

**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

#разбудименяяв4\_20  
#deletedsky1281  
#terminal1281  
#я\_иду\_в\_тихийдом

#ФилиппЛис  
#мертвыедуши  
#млечныйпуть  
#ТихийДом  
#домтихий  
#RoyalManor  
#killmeorder  
#хочувигру  
#150звезд  
#истина  
#DK1281  
#f57КМО  
#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**

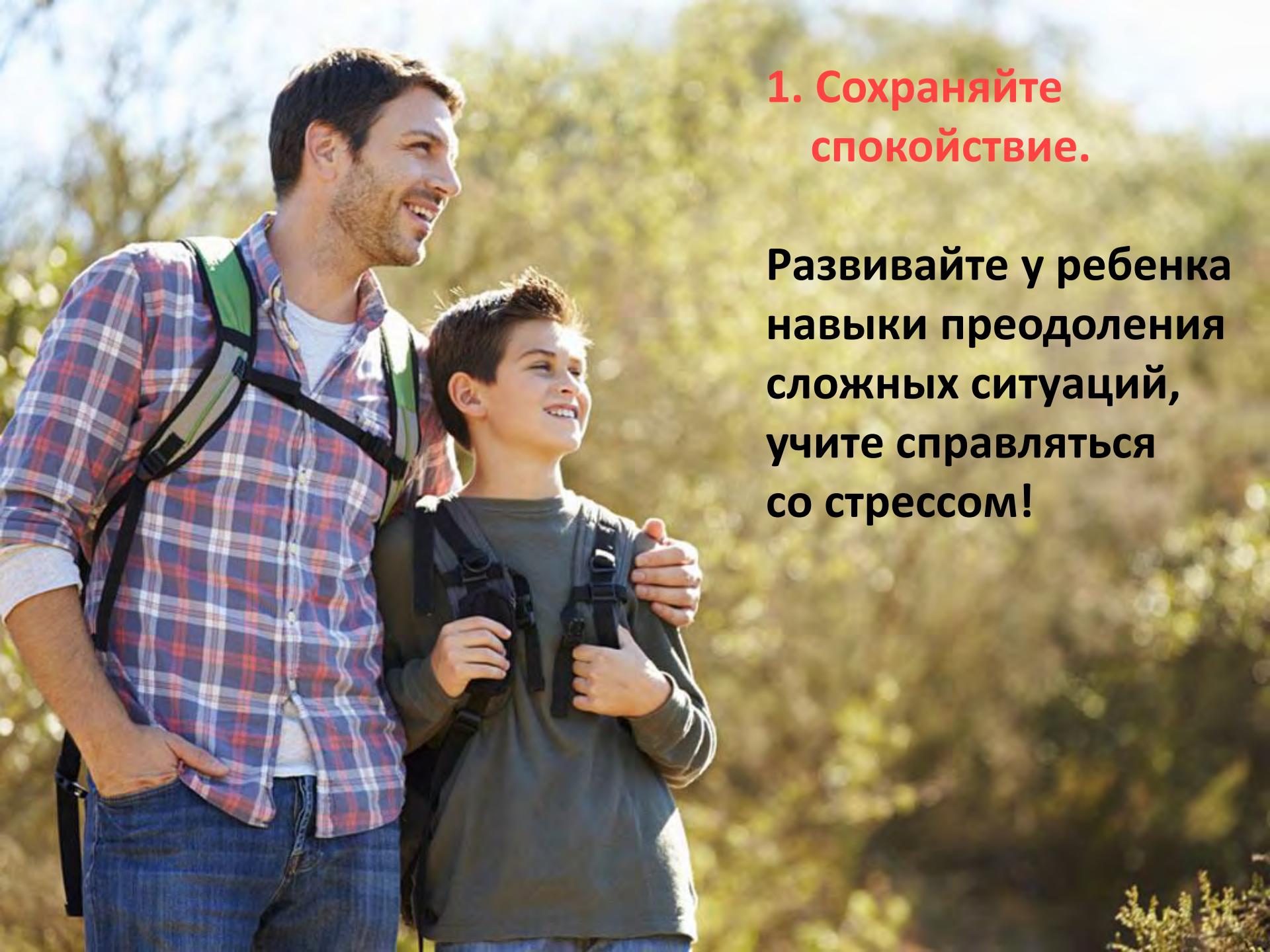
- **резкое изменение фона настроения и поведения;**
- **пробуждение в ночное время и выход в Интернет;**
- **нежелание ребенка обсуждать новости группы и свои действия в ней;**
- **ведение в сети одновременно нескольких страниц под разными именами;**
- **выполнение различных заданий и их видеозапись;**
- **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.

