# ПАМЯТКА ВЗРОСЛЫМ

***Как поговорить с ребёнком об Интернете?***

Сеть Интернет меняет отношения между детьми и родителями, увеличивая и без того большую пропасть между поколениями. Как показывают исследования Фонда Развития сети Интернет, современные школьники почти в два раза больше, чем взрослые, пользуются сетью Интернет и быстрее осваивают новые цифровые технологии. На просторах Глобальной паутины они чувствуют себя уверенными и самостоятельными гражданами нового цифрового общества. Неудивительно, что в этом мире занимательных гаджетов и виджетов, в этом потоке френдлент и подкастов родителям бывает очень трудно найти время, а, самое главное, слова, чтобы поговорить со своими детьми об Интернете.

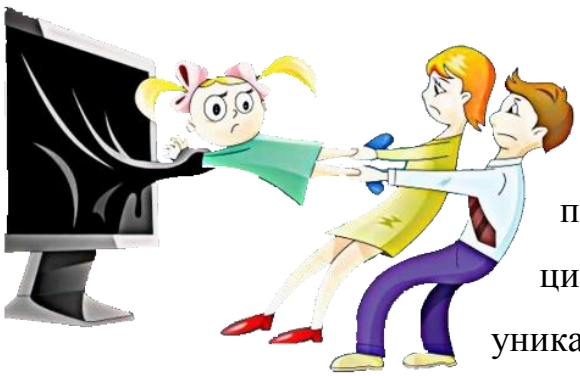
***Начните первым***

Хотя российские школьники предпочитают самостоятельно решать свои проблемы в сети Интернет и крайне редко обращаются за советом к взрослым, они по-прежнему нуждаются в помощи и поддержке со стороны родителей. Детям и особенно подросткам бывает трудно самим обратиться к взрослым: они стремятся сохранить свою независимость в «цифровом мире», бояться быть наказанными и не очень-то верят, что их «предки доцифровой эры» смогут понять их и помочь им решить их проблемы. В такой ситуации родителям стоит первым прервать затянувшееся молчание и поговорить с детьми об Интернете.

***Доверие – самая надёжная защита***

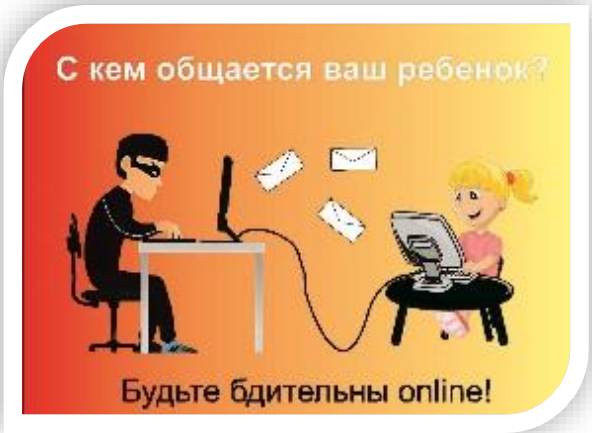
Хотя современные школьники и считают себя «продвинутыми пользователями», эта уверенность носит иллюзорный характер, а по уровню компетентности в сфере использования сети Интернет и цифровых технологий они находятся практически на равных с родителями. Высокий уровень онлайн-активности и чрезмерная самоуверенность в своих силах являются главными причинами столкновения детей и подростков с различными проблемами в сети Интернет. Онлайн-мошенничество, преследования, унижения, оскорбления, шантаж – вот лишь небольшой перечень угроз, с которыми приходится иметь дело юным пользователям. К сожалению, большая часть из этих проблем пока не имеет эффективных технических решений. Главная и самая надёжная защита от онлайн-угроз – это доверительные отношения между детьми и родителями.

***Будьте рядом с ребёнком в Сети***



Главная задача родителей избежать демонизации Интернета, характерной для многих современных СМИ. Страх, порождённый незнанием, ведёт к цифровой изоляции, что лишает ребёнка тех уникальных возможностей, которые современные технологии представляют для обучения и развития. Совместная деятельность и общение детей и родителей в сети Интернет, основанные на взаимном доверии и уважением, - это лучшее средство повышения цифровой компетентности и профилактики онлайн-рисков.

***Проявите интерес к деятельности ребёнка в сети Интернет***

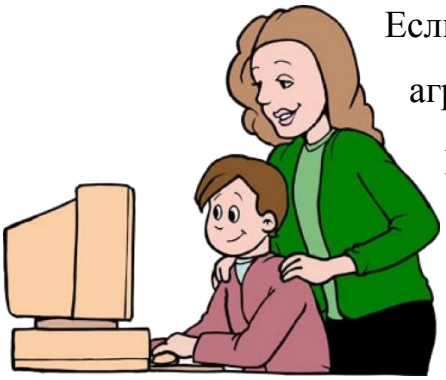



Доверие начинается с принятия и уважения, отказа от осуждений и предубеждений. Родителям необходимо запастись изрядным терпением на этом пути, особенно если ребёнку уже достаточно много лет, и он привык к другим отношениям. Проявляя интерес к его деятельности в сети Интернет, демонстрируя свою осведомленность и компетентность, поощряя успехи и оказывая поддержку в трудных ситуациях, мы выстраиваем доверительные отношения с ребёнком, используя Интернет и цифровые технологии как предлог для начала долгого и очень важного разговора.

