

# КАК ЗАЩИТИТЬ ПОДРОСТКА ОТ ОПАСНОСТЕЙ В ИНТЕРНЕТЕ?



Сегодня существенная часть нашей жизни проходит в интернете. Мы общаемся с друзьями в социальных сетях, ищем информацию на различных веб-сайтах, совершаем покупки, смотрим фильмы и читаем книги. Но так ли полезна и безопасна Всемирная паутина? **Людмила Саулина**, психолог, эксперт Федерального центра «Профилактика» Института воспитания, лектор Российского общества «Знание», помогла в этом разобраться.

«Помимо общения, развлечений, образования, в интернете много общеизвестных опасностей: манипуляции, фейковые новости, недостоверная информация, мошенники, опасные рассылки и многое другое», – уверена эксперт.

Больше всего опасностям в интернете подвержены подростки. В возрасте от 11 до 18 лет дети воспринимают многие события острее и эмоциональнее.

## **Особенности психики подростков:**

- одиночество;
- нестабильная самооценка;
- импульсивные поступки;
- недостаточно опыта, чтобы справиться с проблемами самостоятельно.

## **Как мошенники влияют на подростков?**

1. **Вливаются в доверие.** Манипуляторы в интернете выстраивают общение таким образом, чтобы подросток начал им доверять.
2. **Воздействуют на «болевы́е точки».** Если ребёнка обижают одноклассники, манипулятор разжигает ещё больше вражды, обвиняя сверстников в непристойном поведении. Таким образом, действия мошенника направлены на поддержание негативного состояния подростка.
3. **Манипулируют.** Мошенники пользуются неокрепшей самооценкой подростка, чтобы заставить его что-либо сделать. Они могут использовать фразы: *«Ты герой или изгой?»*, *«Не будь серой массой, которая тебя отвергла»*.
4. **Держат коммуникацию в тайне** и запрещают обсуждать их разговоры с кем-либо.

#### **Кто наиболее подвержен манипуляциям?**

Дети, у которых есть проблемы в классе, мало друзей или кризис в отношениях с товарищами. Под влияния манипуляторов могут попасть и те, у кого происходят серьёзные перемены в жизни. Например, дети, которые переехали в другой город.

#### **Что делать, чтобы защитить ребёнка от опасностей?**

- Рассказывать, что такое манипуляции, какими они бывают.
- Развивать критическое мышление и эмоциональный интеллект, чтобы ребёнок смог определить манипуляцию на ранней стадии.
- Рассказать ребёнку о телефоне доверия: 8 800 2000 122.
- Способствовать социальной адаптации и самореализации.
- Расширять круг поддержки, чтобы подросток знал, к кому можно обратиться в сложной ситуации.