

**Министерство образования и науки Российской Федерации
ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей»**

ВСЕРОССИЙСКОЕ РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ

**«ПРОФИЛАКТИКА
ИНТЕРНЕТ-РИСКОВ И УГРОЗ ЖИЗНИ
ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ»**

Москва, 2017

ДЛЯ ЧЕГО МЫ СОБРАЛИСЬ?

- 1. Лучше понять подростковый возраст и больше узнать о профилактике рисков.**
- 2. Обсудить основные риски Интернета для детей и подростков.**
- 3. Узнать о возможностях получения профессиональной помощи (психологической, медицинской, юридической) в ситуациях угроз для жизни детей и подростков.**

СПРОСИТЕ СЕБЯ:

- 1. Знаете ли Вы, чем увлекается, интересуется ваш ребенок?**
- 2. Есть ли у Вас общие с ребенком увлечения?**
- 3. Знаете ли Вы, что сильно огорчает и радует Вашего ребенка?**
- 4. Бывают ли у Вашего ребенка резкие перепады настроения?**
- 5. Знаете ли Вы, сколько времени в день проводит Ваш ребенок в Интернете?**
- 6. Ограничиваете ли Вы время, которое Ваш ребенок проводит за компьютером, планшетом, в телефоне?**
- 7. Установлен ли «Родительский контроль» у Вас на домашнем компьютере?**
- 8. Знаете ли Вы, на какие сайты чаще всего «заходит» Ваш ребенок?**
- 9. Является ли Ваш ребенок участником каких-либо групп и сообществ в Интернете?**
- 10. Знаете ли Вы, что это группа, сообщество безопасны?**

ЧТО ПРОИСХОДИТ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ?

- физиологические и психологические изменения;
- формирование собственных взглядов — поиск своего «Я»;
- ведущая потребность — в самоутверждении;
- критичное отношение к наставлениям взрослых;
- изменения в отношениях со взрослыми и сверстниками;
- активная жизнь перемещается из дома во внешний мир.



ПОЧЕМУ ПОДРОСТКИ УЯЗВИМЫ?

- не знают, как реализовать свои потребности, желания;
- нет четких жизненных целей и ценностей;
- очень значимо признание сверстников;
- плохо устойчивы в ситуации стресса;
- мало жизненного опыта;
- отрицают авторитеты;
- бескомпромиссны.



ЧТО МОЖЕТ СТАТЬ УГРОЗОЙ?

1. Жизненные обстоятельства или ситуации, которые подросток воспринимает как невыносимо трудные, непреодолимые.



2. Использование интернет-ресурсов, которые могут оказывать разрушающее воздействие на психику.

ОПАСНЫЕ ГРУППЫ ИНТЕРНЕТА

Хештег, изображаемый значком «решетка» #, позволяет другим пользователям находить все записи, обозначенные этим значком через поисковую систему социальной сети.



ОПАСНЫЕ ГРУППЫ ИНТЕРНЕТА

«Хочу в игру», «Разбуди меня в 4.20»

«Дай мне номер», «Дай инструкцию»

«Я готов в путь вечный», «Найдите. Где я?»

«Звезды. Путь млечный»



ОПАСНЫЕ ГРУППЫ ИНТЕРНЕТА

#МореКитов

#китовморе

#ДОМКИТОВ

#китобой

#НЯПОКА

#рина

#ssrma

#ssrm

#NoG

#d28

#ff33

#f57

#f58

#разбудименяя4_20

#deletedsky1281

#terminal1281

#я_иду_в_тихийдом



#ФилиппЛис

#мертвыеедуши

#млечныйпуть

#ТихийДом

#домтихий

#RoyalManor

#killmeorder

#хочувигру

#150звезд

#истина

#DK1281

#f57KMO

#exit

КТО ТАКИЕ ПОДРОСТКИ «ГРУППЫ РИСКА»?

