

Это важно

Правила важны и полезны, но они не станут гарантом безопасности. Чтобы ребенок или подросток мог оградить себя от потенциальной опасности или правильно себя вести, столкнувшись с ней, нужны умения и способности, которые

Умение ребенка обращаться за помощью.

Есть дети, которым трудно просить о помощи. Это те, кому часто помогают, не спрашивая, нужна ли помощь (и ребенок тогда уверен, что взрослый все видит и сам вмешается). Это также дети, чьи просьбы о помощи игнорируют, кого ругают за них как за проявление слабости и несамостоятельности. Дети, уже выяснившие: помощь всегда идет в комплекте с нотацией или наказанием (ребенок усваивает, что звать родителя противно, а то и опасно), а также дети, чьи родители регулярно «хватываются за сердце» - и ребенок боится слишком сильно огорчить их.

Умение строить доверительные отношения со взрослыми и наличие в окружении взрослых, которым ребенок доверяет.

Если дети до 11-12 лет еще могут о многом рассказать родителям, то подростки чаще не справляются со смущением и стыдом. Некоторые вещи им проще рассказать «нейтральным взрослым»: психологу, любимому учителю или тренеру, друзьям родителей. Важно, чтобы такие адекватные взрослые были, и чтобы подросток знал о такой возможности.

Уверенность, что родитель ответит на любые вопросы.

И не будет ругать или стыдить за «неуместное» любопытство! В семье не должно быть запретных тем. Ребенок все равно получит нужную ему информацию, но, как и где - вопрос. Что рассказывать, зависит от возраста ребенка и ваших убеждений, но важно не лгать и не предлагать больше, чем содержится в вопросе.

Уважение к границам - и детским, и своим.

Тогда ребенок научится себя отстаивать. Люди, имеющие проблемы с границами, часто осознают, что им нужна помощь, когда ситуация зашла уже очень далеко.

Внимание к достижениям ребенка в любой сфере.

В случае трудностей не ищите выход за ребенка, а помогайте найти его самому. Знание своих достоинств и опыт успешного преодоления трудностей - одна из основ уверенности в себе. Чем более ребенок в себе уверен, тем хуже он поддается давлению.

Уважение к чувствам - и ребенка, и своим.

Учите детей прислушиваться к себе и чутко относиться к другим людям.

Мы не можем защитить их от жизни, от всех рисков, бед, ошибок. Но мы можем быть в доступе, приходить на помощь, помогать пережить трудности, не оставляя их в одиночестве. И это не так уж и мало.



Психологическая служба МБОУ СОШ №3
Кабинет 313

Педагог-психолог 5-11 классов,
Ульянова Наталья Викторовна.
с.т 8 (90448) 73369.

Педагог-психолог 1-4 классов,
Амелина-Умнова Олеся Игоревна

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Дети и социальные сети. Как научить ребёнка безопасному поведению в Интернете.



ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА
МБОУ СОШ №3

г. Радужный

2017 год

Безопасное поведение детей и подростков в Интернете.

9-11 ЛЕТ

С ребенком до подросткового возраста важно не только вместе установить настройки конфиденциальности, но и обсудить важные правила. Начать разговор лучше с того, что в социальных сетях, как и в жизни, встречаются разные люди - как добрые и хорошие, так и злые и опасные. Вы можете сказать так: «В Сети мы видим только фото и буквы, а за ними может скрываться не ребенок, а взрослый - и не очень хороший человек. Он может даже общаться как ребенок, и ты рискуешь не разобраться, с кем имеешь дело, и попасть в беду. Еще ты можешь случайно увидеть в какой-нибудь группе то, что тебя пугает. Я люблю тебя и хочу, чтобы ты был в безопасности. Поэтому давай договоримся о правилах».


Вот они:

- * Добавляй в друзья только тех, с кем знаком и общаешься в реальной жизни. Не принимай автоматически приглашения о вступлении в группы, изучи ее. Если непонятно, о чем идет речь, родители помогут разобраться.
- * Никогда не размещай в Сети наш адрес, свои телефоны и электронную почту. Не читай сообщений от незнакомцев, никогда не отвечай на них. Расскажи мне об этом.
- * Если ты узнал что-то, что тебя пугает или смущает, скажи мне. Я не буду ругать тебя или твоих друзей, но помогу вам решить, что с этим делать.
- * Никто не имеет право писать тебе гадости или заставлять делать то, что ты не хочешь.