***Родители должны быть первыми, к кому ребенок придет с проблемой***

Однако, очень часто случается наоборот. Почему так происходит? Чаще всего дети не обращаются за помощью к родителям, потому что те слишком остро реагируют. Нередко дети считают, что после того как выложат маме и папе всю правду, станет только хуже: родители позвонят другим родителям, начнут разбираться с другими детьми или ограничат доступ к сети Интернет. Или же наоборот – реакция будет слишком легкомысленной: «Ну и пусть обзываются. Не обращай внимания, это все глупости!» На деле же «глупостями» можно нанести ребенку настоящую рану или даже психотравму с серьезными последствиями. Не секрет, что отдельные случаи кибербуллинга в мире завершались самоубийствами детей и подростков. Научитесь слушать!

***Создайте вокруг ребенка атмосферу безопасности***



Если интернет-пространство кажется ему чужим и агрессивным, пусть ребенок чувствует себя спокойно рядом с вами. Оказывайте ребенку поддержку и проявляйте любовь.

***Прибегайте к помощи психолога***

Если вы понимаете, что Ваш ребенок «интернет – зависим» и это приобретает серьезный оборот вам необходимо прибегнуть к помощи психолога.

***Научите ребенка не давать личную информацию***

Имя, адрес, номер или адрес школы, место работы родителей и их рабочий телефон, особенно в чатах и на досках объявлений.

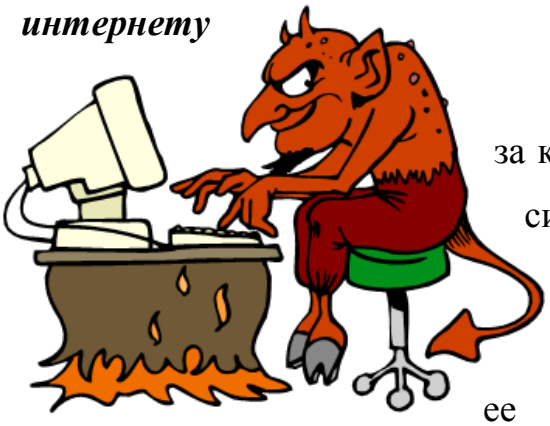
***Будьте в курсе электронной почты,***

которую получают ваши дети, а также используемого пароля. Увы, все мы знаем, что читать чужие письма нельзя, но в данном случае это правило нарушить не помешает.

***Предупредите, что нельзя открывать подозрительные послания электронной почты,***

файлы, приложения или веб-страницы от незнакомых или сомнительных людей.

***Научите детей не организовывать встреч со своими знакомыми по интернету***



Объясните, что люди в чатах не всегда те, за кого себя выдают, и в реальной жизни могут сильно отличаться от того, какими они кажутся в сети Интернет. Если ребенок все же решится на встречу, то пусть назначает ее в общественном месте и обязательно предупредит родителей. Лучше, если вы поедете вместе.

***Держите компьютер там, где вам удобнее контролировать его использование***

Установите четкие требования насчет пользования компьютером и сетью Интернет, и всегда требуйте их выполнения. Лучший способ защитить детей заключается в установке компьютеров в местах сбора всей семьи, но не в детских комнатах. Таким образом, родители могут иногда поглядывать через плечо ребенка, не будучи ему в тягость. Младшие дети должны быть под контролем в любое время своего нахождения в сети Интернет.

***Регулярно проводите время в сети Интернет вместе с вашими детьми***

Чтобы узнать, чем там занимается ваш ребёнок и что его интересует. Постарайтесь установить атмосферу доверия и взаимопонимания. Не вините детей за неприятные случаи в сети Интернет, чтобы ребенок не стал их от вас скрывать, боясь наказания. Попросите их показывать все полученные сообщения, которые ему неприятны.

***Объясните ребенку, что нельзя отвечать на оскорбительные или опасные послания***

Веб-сайты, на которых они чувствуют себя дискомфортно, необходимо незамедлительно покидать.

***Приобретите специальную программу,***

которая дает взрослым возможность ограничивать доступ детей к нежелательным ресурсам в сети Интернет. Программа контролирует действия ребенка и проверяет контент каждой посещенной страницы в сети Интернет, если она обнаруживает подозрительную информацию (порнография, насилие).

Формирование информационной культуры и безопасности – процесс длительный и сложный, но важный и необходимый, поэтому от того какими вырастут наши дети, как смогут защитить себя в сети Интернет зависит от взрослых – педагогов и родителей.