

**Психолого-
педагогическая
профилактика рисков
возникновения
зависимого поведения в
сети Интернет**

*Л.В. Панфилова
зав. каф. педагогики и
психологии здоровья
канд. биол. наук*



Признаки зависимого поведения ребёнка

- ✓ *необычно (в любом смысле) себя ведёт*
- ✓ *часто не бывает дома*
- ✓ *стал реагировать на незначительные проблемы вспышками гнева*
- ✓ *демонстрирует быструю смену настроения – оно резко колеблется от излишнего возбуждения до апатии*
- ✓ *сменил свой круг общения или Вы замечаете, что он перестал общаться со своим прежними друзьями*
- ✓ *практически не общается с членами семьи, категорически «уходит» от разговоров на доверительные темы*
- ✓ *активно отказывается выполнять требования взрослых или даже преднамеренно совершает поступки, которые априори не приняты в семье*



Признаки зависимого поведения ребёнка

- ✓ *большую часть времени проводит за компьютером, но при этом старается, чтобы члены семьи не видели, что он там делает*
- ✓ *отвергает авторитеты, которые существовали для него раньше*
- ✓ *активно противопоставляет своё поведение общепринятым социальным нормам*
- ✓ *«уходит в себя» – старается быть наедине, причём обособление становится глубоким и длительным*
- ✓ *проявляет резкое снижение повседневной активности*
- ✓ *приводит личные дела в порядок, может раздаривать личные вещи, даже те, которые раньше очень любил и ценил*



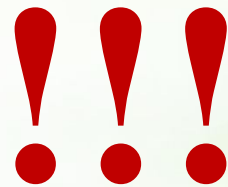
Признаки зависимого поведения ребёнка

- ✓ *особенно характерно то, что дети стараются выйти в интернет рано утром*
- ✓ *ребёнок старается мало спать (например что-то делает ночью, некоторые ложатся только под утро, бодрствуя без всякой видимой причины). Депривация сна – опасная вещь в руках манипулятора.*

Выше перечисленные изменения в поведении подростка могут проявляться строго индивидуально, совсем не обязательно, что они будут наблюдаться все сразу.



Меры профилактики по
предотвращению включения ребёнка
в «группы смерти»



Взрослым необходимо
сформировать потребность
ЗНАТЬ о том, что делает
ребёнок в интернете



Меры профилактики по предотвращению включения ребёнка в «группы смерти»

- ✓ Родителям необходимо знать об активностях ребёнка в интернете, желательно быть зарегистрированными в друзьях у ребёнка в социальных сетях и достаточно часто просматривать новости его страницы.
- ✓ Личная страница ребёнка не должна содержать информацию о себе: район города в котором он живёт, сведения о школе, о родителях. Необходимо попросить ребёнка удалить эти данные, если они есть, объяснив, что эту информацию не нужно афишировать в социальных сетях для незнакомых людей.



**Не игнорируйте предупреждающие знаки –
во время протяните руку помощи!**

- ✓ **Признайте ситуацию. Очень часто родители предпочитают игнорировать очевидные факты, убеждая себя в том, что «мой ребёнок никогда не пойдёт на такое», «я его знаю» и т.п.**
- ✓ **Совершите максимум усилий, чтобы сохранить контакт с ребёнком или по возможности восстановить его, наладить доверительные отношения.**



Не игнорируйте предупреждающие знаки – во время протяните руку помощи!

- ✓ *Постарайтесь организовать разговор, о том, что Вам известно, что ребёнок состоит в группе, которая причастна к той или иной игре. Однако разговор обязательно должен быть спокойным, ни в коем случае не обвиняйте своего ребёнка, не устраивайте истерики, дайте возможность ему высказаться и выслушайте его доводы. Разговор не должен проводиться в агрессивной и авторитарной форме. Услышьте своего ребёнка и дайте ему понять, что Вы по-прежнему его любите и он один из самых дорогих Вам людей.*
- ✓ *Обязательно скажите, что ребёнку не надо в одиночку решать свои проблемы (любого характера), надо обязательно в первую очередь рассказать о них родителям. Необходимо внушить ребёнку, что он не одинок и у него есть близкие люди, которые всегда готовы прийти на помощь.*



Не игнорируйте предупреждающие знаки – во время протяните руку помощи!

- ✓ *Обсудите с ребёнком возможность и необходимость помощи специалистов.*
- ✓ *Не запрещайте ребёнку пользоваться интернетом – всё равно он найдёт выход в сеть и только отстранится от Вас и «закроется».*
- ✓ *Постарайтесь договориться с ребёнком об отказе от общения в социальных сетях или об обязательной смене личной страницы, а желательно аккаунта, созданного с нового IP-адреса.*
- ✓ *Предложите своему ребёнку альтернативные онлайн-активностям занятия, которые смогут заинтересовать его в «офлайновом» пространстве: прежде всего это совместные с семьёй занятия – прогулки, катание на велосипедах, хобби, а также секции, студии и т.д.*



Суицид – психологическое явление и, чтобы понять его, нужно понять душевное состояние человека, который решил покончить с собой...



✓ Психология самоубийства – есть, прежде всего, психология безнадежности, замыкания человека в самом себе, своей собственной тьме.

✓ Самоубийство совершается в особую минуту жизни, когда чёрные волны заливают душу и теряется всякий луч надежды.



**Вот почему в трудные
минуты так важны бывают
понимание и помощь...**



*✓ Может спасти сказанное слово или даже
взгляд, дающие почувствовать, что человек
этот не один на белом свете, который стал
для него черным.*



**Когда есть надежда,
можно перенести самые
страшные испытания и
мучения, потеря надежды
склоняет к самоубийству.**



Не игнорируйте предупреждающие знаки – во время протяните руку помощи!

- ✓ *Предотвратить самоубийство намного проще близкому человеку, которого ребёнок считает своим другом.*
- ✓ *От заботливого, любящего человека зависит многое: он может спасти подростку жизнь!*

!!! Если контакт с ребёнком утрачен – сразу же обращайтесь к специалистам – психологам, социальным педагогам школ и колледжей, поликлиник, специализированных центров психологической помощи, телефона доверия.



Спасибо за внимание!