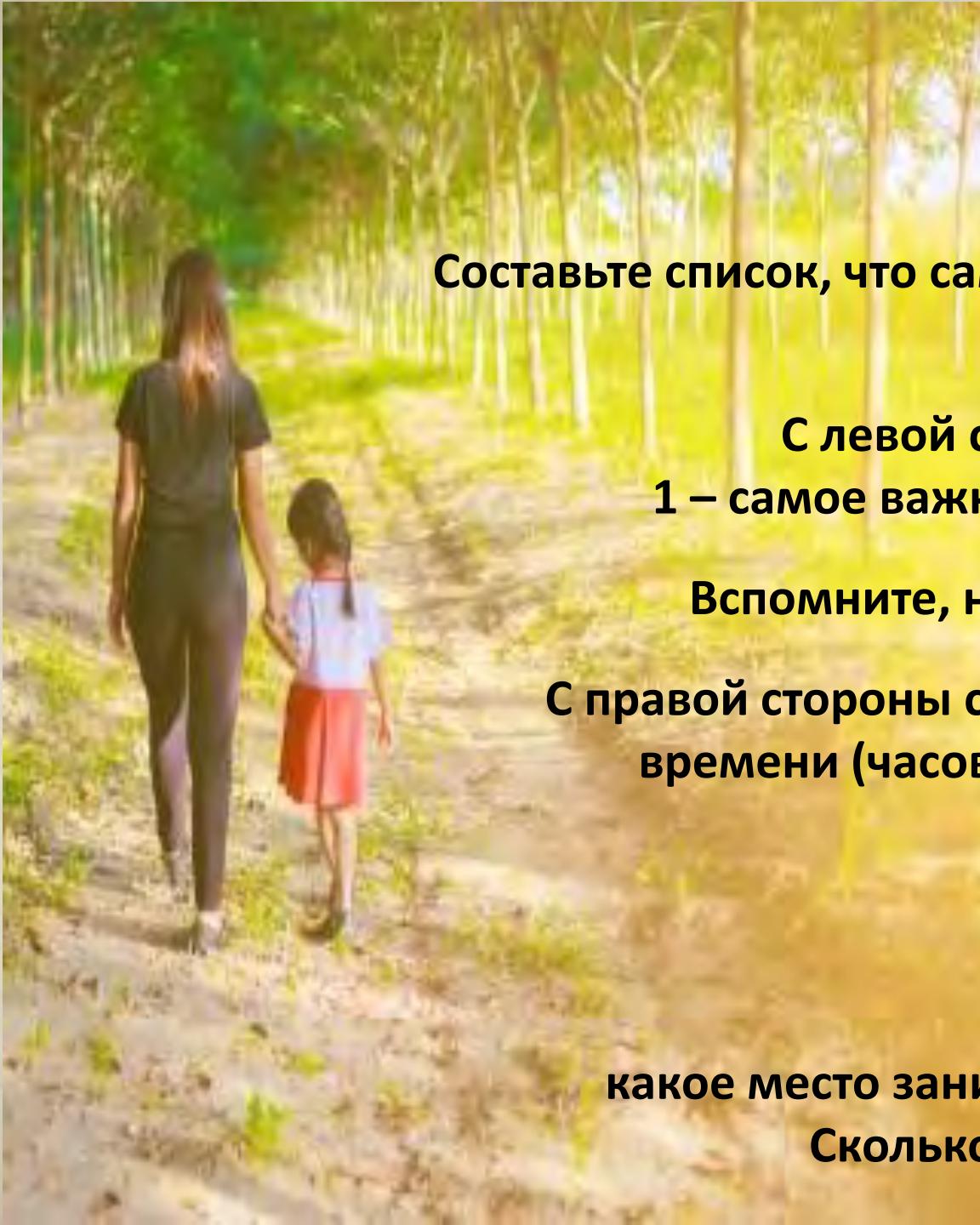
# **КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ БЕДУ?**





