

Подростки в социальных сетях: безопасное поведение

Хотите вы того или нет, но средства общения наших детей впечатляюще изменились за последнее десятилетие. Они реже встречаются и созваниваются, зато постоянно на связи в социальных сетях. В каком-то возрасте между 11 и 14 годами, в зависимости от подростковой моды и отчасти местного законодательства, ваш сын или дочь захотят завести себе учетную запись в «Facebook», «ВКонтакте», «Viber» «Instagram», но значительная мера ответственности за то, как у них пойдут дела онлайн, лежит на родителях.

- 1. Запрет бесполезен.** Некоторые родители ждут какой-то волшебной круглой даты вроде шестнадцатилетия или иного события, запрещая регистрироваться в соцсети до тех пор. Это безнадежный путь, потому что подросток сделает это тогда, когда в его классе иначе станет невозможно. И если вы это запрещаете, то все произойдет тайком от вас, только и всего. Вы этого не хотите. Сопротивляться этому нельзя, а значит, надо возглавить.
- 2. Много экранов.** Если вы поставили домашний компьютер в гостиной и считаете, что теперь сетевая активность ребенка будет под присмотром, то вы упустили смартфоны, планшеты, школьные компьютеры, телевизоры, игровые приставки и, кажется, холодильники. Общаться с друзьями можно с помощью всего вышеперечисленного, и главным инструментом будет смартфон, никак иначе. В этом факте есть ряд опасностей, о которых должны знать и вы, и ребенок. Главным экраном для ребенка будет смартфон. Помните об этом и учитывайте, устанавливая правила.
- 3. Личная безопасность.** Наедине с компьютером или смартфоном легко забыть, что в Сети миллиарды людей и до любого пара кликов. В том числе до вашего ребенка. В Сети им могут заинтересоваться мошенники разного рода, тролли разной степени небезобидности, а также еще более опасные персонажи вроде педофилов. Чтобы максимально обезопаситься от подобных угроз, нужно научиться правилам сетевой безопасности, которые столь же важны, как правила дорожного движения. Правила просты — не выдавать людям свои имя, место учебы и проживания, сообщать родителям или другим доверенным взрослым о любых разговорах на тревожные темы, внимательно контролировать публикуемый в Сети контент. Особенно опасны фото и видео, поскольку по изображениям можно понять, где происходит дело, а смартфоны еще и заботливо снабжают фотографии геометками. Во избежание проблем на смартфоне подростка эту функцию лучше вовсе отключить.

4. **Главное правило.** Главная ошибка, подстерегающая в Сети и взрослых, и детей, — ощущение, что все это игра. Не видя перед собой лицо человека, не получая привычный отклик в виде жестов, интонации и мимики, легко почувствовать, что все это понарошку, и сказать лишнее. Вторая ошибка — непонимание, насколько широкий круг знакомых и незнакомых людей, а также бездушных роботов увидит любое слово, сказанное в Сети. Именно поэтому одна из важнейших вещей, которую надо объяснить подростку на всю оставшуюся жизнь, звучит так: не пиши в Интернете того, что не сможешь сказать человеку в глаза, стоя перед всем классом и всеми знакомыми. Только того, кто понял и прочувствовал это правило, можно выпускать на просторы соцсетей. Для простоты понимания можно разделить эту истину на две части: «Написать опаснее, чем сказать» и «За каждым словом и действием всегда следят посторонние».
5. **Договоритесь «на берегу».** Даже если вы уверены, что ребенок понял все правила, родительское сердце нет-нет да и захочет удостовериться, что дела идут благополучно. Не делайте это тайком, в идеале договоритесь с сыном или дочерью, как будет работать контроль. Комфортно ли будет ребенку открыть пароль от своей учетной записи? Добавить родителя в друзья? Или сдаться на милость специализированной программы родительского контроля? При разумном использовании последний вариант может быть наименее болезненным, поскольку качественные программы способны поднимать тревогу в определенных ситуациях (например, при появлении в переписке ключевых слов), не вынуждая при этом изучать всю переписку. Также желательно заранее озвучить возможные «административные меры», такие как блокировка доступа в Сеть со всех устройств до того, как сделаны домашние задания, или лишение личного смартфона за серьезные провинности. Конечно, здесь важно соблюдать меру и минимально ограничивать свободу ребенка, когда он ведет себя социально приемлемо.
6. **Опасайтесь травли.** Одна из самых опасных вещей, которая происходит с подростками в соцсетях, — это онлайн-травля со стороны ровесников (в последнее время для этого явления часто используется калька с английского — кибербуллинг). Исследователями доказано, что это нешуточное явление имеет долговременные последствия, влияющие на судьбу жертв. По сравнению с обычными неприятностями в школе у онлайн-травли есть два больших опасных отличия: онлайн-преследования идут все время, не заканчиваясь после школьных часов, а также в отсутствие вышеупомянутого личного контакта принимают еще более уродливые и гипертрофированные формы. Вариантов может быть много — подсмотреть пароль недруга и от его имени написать что-то в соцсети, выложить на обозрение одноклассников

фото, ставящее жертву в неловкое положение, разгласить посторонним что-то поведенное по секрету и так далее. Эти виды травли не очень бросаются в глаза взрослым, но сильно угнетают подростка, поэтому при любых сомнениях, непонятном плохом настроении и так далее надо приложить серьезные усилия — от разговоров до мониторинга средствами родительского контроля, чтобы разобраться и прекратить травлю. В разных странах для этого есть различные организации, помогающие родителям, но даже в их отсутствие есть неплохой вариант — обратиться за помощью в школу, где учатся подростки. Также возможно обратное — вы обнаружите, что это ваш ребенок травит других. Реакция тоже должна быть незамедлительной и полномасштабной — нужно объяснить, насколько это серьезно и опасно, к каким последствиям может привести (уже бывали случаи суицида жертв и привлечения обидчиков к настоящей уголовной ответственности).

7. **Знайте, чем интересуются дети.** Социальные сети — не единственное, чем интересуются современные дети.
8. **Станьте попугачиком.** Лучший способ не потерять контакт с ребенком по мере его погружения в сетевой мир — делать что-то вместе. Помогите ему завести учетную запись ФБ и правильно настроить уровень конфиденциальности.