угрозах или тревогах. Похвалите их и посоветуйте подойти еще раз в подобных случаях.

**Пункт 7:** Помогите им защититься от спама. Научите подростков не выдавать в Интернет своего реального электронного адреса, не отвечать на нежелательные письма и использовать специальные почтовые фильтры.

**Пункт 8:**  Объясните детям, что ни в коем случае нельзя использовать Сеть для хулиганства, распространения сплетен или угроз другим людям.

**Пункт 9:** Обсудите с подростками проблемы сетевых азартных игр и их возможный риск. Напомните, что дети не могут играть в эти игры согласно закону.

*Приучите себя знакомиться с сайтами, которые посещают подростки.*



**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.*

*Педагог-психолог*

*Луценко Ольга Сергеевна*

*8-919-959-11-91*

Для Вас, родители

<https://vk.com/club191378819>

**МАОУ Гагаринская СОШ**

**Памятка для родителей**

**по информационно-психологической безопасности несовершеннолетних**

**в сети Интернет**

****

*Берегите себя и своих детей!*

**с.Гагарино, 2021г.**

**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.

**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.

**Как предотвратить беду?**

*Виртуальная угроза, подстерегающая детей в Интернете, становится более опасной, чем очевидные опасности, от которых мы пытаемся защитить наших детей.*

**Пункт 1:** Как можно больше общайтесь со своим ребенком-подростком, чтобы избежать возникновения Интернет-зависимости. Приобщайте ребенка к культуре и спорту, чтобы он не стремился заполнить свободное время компьютерными играми.

**Запомните!** Не существует детей, которых бы не интересовало ничего, кроме компьютера.

**Помните!** «Ребенку для полного и гармоничного развития его личности необходимо расти в семейном окружении, в атмосфере счастья, любви и понимания»

**Пункт 2:** Научите детей не оставлять в публичном доступе личную информацию: контакты, фото, видео. Запомните принцип Интернет: «Все, что вы выложили, может быть использовано против вас». Желательно оставлять только электронные способы связи. Например, специально выделенный для подобного общения е-mail или номер icq.

**Пункт 3:** Станьте «другом» Вашего ребенка в Соцсетях. Это Вам поможет контролировать виртуальные отношения ребенка с новыми «знакомыми» и «друзьями». Объясните ему, что Другом должен быть только тот, кто хорошо известен.

**Пункт 4:** Создайте список домашних правил посещения Интернет при участии подростков и требуйте безусловного его выполнения. Укажите список запрещенных сайтов («черный список»), часы работы в Интернет, руководство по общению в Интернет (в том числе в чатах).

**Пункт 5:**  Не забывайте беседовать с детьми об их друзьях в Интернет, о том, чем они заняты таким образом, будто речь

идет о друзьях в реальной жизни. Спрашивайте о людях, с которыми дети общаются посредством служб мгновенного обмена сообщениями, чтобы убедиться, что эти люди им знакомы.

**Пункт 6:**  Приучите вашего ребенка сообщать вам о любых угрозах или тревогах, связанных с Интернет. Оставайтесь спокойными и напомните детям, что они в безопасности, если сами рассказали вам, если сами рассказали вам о своих