- употребляющие алкоголь, психоактивные вещества;
- с недостатками физического развития;
- совершившие серьезный проступок или жертвы уголовного преступления (в том числе, насилия);
- под влиянием опасных групп (в том числе, в соцсетях), религиозных сект или молодежных течений.
- в сложной семейной ситуации;
- остро переживающие несчастную любовь;
- в депрессивном состоянии;
- без реальных друзей;
- без устойчивых интересов, хобби;
- с серьезными проблемами в учебе;
- отличники, остро переживающие любые неудачи;
- с историей суицида



ПОКАЗАТЕЛИ УЧАСТИЯ РЕБЕНКА В «ОПАСНЫХ» ГРУППАХ

- **резкое изменение фона настроения и поведения;**
- **пробуждение в ночное время и выход в Интернет;**
- **нежелание ребенка обсуждать новости группы и свои действия в ней;**
- **ведение в сети одновременно нескольких страниц под разными именами;**
- **выполнение различных заданий и их видеозапись;**
- **появление в речи и на страницах в сети тегов «Раны на руках заглушают боль в душе», «Лети к солнцу», «Лифты несут людей в небеса» и др.**

ВНИМАНИЕ, УГРОЗА! РОДИТЕЛИ, ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ НА «ЗНАКИ»

- Высказывания о нежелании жить.
- Фиксация на теме смерти.
- Активная подготовка к способу совершения суицида;
- сообщение друзьям о принятии решения о самоубийстве (прямое и косвенное).
- Символическое прощание с ближайшим окружением.
- Постоянно пониженное настроение, тоскливость.
- Стремление к рискованным действиям, отрицание проблем.
- Раздражительность, угрюмость.
- Негативные оценки своей личности.
- Необычное, нехарактерное поведение.
- Снижение успеваемости.
- Частые попытки уединиться.

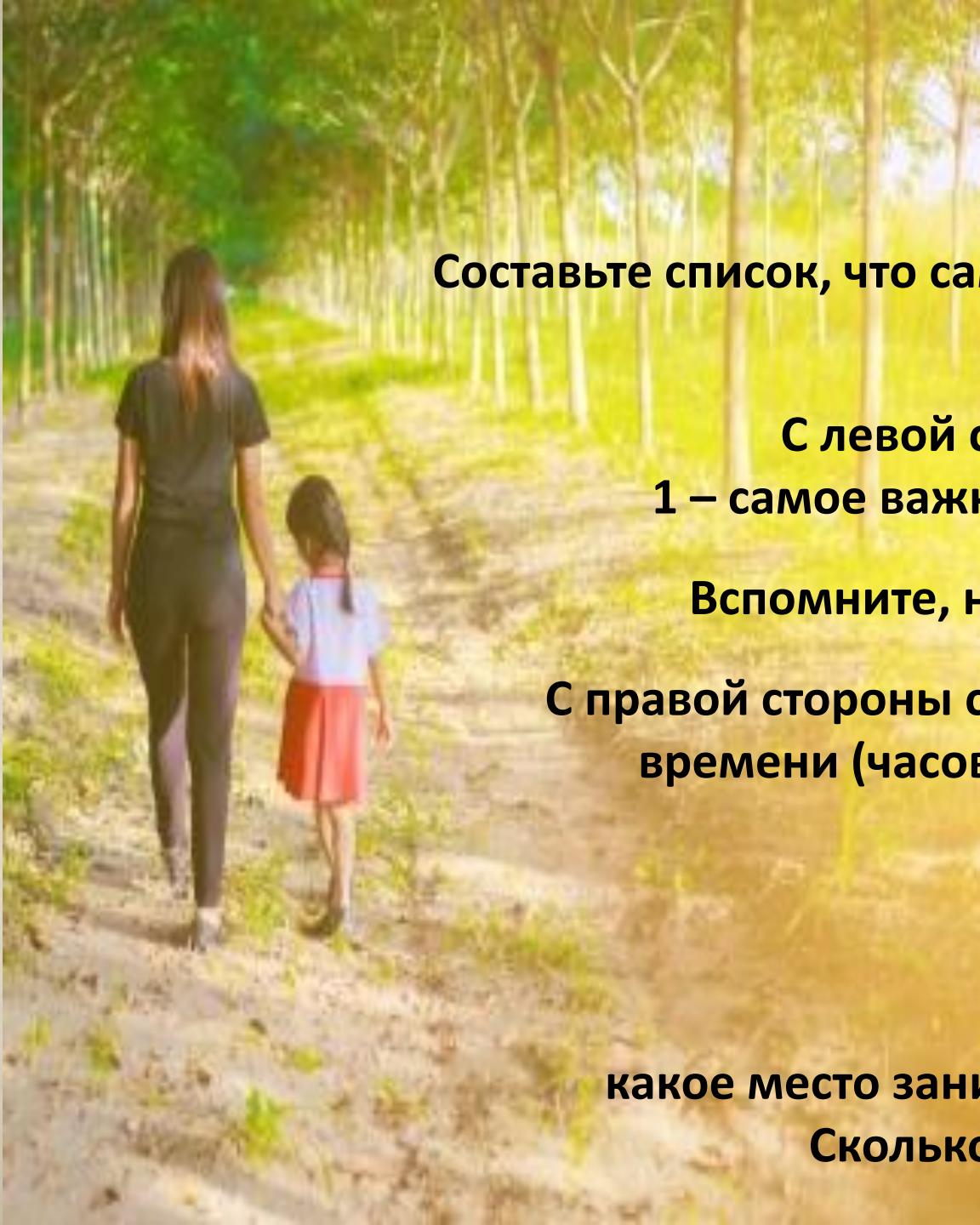
КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ БЕДУ?