Если такое происходит, скажи мне, я смогу тебя защитить. Если ребенок задает вопросы о смысле каких-то правил, кратко объясните, чем они продиктованы, но не стоит в подробностях живописать, как могут действовать «плохие дяди». Страх парализует, мешает думать и принимать адекватные решения и в итоге ребенок запомнит ваши «пугалки», а не сами правила.

Можно вместе нарисовать краткие иллюстрации к правилам в виде комикса, можно разобрать или даже проиграть разные ситуации. Чем активнее ребенок будет участвовать в разработке и освоение этих правил, тем лучше их запомнит.

Часто дети этого возраста хотят добавить в друзья родителей. Соглашаться на это или нет, зависит и от того, насколько вы готовы пускать ребенка на свою территорию, и от того, что вы размещаете сами, какие люди и как могут вас комментировать. Если возможны картинки, ссылки или комментарии, которым не стоит попадать в детское поле зрения, лучше не надо.



ПОКА ДЕТИ покоряют Интернет, взрослые спорят о том, что лучше: явно или скрыто контролировать поведение в Сети («ребенок может не увидеть опасности для себя и попасть в беду», «пусть лучше злится на меня, но зато живой и здоровый будет») или же опираться на доверие («тотальный контроль учит врать, разрушает отношения»).

Универсального рецепта «как правильно» не существует: все семьи разные, в них живут люди с разным жизненным опытом, личной историей и ресурсами. Конечно, научить детей безопасному поведению можно и нужно, но сначала стоит разобраться, зачем вообще дети проводят время в социальных сетях.

Что они там делают?

Наиболее активные пользователи социальных сетей - подростки.

Более младшие дети заводят аккаунты в Сети скорее потому, что это модно, страница есть у родителей, старших сестер или братьев, у одноклассников.

Задачи подросткового возраста

- отделение от родителей, поиск себя и получение опыта выстраивания близких (дружеских или любящих) отношений со сверстниками. Решаются все эти задачи в общении, и именно общение в первую очередь привлекает подростков в социальных сетях.

Помимо утилитарных плюсов, например, возможности создать групповой чат и что-то обсудить сообща, о чем-то быстро договориться, социальные сети обладают и некоторыми психологическими «бонусами».

- * Тут широкие возможности для самопредъявления и получения быстрого отклика. Разместил, фотографию, клип, цитату - получил лайки, смайлики, комментарии. Чтобы получить ак-

- * Можно написать в статусе, что-нибудь вроде: «Как сложно человеку улыбаться, когда душа отчаянно кричит». И кто-то откликнется, спросит о том, что случилось, поддержит.

- * Виртуальных друзей заводить гораздо легче. Подростку важно понимать: он значим, интересен, крут. Есть 150 друзей в соцсети - можно не замечать, что в реальности друзей гораздо меньше.

- * Общаться через экран монитора гораздо проще, это создает иллюзию меньшей уязвимости. Неудачную фотографию или запись можно убрать, сказать, что разместил ее «по приколу». В реальности, глядя в глаза друг другу, сделать вид, что «ничего не произошло» или «мне все равно, что вы обо мне думаете», труднее. Стыд - чувство, которое подростки испытывают регулярно и с которым им труднее всего справляться, и возможность укрыться за экраном, и правда, ценна. Надоело общаться, что-то задело - можно мгновенно уйти.

- * Для выражения чувств есть смайлики. Сказать в лицо другому человеку, что ты на него, например, злишься, на порядок сложнее, чем поставить значок. Чтобы заговорить о своей потребности во внимании противоположного пола, достаточно указать «В поиске» или заинтриговать окружающих пометкой «Все сложно». А попробуйте так в живом общении!

- * Подолгу общаясь в соцсетях, подростки часто не умеют в реальности выстраивать отношения, осознавать и обозначать свои чувства, замечать другого. Общение в Сети учит самопредъявлению, но не учит тому, как проявить интерес и эмпатию, учесть обратную связь. Если виртуальное общение превалирует над реальным или даже замещает его, это негативно сказывается на развитии личности.

Вывод простой: чем больше у подростка есть интересных (с его точки зрения, а не с родительской!) дел, чем больше возможностей для общения со сверстниками. Шансов испытать, проверить свои силы, тем меньше и риск, что он будет бесконечно «зависать» в соцсетях.