## 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/>



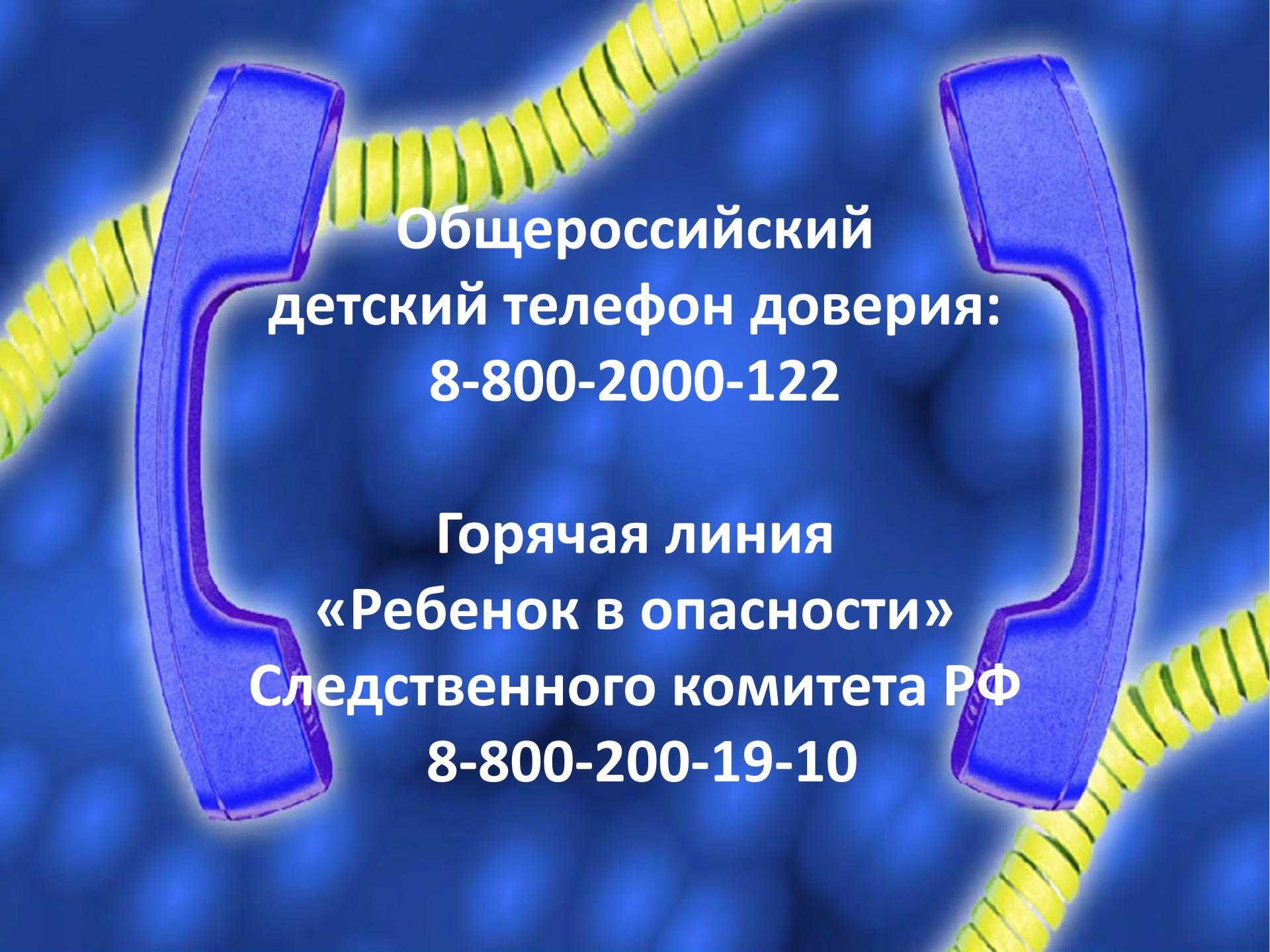
Я - родитель

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](mailto:fcprc@yandex.ru)**