1. Сохраняйте спокойствие.

Развивайте у ребенка навыки преодоления сложных ситуаций, учите справляться со стрессом!



2. Оцените степень Вашего участия.

**Составьте список, что самое важное в Вашей жизни
(запишите в столбик).**

С левой стороны расставьте номера:

1 – самое важное, 2 – менее важное и т.д.

Вспомните, например, вчерашний день.

**С правой стороны столбика напишите, сколько
времени (часов, минут) Вы уделили этому.**

**Сравните номер слева
и время, указанное справа.**

**А теперь посмотрите,
какое место занимает ребенок этом в ряду?
Сколько времени Вы уделили ему?**

3. Установите доверительный контакт.

- Подумайте о том,
как Вы любите своего ребенка,
выпишите на листочек все то,
за что Вы можете его похвалить,
все то, за что Вы можете ему
сказать спасибо.

- Скажите об этом ребенку
сегодня.

- Говорите об этом ребенку
каждый день.



4. Поддерживайте доверительные отношения с ребенком.

- Обсуждайте с ребенком то, что он узнаете из Интернета.
- Учитесь понимать язык, на котором говорит Ваш ребенок.
- Всегда воспринимайте его проблемы и переживания серьезно, без критики и насмешек.
- Говорите с ним о его переживаниях, чувствах, эмоциях.
- Обсуждайте ближайшее и далекое будущее.
- Заботьтесь о том, чтобы подросток «принимал» свое тело, себя таким, какой он есть.
- Поощряйте ребенка к заботе о близких (старшее поколение, младшие дети, домашние питомцы).
- Поддерживайте семейные традиции и ритуалы.
- Страйтесь поддерживать режим дня подростка.

5. Создайте домашнюю традицию ежедневно обсуждать проблемы и трудности.

- Делитесь с ребенком своими трудностями.
Показывайте, что все они разрешимы.
- Говорите о способах разрешения проблем и людях, которые в этом помогают.
- Спрашивайте о его проблемах и трудностях.
- Вместе ищите способы их разрешения.
- Говорите о том, что вместе вы всегда найдете выход из любой ситуации.



6. Контролируйте пребывание ребенка в сети с помощью технических средств

- ✓ i Protect You Pro — программа-фильтр Интернета, позволяет родителям ограничивать по разным параметрам сайты, просматриваемые детьми ресурсы.
- ✓ Предназначение Kids Control — контроль времени, которое ребенок проводит в интернете.
- ✓ Mirko Time Sheriff — контроль времени, проводимого ребенком за компьютером или работы с конкретными программами и сайтами.
- ✓ Net Police Lite — родительский контроль — запрет посещения сайтов определенных категорий (сайты для взрослых, ненормативная лексика и т.п.).
- ✓ ИНТЕРНЕТ ЦЕНЗОР — программа содержит уникальные вручную проверенные "белые списки", включающие все безопасные отечественные сайты и основные иностранные ресурсы. Программа надежно защищена от взлома и обхода фильтрации.



7. Учите ребенка и справляться с трудностями.

