28 августа 2017

Как сделать интернет-общение безопасным для ребенка

Испытание сетью

Сложно представить современного школьника, который не пользуется интернетом. Ресурсы сети – отличное подспорье в учебе и развитии, средство для общения с друзьями. Однако часто виртуальная жизнь детей является источником реальных проблем, конфликтов и поводом для беспокойств родителей. Редакция МТС/Медиа подготовила текст о том, как избежать детских интернет-неприятностей и сделать эту часть их реальности комфортной и безопасной.

[Взгляните на эту статистику. Подумайте, ваш ребенок бы рассказал вам о том, что случилось с ним в сети?](http://www.media.mts.ru/technologies/135130/?utm_source=birzha&utm_medium=social&utm_campaign=135130_vk_rodit_0118)

**Что делать, если…**

Есть несколько причин того, почему дети не говорят с родителями о своей интернет-жизни. Первая – базовое отсутствие привычки делиться эмоциями и переживаниями, обсуждать происходящие события. Вторая – страх быть наказанным за свои действия и лишиться интернета или смартфона. Третья – мнение, что родители сами мало разбираются в сети и не смогут ничем помочь.

Давайте выясним, как вести себя в сложных ситуациях, учитывая это.

**Ребенок зарегистрировался в социальной сети, указал свою школу, класс и выкладывает личные фотографии**

Считаете, что это безопасно? Рекомендуем почитать вот [этот материал](http://www.media.mts.ru/technologies/124333/?utm_source=mts_media&utm_medium=mts_media&utm_campaign=mts_media). Прежде всего, объясните ребенку, чем может грозить такая открытость. Предложите представить, что он написал на листке бумаги свои данные, приклеил туда домашние фото и ходит с такой табличкой на спине по оживленной улице. Звучит странно, но на самом деле в социальной сети все выглядит именно так. Даже когда страница ребенка открыта только для друзей, ее данные легко могут стать доступны любому, если аккаунт «френда» взломают, что происходит нередко. Обсудите вместе с ребенком, какие факты о себе можно раскрывать, а какие безопаснее будет оставить в тайне.

**Ребенка травят или унижают в сети**

Ухудшение настроения после или во время общения ребенка в интернете, внезапная неприязнь к соцсетям могут быть признаками того, что он подвергается агрессии. Если вы о чем-то узнали, не спешите включаться в конфликт от своего имени. Обсудите с ребенком ситуацию и дайте понять, что вы не будете его ругать или осуждать. Выясните, что могло послужить причиной происходящего, кто именно участвует в неприятном общении и как эти люди ведут себя в реальной жизни.

Лучший способ борьбы с агрессорами в интернете – полное игнорирование. Помогите ребенку внести их «в черный список», при необходимости временно заблокируйте аккаунт в социальной сети. Если в травле участвуют ученики школы, необходимо сообщить об этом учителю и школьному психологу. Если существует угроза здоровью и жизни, соберите все доказательства – скриншоты, фото и обратитесь в правоохранительные органы.

**Ребенка позвал на встречу человек, с которым он познакомился в сети**

Взгляните на результаты опроса ниже. Судя по ним, треть подростков отправятся на встречу с незнакомцем из сети без сопровождения взрослых, просто взяв с собой друга. Только 11% готовы рассказать об этом родителям и спросить их разрешения. А как вы думаете, поступил бы ваш ребенок?



Результаты опроса подростков

Обращайте внимание на список друзей сына или дочери в социальных сетях, появление в них взрослых людей должно вас насторожить. При этом помните, что любое давление и «сейчас же расскажи!» сделает только хуже, правду вы можете так и не узнать. Гораздо важнее объяснить, что в реальности даже хорошо знакомый человек из интернета может оказаться совсем другим, а мотивы его общения – отнюдь не дружескими. Расскажите ребенку, что в случае конфликта или обмана, любые его фотографии и переписка могут быть выставлены в открытый доступ. Так стоит ли откровенничать с виртуальными приятелями?

**Ребенок увидел в интернете то, чего ему видеть не стоило**

Защитить ребенка от негативной информации помогут технические средства. Если он пользуется общим компьютером, заведите отдельный детский аккаунт, где будет включен родительский контроль и настроена контентная фильтрация. Почитать об этом можно [здесь](http://www.mts.ru/mobil_inet_and_tv/tarifu/internet_dly_odnogo/archive/other/parent_control/). Такие программы могут использоваться и на детском смартфоне.

Следующий и главный шаг – выстроить отношения таким образом, чтобы сын или дочь хотели обсуждать все, что их взволновало, именно с вами. Пусть дети будут уверены, что его не накажут, и получат комментарии об увиденном от вас, а не от случайных знакомых.

**Ребенок проводит в интернете слишком много времени**

Нарушение сна, усталость, апатия, ухудшение успеваемости и отношений со сверстниками в реальной жизни – все это может быть признаком того, что ребенок «завис» в интернете. В подростковой среде интернет-зависимость чаще всего выражается чрезмерным увлечением онлайн-играми, общением в социальных сетях и просмотром видео.

Запретить, ограничить и отключить интернет – не лучший выход. Лишения не снизят интерес, а только вызовут раздражение и злость. Виртуальное пространство нужно научить воспринимать нейтрально, как одну из сфер жизни, а не как сверхценный объект, доступ к которому нужно получить любой ценой.

Проявите заботу, а не осуждайте. Скажите, например, «я переживаю, что ты редко видишься с друзьями, беспокоюсь, что ты стал плохо спать и выглядишь уставшим». Попробуйте понять, замену чего в реальной жизни ребенок ищет в интернете, попросите его показать, научить вас тому, что он делает. Если ребенок увлекается играми, предложите помочь вам понять правила. Пусть интернет не разъединяет, а объединяет вас с ребенком. Поищите вместе интересные занятия и развлечения офлайн, которыми займетесь в реальной жизни.

**Где могут помочь**

Вопросом безопасности детей в интернете озабочены многие психологи, родительские и интернет-сообщества. Мы рекомендуем [ресурс](http://detionline.com/), где собраны материалы для младшеклассников (в том числе игры, квесты и занятия), подростков и родителей. Вот эту [методичку](http://detionline.com/assets/files/mts/Pogovorite-s-rebenkom.pdf) стоит прочитать каждому родителю, ребенок которого пользуется сетью. Запишите и расскажите своему ребенку о номере 8-800-25-000-15 – это бесплатная всероссийская служба телефонного и онлайн-консультирования для детей и взрослых по проблемам безопасного использования интернета и мобильной связи.