Родителям на заметку

***Эти опасные социальные сети…***

Интернет – это планета, со своими странами, городами, улицами…

Попадая в мировую сеть, человек удовлетворяет свои потребности в информации любого уровня. Виртуальный мир обеспечивает свободу (или ее иллюзию), которая резко понижает социальные и психологические риски общения.

Статистика настойчиво твердит, что каждый второй человек (на сегодняшний день) зависит от сети, где удовлетворяется общением и информационно, играми в сетях.

*Зависимость подкрадывается незаметно*

Развивается эта зависимость не сразу. Стираются границы между фактической реальностью и виртуальной. Он начинает буквально жить в компьютере и друзья по интернет переписке становятся намного ближе настоящих. Вначале человек заходит раз в день в свой аккаунт, через неделю – несколько раз день, глядишь, и через несколько месяцев он обновляет свою страничку по несколько раз в день.

Зависимость детей, подростков и молодежи от соцсетей выражена в большей степени, чем среди лиц среднего и пожилого возраста. Во-первых, это связано с тем, что у большинства подростков еще нет такого груза ответственности, жизненного опыта, как у лиц более старшего возраста.

Во-вторых, социальные сети популярное веяние, а поэтому многие подростки, чтобы не отстать от моды, быть в курсе всех новостей стараются проводить много времени в социальных сетях, которые, в свою очередь, их затягивают. Не зря же их называют «сетями».

*Личная безопасность*

Наедине с компьютером или смартфоном легко забыть, что в Сети миллиарды людей и до любого пара кликов. В том числе и до вашего ребенка. В Сети им могут заинтересоваться мошенники разного рода, тролли разной степени небезобидности и т. д. Чтобы максимально обезопаситься от подобных угроз, нужно научиться правилам сетевой безопасности.

Правила просты – не выдавать людям свои имя, место учебы и проживания, сообщать взрослым о любых разговорах на тревожные темы, внимательно контролировать публикуемый в Сети контент. Особенно опасны в сеть фото и видео, поскольку по изображениям можно понять, где происходит дело, а смартфоны еще и заботливо снабжают фотографии геометками. Во избежание проблем на смартфоне подростка эту функцию лучше отключить.

*Главное правило*

Главная ошибка, подстерегающая и взрослых, и детей, ощущение, что все это игра. Не видя перед собой лицо человека, не получая привычный отклик в виде жестов, интонации и мимики, легко почувствовать, что все это понарошку, и сказать лишнее. Вторая ошибка – непонимание, настолько широкий круг знакомых и незнакомых людей, а также бездушных роботов увидит любое слово, сказанное в Сети. Именно поэтому одна из важнейших вещей, которую надо объяснить подростку на всю оставшуюся жизнь, звучит так: не пиши в Интернете того, что не сможешь сказать человеку в глаза, стоя перед всем классом и всеми знакомыми.

Только того, кто понял и почувствовать это правило, можно впускать на просторы соцсетей.

Для простоты понимания можно разделить эту истину на две части: «Написать опаснее, чем сказать» и «За каждым словом и действием всегда следят посторонние».

*Договоритесь «на бегу»*

Даже если вы уверены, что ребенок понял все правила, родительское сердце нет-нет да и захочет удостовериться, что дела идут благополучно. Не делайте это тайком, в идеале договоритесь с сыном или дочерью, как будет работать контроль. Комфортно ли будет ребенку открыть пароль от своей учетной записи? Добавить родителей в друзья? Или сдаться на милость специализированной программы родительского контроля? При разумном использовании последний вариант может быть наименее болезненным, поскольку качественные программы способны поднимать тревогу в определенных ситуациях (например, при появлении в переписке ключевых слов), не вынуждая при этом изучать всю переписку.

Также желательно заранее озвучить возможные «административные меры», такие как блокировка доступа в Сеть со всех устройств до того, как сделаны домашние задания, или лишение личного смартфона за серьезные провинности. Конечно, здесь важно соблюдать меру и минимально ограничивать свободу ребенка, когда он ведет себя социально приемлемо.

*Опасайтесь травли*

Одна из самых опасных вещей, которая происходит с подростками в соцсетях, - это онлайновая травля со стороны ровесников. По сравнению с обычными неприятностями в школе у онлайновой травли есть два больших опасных отличия: онлайновые преследования идут все время, не заканчиваясь; и отсутствие личного контакта позволяет обидчику находить более изощрённые и разрушающие методы.

Также возможно обратное – вы обнаружите, что ваш ребенок травит других. Реакция тоже должна быть незамедлительной и полномасштабной - нужно насколько это серьезно и опасно, к каким последствиям может привести.

*Как избавиться от Интернет зависимости от социальных сетей?*

Просто и безболезненно избавиться от данного пагубного пристрастия удается лишь немногим. Только тем, кто может похвастаться силой духа, тем, кто осознал, сколько своего бесценного времени он тратит впустую вместо того, чтобы посвятить это время близким людям, достижению своей мечты, самообразованию.

Каждый ребенок неповторим. Педагогам и родителям необходимо быть готовым к трудностям, постараться предугадать перемены, которые непременно произойдут в детях. Необходимо постараться вовремя перемениться самим – в своем подходе к взрослеющим детям, в способах взаимодействия с ними.

В китайском эпосе есть одна притча «Ладная семья».

Жила-была на свете семья. Она была не простая. Более 100 человек насчитывалось в этой семье. И занимала она целое село. Так и жили всей семьей и всем селом. Семья была особая: мир и лад царили в этой семье. Ни ссор, ни ругани, ни раздоров.

Дошел слух об этой семье и до владыки страны. И он решил проверить, правду ли молвят люди. Прибыл он в село, и душа его возрадовалась: кругом чистота, красота, достаток и мир. Хорошо детям, спокойно старикам. Удивляется владыка. Решил узнать, как жители села добились такого лада, пришел к главе семьи; расскажи, мол, как ты добиваешься такого согласия и мира в своей семье. Тот взял лист бумаги и начал что-то писать. Писал долго. Видно, не очень он был силен грамоте.

Затем передал лист владыке. Тот взял бумагу и стал разбирать каракули старика. Разобрал с трудом и удивился. Три слова были начертаны на бумаге: ЛЮБОВЬ, ПРОЩЕНИЕ, ТЕРПЕНИЕ. И в конце листа: сто раз ЛЮБОВЬ, сто раз ПРОЩЕНИЕ, сто раз ТЕРПЕНИЕ. Прочел владыка и спросил:

- И все?

- Да, - ответил старик,- это и есть основа жизни всякой хорошей семьи. – И подумав, добавил: - И мира тоже.

Воспитание ребенка должно начинаться в семье. На всех родителей возлагается обязанность развивать детей физически, умственно и духовно. Целью каждого родителя должно быть формирование у ребенка уравновешенного гармоничного характера. Это большая и очень важная работа, требующая глубокого размышления, а также терпения и настойчивых усилий.

 Методист ГМК – Зинченко Ирина Алексеевна