Научите ребенка, принимая решение, просчитывать его последствия и меру ответственности

Постарайтесь задавать открытые вопросы, над которыми надо подумать и не ограничиваться односложным «да» или «нет»



Расскажите о людях, к которым можно обратиться за помощью в трудных ситуациях, о службах экстренной помощи

Научите ребенка выражать свои эмоции в социально приемлемых формах

Научите ребенка расслабляться, управлять своими эмоциями в сложных, критических для него ситуациях

8. Говорите по душам

- 1. Перед началом разговора проговорите про себя, как Вы любите своего ребенка, что он ценнее всего в этой жизни.**
- 2. Выслушивайте и постарайтесь услышать.**
- 3. Обсуждайте проблемы открыто, это снимает тревожность.**
- 4. Подчеркивайте временный характер проблем, вселяйте надежду.**
- 5. Обещайте, что без его согласия
Вы не расскажете никому о разговоре.**
- 6. Ищите конструктивные выходы
из ситуации.**
- 7. Не оставляйте
подростка в одиночестве
даже после успешного
разговора.**



9. Обратитесь за помощью к специалистам

- Обращение не несет за собой никаких негативных последствий. В ситуации риска и угрозы жизни будет выявлена подлинная причина сильнейших негативных переживаний и оказана профессиональная помощь.
- Вам поможет памятка для родителей «Куда обратиться, если есть подозрения о нахождении ребенка в «группах смерти»?», которая доступна в интернете по адресу:

<http://www.ya-roditel.ru/parents/ig/gruppy-smerti-chto-nuzhno-znat-o-nikh-roditelyam/>



