

# ПОДРОСТОК И СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ

Семинар для родителей.

Педагог-психолог МОКУ «Соболевская  
средняя школа» Асылова С.В.

Интернет пестрит сообщениями, что сети несут один вред: вместо уроков школьники сутками стучат по клавишам, пытаются привлечь внимание мнимых друзей... Другая сторона, наоборот, ратуют за «социалки», доказывая, что только с помощью этих общественных монстров можно реализовать себя, как личность. Так социальные сети добро или зло?

***Компьютерная зависимость.*** Многим родителям нравится, что дети не балуются, не носятся по улице, а мирно сидят дома за компьютером. В результате, взрослые порой не подозревают, какую информацию черпает их ребенок из компьютера. Постепенно ребенок проводит за компьютером все больше времени. Отдельно различают психологическую зависимость от Интернета (**сетеголизм**) и компьютерных игр (**кибераддикция**).

# ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ РАЗВИТИЯ ЗАВИСИМОСТИ У РЕБЕНКА И ВЗРОСЛОГО:

- ⦿ - если ест, пьет чай, готовит уроки у компьютера или смотрите телевизор,
- ⦿ - провели хотя бы одну ночь у компьютера,
- ⦿ - прогулял школу - сидел за компьютером,
- ⦿ - приходите домой, и сразу к компьютеру,
- ⦿ - испытывает эйфорию, хорошо себя чувствует за компьютером, и наоборот, ощущает пустоту, раздражение, когда вынужден заниматься чем-то другим или лишен компьютера,
- ⦿ - увеличивает число времени, проводимое за компьютером, в ущерб другим занятиям - работе, учебе, домашним делам, полностью или частично теряя к ним интерес,
- ⦿ - вступает в конфликт с близкими людьми из-за своей деятельности, что ведет ко лжи относительно того, что он делает,
- ⦿ - предвкушает следующий сеанс жизни в виртуальной реальности, что также поднимает настроение и захватывает все помыслы.

## ЧТО ЖЕ ТАКОЕ СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ, В ЧЕМ ИХ ПОЛЬЗА, А В ЧЕМ ИХ НЕДОСТАТКИ?

Вопрос, нужно ли родителям интересоваться чем живут их дети в социальных сетях, далеко не праздный. Ведь для нормальных родителей всегда (ещё и до наступления эпохи интернета) было важно знать, чем занимается ребенок в школе, во дворе, в компании сверстников и т.д. Социальные сети - это тот же двор, только виртуальный, в котором может присутствовать кто угодно, поэтому вопрос «Быть ли в курсе?» не обсуждается.

# КАК ОБЕЗОПАСИТЬ РЕБЕНКА ОТ НЕГАТИВНОГО ВЛИЯНИЯ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ

- Чтоб обезопасить ребенка от негативного влияния социальных сетей, вам придется самому стать уверенным завсегдаем социальных сетей, и даже подружиться в сетях с собственным ребенком. Так вы точно будете знать, с кем общается ваш ребенок, какие фото выкладывает в интернет.
- Расскажите ребенку обо всех опасностях интернета и опасных последствиях предоставления личной информации.
- Поговорите с детьми об опыте их общения в социальных сетях.
- Попросите детей рассказывать вам, если они столкнутся на этих сайтах с чем-либо, что вызывает у них беспокойство, неудобство или страх.
- Проявляйте спокойствие и напомните детям, что их никогда не накажут за то, что они вам расскажут.
- Настаивайте на том, чтобы дети никогда лично не встречались с тем, с кем они общались только по Интернету, и просите их общаться только с теми, кого они знают лично.
- Следите за деталями на фотографиях. Объясните детям, что фотографии могут раскрывать много личной информации.
- Попросите детей не публиковать фотографии себя или своих друзей, на которых имеются четко идентифицируемые данные, такие как названия улиц, государственные номера автомобилей или название школы на одежде.

Соблюдая эти несложные правила, вы сможете избежать популярных сетевых угроз.

И последний наш совет Вам -  
будьте внимательны к своим детям!