/она научат Вас.



 **Это может быть эффективным способом для начала диалога с ребенком. Вы как взрослый можете установить время для игры, объяснять все опасности и трудности, поджидаящие играющего в интернете, но при этом оставаться со своим ребенком близкими друзьями.**

Что делать в случае обнаружения интернет-угроз вашему ребенку?



◆ Прежде всего, попытайтесь установить достоверность информации об интернет-угрозе.

◆ Не принимайте срочных жестких мер по проверке пребывания детей в группах и сетях!

◆ При обнаружении сайтов в Интернете с опасным содержанием или узнав, что от кого-то исходит угроза жизни и благополучию ребенка, обратитесь в отдел по делам несовершеннолетних или службу по контролю и надзору.

Многие родители, поддавшись панике, запрещают своим детям пользоваться Интернетом, устанавливают тотальный контроль их жизни и общения, требуют признаний ребенка в том, в каких группах он состоит и немедленного выхода из всяких групп.



Все это приводит к обострению конфликтов в семье, к росту взаимонепонимания, и, как следствие, к эмоциональному отдалению ребенка. А ведь именно отсутствие доверия в семье, в общении с близкими и значимыми людьми является первопричиной подверженности ребенка всевозможным негативным воздействиям, включая воздействие через Интернет.

Главное, что родителям важно понимать, что даже самые жесткие меры запретительного характера не гарантируют полную защиту детей и подростков от нежелательных воздействий.

Донецкий республиканский учебно-методический центр
психологической службы системы образования

Наш адрес: г.Донецк, ул.Щорса, 30
Телефон: 338-06-40
Эл. почта: drumc.ps@mail.ru

Донецкий республиканский
учебно-методический центр
психологической службы
системы образования



Опасный / безопасный интернет

Часть 1
Рекомендации для родителей

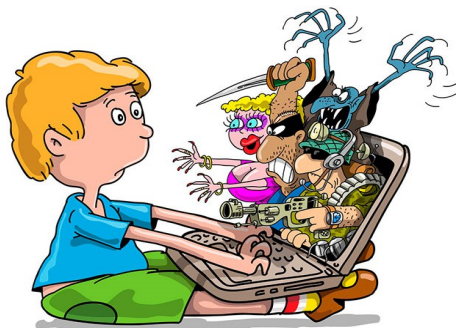
АЗБУКА БЕЗОПАСНОСТИ



Составитель:
Методист Гомозова И.С.

В современном мире действительность разделена на две плоскости: виртуальную и реальную, а значит, возможность столкнуться с рисками значительно возрастает, т.к. часть из них присутствует в реальной действительности, а часть обнаруживается в виртуальной.

Обычно взрослые информируют своих детей о реальных рисках на улице, среди людей, забывая, что подобные риски могут угрожать им и в виртуальном пространстве. Информационная безопасность ребенка на сегодняшний день является такой же важной и актуальной темой, как и соблюдение дорожной безопасности, сохранение ценности здоровья, соблюдение правил и законов.



Какие риски подстерегают детей за светящимся экраном?

- ♦ чрезмерная увлеченность Интернетом использованием, компьютерными играми, «серфингом», онлайн-казино;
- ♦ риск вовлечения в экстремистские или иные опасные сообщества и группы;
- ♦ риск стать жертвой мошенников и понести финансовые и моральные затраты;
- ♦ риск встретиться с агрессией, грубостью или травлей в социальных сетях;
- ♦ риск попадание на сайты, содержащие информацию, наносящую вред неокрепшей психике и эмоциональному самочувствию ребенка.

Как защитить ребенка от интернет-рисков?

Для того чтобы помочь ребенку справиться с интернет-рисками необходимо, в первую очередь, понять, что единственно возможным вариантом помощи является непосредственное участие взрослого в жизни ребенка, включая и виртуальную реальность, «онлайн мир» ребенка. Зачастую, родитель не хочет разбираться в том, что же на самом деле делает его сын или дочь, находясь за компьютером, и предпочитает, отстранившись, прочитать нотации или грубо пресечь попытки использования Интернета. Такое родительское поведение усугубляет желание подростка еще больше увлечься, тем, в чем родитель ничего не понимает.



Что делать нельзя:

- ♦ вешать ярлыки на ребенка (например, фраза «Да ты болен, у тебя интернет зависимость!»);
- ♦ обвинять, ругать и стыдить ребенка (например, фразы: «Ты тратишь свою жизнь понапрасну!», «Лучше бы погулять сходил/почитал/поиграл» и т.д.);
- ♦ угрожать ребенку, требовать от него мгновенных изменений;
- ♦ сравнить ребенка с другими детьми (например, фразы: «Посмотри на своего соседа, он не сидит сутками за компьютером!», «А вот твоя одноклассница все успевает, потому что не играет в компьютерные игры!» и т.д.).

Избегайте осуждающих комментариев в таких сферах как:

- * современные технологии и интернет;
- * игры и их производители;
- * интернет-серверы;
- * друзья ребенка и другие дети;
- * родители друзей ребенка;
- * школа;
- * гены.



Что нужно делать родителям:

Наблюдайте за своими детьми внимательно и с интересом. Постарайтесь понять, что они чувствуют, как они мыслят, поставьте себя на их место. Искренне интересуйтесь тем, что привлекает их в компьютерной игре и социальных сетях.

Родителям важно понимать:

- ♦ Какие игры сейчас современны?
- ♦ Какие приложения и технологии используются для этого?
- ♦ Как играть в эти игры?
- ♦ Сколько времени дети проводят, играя в эти игры?
- ♦ Когда и где их дети играют в игры?
- ♦ С кем они играют?

Постарайтесь найти ответы на следующие вопросы:

- ♦ Каким образом Интернет и онлайн-игры служат моему ребенку? (дают ему чувство заботы о нем, свободы, принадлежности, цели и т.д.)
- ♦ Что ему/ей нравится в виртуальном пространстве и играх? (мастерство, дружба, структура, сообщество, проблемы, конкуренция и т.д.)
- ♦ Чем в эмоциональном и психологическом плане привлекательно общение в виртуальном пространстве и игры для него/нее? (сообщество, отношения, чувство волнения и радости и т.д.)
- ♦ Чего он/она может пытаться избегать в мире реальном?
 - в собственном мире (проблемы со школой, семьей, друзьями, восприятием своего тела, отношениями с противоположным полом);
 - в эмоциональном мире (депрессия, тревога, низкая самооценка);
 - в духовном (духовная опустошенность, экзистенциальная вакуум, вопросы бытия);
- ♦ Каковы могут быть другие причины обращения к Интернету?