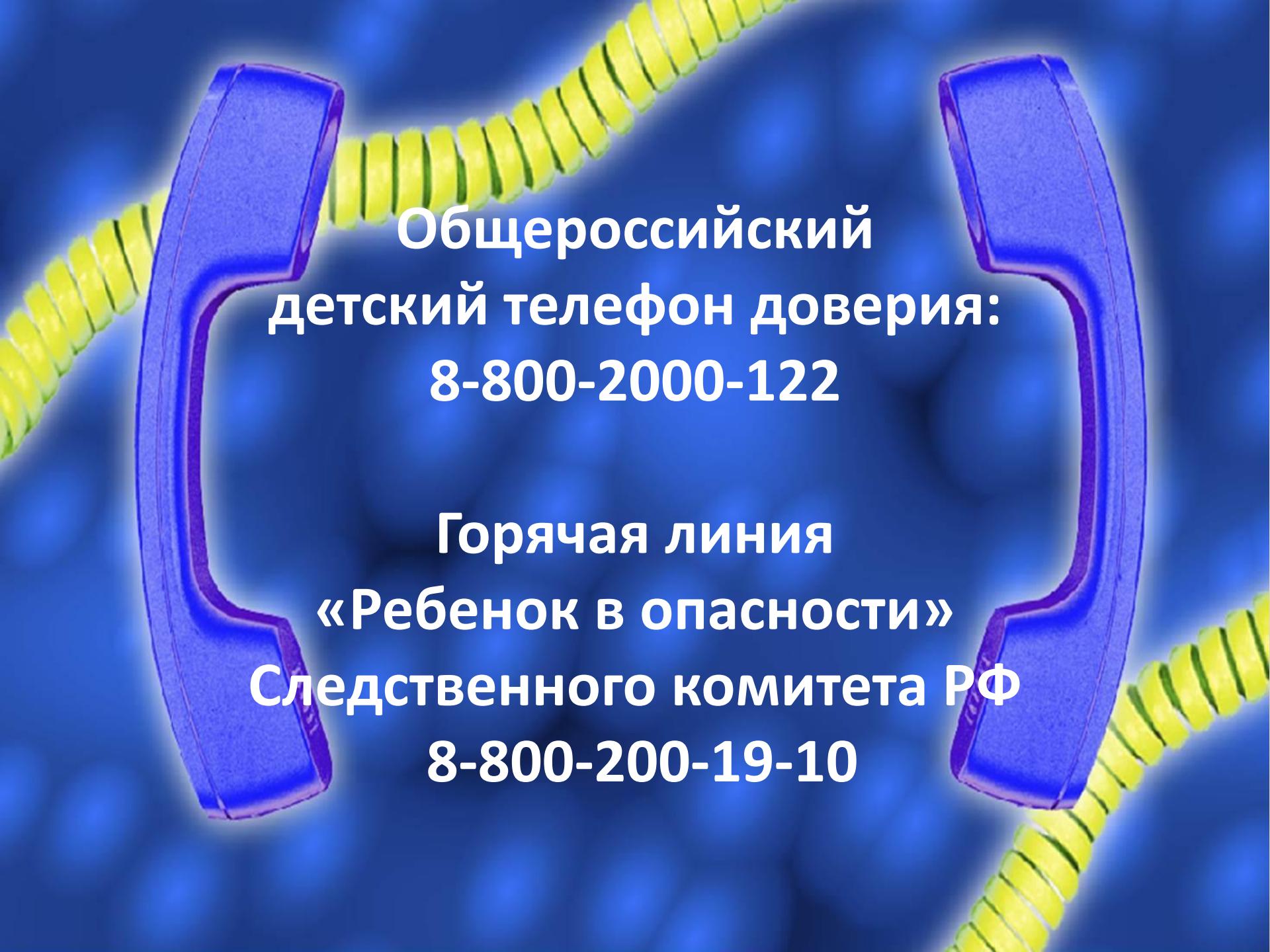
Я - родитель

Проект Фонда поддержки
детей, находящихся в трудной
жизненной ситуации

Портал для ответственных мам и пап
и всех, кто хочет ими стать!



Личный кабинет



Общероссийский
детский телефон доверия:
8-800-2000-122

Горячая линия
«Ребенок в опасности»
Следственного комитета РФ
8-800-200-19-10

Специализированная страница Интернет «Ценность жизни. Профилактика суицидального поведения несовершеннолетних» — <http://www.fcprc.ru>



Твоё право
Профилактика девиантного
поведения и правовое
просвещение детей, их родителей и
педагогов



Информационная
безопасность
Сопровождение детей и подростков
в онлайн-пространстве



Ценность жизни
Профилактика суицидального
поведения несовершеннолетних



Поддержка детства
Сопровождение детей,
нуждающихся в услугах и заботе
государства



Ответственное поведение —
ресурс здоровья
Профилактика аддикций и ВИЧ-
инфекции у несовершеннолетних



На повороте судьбы
Научно-методическое
сопровождение деятельности СУВУ

ЭТО ВАЖНО!

- ✓ Главными средствами профилактики являются **ДОВЕРИЕ и КОНТРОЛЬ**.
- ✓ Обращайте внимание на эмоциональное состояние Вашего ребенка.
- ✓ Общайтесь, обсуждайте проблемы, учите их разрешать, внушайте оптимизм.
- ✓ Проявляйте бдительность.
- ✓ Если Вы не справляетесь сами, не стесняйтесь обращаться за помощью.

«ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ»

➤ Упражнение «100 способов выразить любовь»

Когда мы выражаем ребенку нашу любовь, мы даем ему поддержку и чувство близости с нами, необходимые для его самореализации. Есть много слов и безмолвных жестов, которые подходят к конкретной ситуации и укрепляют в ребенке чувство уверенности в себе, принятие мира и любви. Есть много фраз, которые можно использовать как идеи:

- 1. Молодец!**
- 2. Хорошо.**
- 3. Отлично!**
- 4. Значительно лучше меня.**
- 5. Лучше, чем все, кого я знаю...**

«Я люблю тебя», — именно это стоит за всеми словами и фразами. Каждому из нас так важно услышать это от тех, кто нам дорог. Самое главное — прислушаться к себе, к своим чувствам, чтобы найти нужные слова и не оставить их про себя, а обязательно сказать ребенку, вложив в них всю силу своей любви. Как пример, предлагаем Вам 99 способов выразить любовь к ребенку. А Вы придумайте еще один свой способ!

**Федеральное государственное бюджетное научное учреждение
«Центр защиты прав и интересов детей»**

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ ДЕТЕЙ!

Адрес: 127055, г. Москва, ул. Люсиновская, 51

Интернет-сайт: <http://www.fcprc.ru>

Электронная почта: fcprc@yandex.ru