Основные вопросы о безопасности детей в сети интернет

Я волнуюсь, что мой ребенок может оскорблять и обижать других людей



Нередко мы задумываемся о том, что ребенок проводит в интернете слишком много времени. Когда речь заходит о времени, проведенном с любимым гаджетом, нет единого совета для всех – будет лучше принимать решение на основании потребностей каждой семьи. Наши советы помогут вам создать свои собственные правила.

**5 советов по регулированию времени за гаджетами**

**1. Создавайте семейные правила о временных рамках**

Своим примером показывайте, какого поведения вы ожидаете от детей. Правила о временных рамках использования гаджетов должны быть свои у всех членов семьи и выполняться без исключений.

**2. Проявляйте интерес и предлагайте альтернативу**

Чем больше вы принимаете участие и интересуетесь тем, что ваши дети делают в интернете, на что тратят время, используя гаджеты, тем легче завоевать их уважение и повлиять на их действия в цифровом мире.

Пробуйте предлагать альтернативу «мобильным играм» - подвижные игры, настольные, совместные занятия с вами. Для детей важно взаимодействие, поэтому такие игры должны быть совместными, а не «заданиями, которые выполняют в одиночестве».

**3. Учитесь использовать техническую поддержку**

По мере того, как дети становятся более активными пользователями интернета, регулярно обсуждайте с ними способы предотвращения целого ряда возможных рисков, таких как просмотр неподходящего контента или кибербуллинг. Убедитесь, что они знают, когда и где искать помощь, если необходимо, и какие инструменты они могут использовать, чтобы справиться с проблемами. Узнавайте о таких инструментах вместе с ними, а если они владеют такой информацией, просите научить вас.

**4. Используйте родительский контроль**

Каким бы устройством ни пользовался ваш ребенок, обязательно используйте программы для управления его доступом к контенту с учетом возраста и анализа времени, которое он тратит на определенные действия в интернете. Не скрывайте своих действий, это подорвет доверие между вами. Объясните, что родительский контроль – это проявление вашей заботы и подробно расскажите о том, что будет «под контролем», а что будет «личным пространством» самого ребенка.

**5. Поощряйте их быть избирательными в отношении своих действий в интернете**

Помогите им избежать бессмысленного «зависания» в социальных сетях и быть более критичными к информации в интернете. Обсуждайте примеры «полезного и бесполезного» времени в интернете, старайтесь высказываться безоценочно и давать детям аргументировать их точку зрения. Возможно, это даст вам подсказку, какие потребности ребенок удовлетворяет в интернете и, вы сможете предложить подходящую альтернативу.