

# ОПАСНОСТИ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ

## КАК УБЕРЕЧЬ РЕБЕНКА ОТ ОПАСНОСТЕЙ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ

Современные дети начинают учиться считать, писать и читать практически одновременно с работой за компьютером. Рано или поздно любой ребенок захочет зарегистрироваться в социальной сети. И только от вас родители зависит, станет он адекватным пользователем подобного ресурса или сетеманом, которого нужно будет спасать.

В интернете дети и подростки играют, знакомятся, познают мир...

**Плюсы** - возможность общения, помощь в обучении, развитие внимания, воображения, возможность всегда оставаться в курсе происходящего. **Минусы** - отнимает много свободного времени, проблема социализации у детей, отсутствие знаний о границах поведения. Также болезни глаз, искривление позвоночника, головные боли, подъем психотических проявлений (беспокойство, депрессия). К тому же в виртуальном мире дети и подростки не чувствуют опасности. Сделать их пребывание в Интернете безопасным, научить их ориентироваться в киберпространстве – важная задача их родителей.

Подростка необходимо ознакомить с основными правилами безопасного поведения в социальных сетях, настроить вместе с ним параметры безопасности и конфиденциальности его учетной записи, защитить компьютеры и мобильные устройства современной антивирусной программой с родительским контролем и заблокировать сомнительные сайты (онлайн-магазины, казино, порно-сайты и др.).

**Основные опасности, с которыми может столкнуться подросток в социальных сетях:** можно получить доступ к неподходящей их возрасту информации. К ней относятся: порнография, дезинформация, пропаганда ненависти, насилия, жестокости, экстремизма. Существуют сайты, предлагающие инструкцию по изготовлению взрывчатых веществ, продающие оружие, алкоголь, отравляющие вещества, наркотики.

На сайтах можно пострадать от кибербуллинга - сетевой травли с оскорблениями и угрозами. Это могут быть сетевые хулиганы или знакомые, которые специально провоцируют конфликт.

Подростки могут выдать важную и личную информацию, заполняя анкеты и принимая участие в онлайн-конкурсах и стать жертвой безответственных торговцев, интернет-преступников.

Подростки нередко добавляют в друзья подозрительных незнакомцев. Это могут быть как безобидные фейковые (ненастоящие) странички одноклассников, так и аккаунты людей с недобрыми намерениями, например, с целью виртуального совращения несовершеннолетних.

В настоящее время в Интернете действуют сообщества, направленные на распространение среди детей суицидальных идей. Группа неизвестных, действующих через суицидальные группы, принуждают несовершеннолетних к сведению счетов с жизнью. В связи с опасными играми в сети Интернет родителям подростков стоит проверить, в каких группах они находятся в социальных сетях и обратить особое внимание на их поведение!!!

Сейчас группы «смерти» распознать по названию – невозможно. Их распознают только по содержанию групп, сообществ, беседок, чатов, в которых ребенок проявляет активность.

### **Распространены следующие суицидальные течения:**

- Продвигающие депрессивные и панические идеи, шутки про смерть, неоднозначно интерпретируемые цитаты из поэм и стихов. При этом, информация может дробиться на части, контекст подаваться с различной смысловой нагрузкой.
- Продвигающие бесцельность существования.
- Использующие метод повторения. На странице постоянно повторяются такие слова и картинки, как многоэтажные дома, виселицы (петли), лезвия, таблетки, море, океан, полеты с высоты, погружение в воду, кровь, самоповреждение. Иногда многократно упоминаются слова «смерть», «умру», «повешусь» и пр. Ребенок, продолжительно просматривающий такой контент, «программируется» на совершение деструктивных действий.

### **Рекомендации родителям:**

- Поговорите со своими детьми о содержимом в Интернете, предназначенном для взрослых, и порнографии. - Объясните, что Интернет – это всего лишь способ получить нужную информацию. И не все, что читают или видят в Интернете, правда.
- Поговорите с подростками об их опыте общения в социальных сетях. Попросите их общаться только с теми, кого они знают.
- Проследите за тем, чтобы они не указывали полные имена, контактные данные свои и друзей, не обсуждали информацию о благосостоянии семьи или личных проблемах при общении в Интернете. Следите за тем, какие фотографии публикуют ваши дети.
- Расскажите подросткам об интернет-угрозах. Если им угрожают через Интернет, то они должны немедленно сообщить об этом родителям, и вы вместе найдете выход из любой сложившейся ситуации.
- Обсудите со своими детьми-подростками азартные игры в Интернете, и риски, связанные с ними.
- Научите подростка не делать ничего в Интернете, что требует оплаты, без вашего разрешения.

Полностью оградить от Интернета было бы неправильным. Запрещать регистрацию в социальных сетях - неразумно и несовременно.

Главное в безопасности вашего ребенка, который работает в Интернете, - доверительные отношения с родителями.

Станьте друзьями для своих детей: старшими, мудрыми и опытными, с которыми хочется поговорить на любую тему с удовольствием. Чаще беседуйте с детьми, смотрите фильмы, отдыхайте всей семьей.

Найдите для ребенка занятие по душе, предложите ему творческие и спортивные секции, где он сможет дать выход накопившейся энергии. Только живое общение и увлекательные занятия отвлекут пользователя от полного погружения в виртуальную реальность.

**Помните: вы – пример для ваших детей.** Желая оградить подростка от неправильного контента (информации) и сформировать верное восприятие мира, контролируйте свое поведение. Не играйте в жестокие компьютерные игры, «не пропадайте» в Интернете. Дети – отражение нас самих.

**Куда обращаться за помощью?**

**133 – КРУГЛОСУТОЧНАЯ СЛУЖБА ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ**

**+375-222-71-11-61 – БЕСПЛАТНАЯ ЭКСТРЕННАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ**

**+375-17-300-10-06 – РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ**