Памятка для заботливых родителей

В современном мире, где действительность разделена на 2 плоскости: виртуальную и реальную, возможность столкнуться с рисками значительно возрастает, т.к. часть из них присутствует в реальной действительности, а часть обнаруживается в виртуальной. Часто родители информируют детей о реальных рисках на улице, среди людей, забывая, что подобные риски могут угрожать детям и в виртуальном пространстве. Информационная безопасность ребенка на сегодняшний день является такой же важной и актуальной темой и обязанностью родителя, которую необходимо выполнять по отношению к своему ребенку, как и соблюдение дорожной безопасности, сохранение ценности здоровья, соблюдение правил и законов и т.д.

Какие риски подстерегают детей за светящимся экраном?

- чрезмерная увлеченность Интернет пользованием, компьютерными играми, «серфингом», онлайн-казино;
- ребенок может быть вовлечен в экстремистские или иные опасные сообщества и группы;
- ребенок может стать жертвой мошенников и понести финансовые и моральные затраты;
- он может встретиться с агрессией, грубым обращением или травлей в социальных сетях;
- возможно его попадание на сайты, содержащие информацию, наносящую вред его неокрепшей психике и эмоциональному самочувствию.

Как защитить ребенка от интернет-рисков?

Для того, чтобы помочь ребенку справиться с Интернет-рисками родителям необходимо, в первую очередь, понять, что единственно возможным вариантом помощи является участие родителей в жизни ребенка, включая и виртуальную реальность, «он-лай мир» ребенка.

Что делать нельзя:

- Вешать ярлыки на ребенка (например, фраза "Да ты болен!")
- Обвинять и стыдить ребенка (например, фразы "Ты тратишь свою жизнь понапрасну!", «Лучше бы погулять сходил/почитал/поиграл и т.д.)
- Придираться и «пилить» ребенка
- Ругать
- Угрожать ребенку
- Требовать от ребенка поспешных 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.)

Что делать нужно:

- Наблюдайте за своими детьми внимательно и с интересом
- Постарайтесь понять, что они чувствуют, как они мыслят, что хотят
- Поставьте себя на их место
- Искренне интересуйтесь тем, что вовлекает их в игру;

Понять:

- Что им нравится в играх?
- Какие приложения и технологии используются для этого? Какие игры сейчас современны?
- Как играть в эти игры?
- Сколько времени дети проводят, играя в эти игры?
- Когда они играют в игры?
- Где они играют?
- С кем они играют?

Способы поговорить с ребенком:

- Проявлять искреннее любопытство и интерес к их онлайн-жизни;
- Присоединитесь к ним в их интересах
- 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.
- Предлагайте оффлайновые действия, которые могут быть интересны в дополнение к (а не вместо) онлайн-деятельности.

Присоединяйтесь к своему ребенку:

- Попросите его/ее показать Вам, что ему/ей нравится в Интернете.
- Проявляйте уважение к их интересам;
- Просите, чтобы они показали Вам, как это работает
- Если Вы готовы, играйте онлайн со своим ребенком. Пусть он/она научат Вас.

Примечание. Это может показаться отталкивающим, или склоняющим к Интернет-зависимости, но это также может быть каналом для начала диалога с ребенком. Ведь Вы как взрослый можете установить время для игры, можете объяснять все опасности и трудности, поджидающие играющего в интернете, а, значит, можете контролировать и учить этому ребенка!

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ПОМОЩИ «ДЕТИ-ОНЛАЙН»

8-800-250-00-15

Линия помощи «Дети онлайн» — бесплатная всероссийская служба телефонного и онлайн консультирования для детей и взрослых по проблемам безопасного использования интернета и мобильной связи.

http://detionline.com