

«МЫ ХОТИМ ПОГОВОРИТЬ О ТВОЕЙ БЕЗОПАСНОСТИ В СЕТИ»

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПОДРОСТКОВ 11-13 ЛЕТ

САМОЕ ВАЖНОЕ:

Помогите подросткам лучше разбираться в цифровых технологиях и ориентируйтесь в них сами

ЧТО ЖДУТ ПОДРОСТКИ ОТ РОДИТЕЛЕЙ:

- »» Ясной и понятной информации.
- »» Терпения.
- »» Уважения к личным границам.
- »» Готовности к диалогу.
- »» Гибкости в изменении правил.



С КАКИМИ ТРУДНОСТЯМИ МОГУТ СТОЛКНУТЬСЯ ПОДРОСТКИ?



- »»» давление сверстников, конфликты онлайн;
- »»» кибербуллинг, троллинг;
- »»» мошенничество, фишинг;
- »»» контент, который не предназначен для подростков их возраста.

КАК ПОДГОТОВИТЬ ПОДРОСТКОВ К РЕШЕНИЮ ЭТИХ ПРОБЛЕМ?



1

ОБСУЖДАЙТЕ ИХ ЖИЗНЬ В СЕТИ

- * Действия в интернете, используемые приложения, какое поведение вы от них ожидаете.
- * Ценности, которые важны в реальной жизни, например, доброту, и способы сохранения этих ценностей в сети.

Объясните, почему вам важно следить за их социальными сетями!
Мысль помощник: надо потренироваться со спасательным кругом, прежде чем пускаться в самостоятельное плавание

2

ИССЛЕДУЙТЕ СВОИ ЦИФРОВЫЕ СЛЕДЫ

- * Вместе разбирайте информацию со своих страничек в социальных сетях.
- * Обсуждайте надежность различных ресурсов источников информации.

Используйте «тест с футболкой»: Если тебе неприятно гулять с какой-либо надписью на футболке, лучше не выкладывать такую надпись в сети. Это относится к фотографиям, комментариям и видео.

3

ГОВОРИТЕ ОБ УСТОЙЧИВОСТИ

- * Учитесь отличать шутки, конфликты от кибербуллинга. Опасно называть все случаи кибербуллингом - статус жертвы предполагает беспомощность.
- * Разработайте планы поддержки в неприятных ситуациях.
- * Показывайте свою поддержку и постарайтесь придать подростку уверенность в том, что вы справитесь с этим вместе.
- * Открыто обсуждайте примеры ситуаций, не оценивая, а продумывая варианты разрешения.
- * Учитесь проверять и уточнять, насколько правильно понимаете чувства и эмоции относительно происходящих ситуаций.



4

УЧИТЕСЬ И УЧИТЕ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ЗАЩИТОЙ

*Регулярно обсуждайте с ними способы предотвращения возможных рисков, таких, например, как просмотр неподходящего контента или кибербуллинг.

*Убедитесь, что они знают, когда и где искать помощь, если необходимо, и какие инструменты они могут использовать, чтобы справиться с проблемами.

НАЧИНАЯ РАЗГОВОР О БЕЗОПАСНОСТИ В СЕТИ С ПОДРОСТКОМ, УБЕДИТЕСЬ, ЧТО ВЫ:

ГОТОВЫ К ДИАЛОГУ

- » не только говорите, но и слушаете;
- » настроены что-то менять в процессе диалога.

УВЕРЕНЫ В ТОМ, ЧТО ХОТИТЕ ДОНЕСТИ

- » подготовили вопросы и предложения заранее;
- » сами ответили на возможные вопросы;
- » нашли ресурсы, которые могут помочь разобраться.



ВЫБРАЛИ НУЖНОЕ ВРЕМЯ И МЕСТО

- »» спокойная обстановка;
- »» не «разбор полётов» после неприятной ситуации.

ПОНИМАЕТЕ, КАК БУДЕТЕ КОНТРОЛИРОВАТЬ ВЫПОЛНЕНИЕ ПРАВИЛ

- »» продумали сроки привыкания к правилам;
- »» продумали рамки «личного пространства» подростка в сети;
- »» есть варианты «исключений из правил» и действий в таких ситуациях.

САМИ СЛЕДУЕТЕ ПРЕДЛАГАЕМЫМ ПРАВИЛАМ И ПРИНЦИПАМ

