**МКОУ «СОШ№6 им М.Ю Лермонтова»**

**г.о Баксан**

Безопасное поведение

 детей в Интернете

**Составитель: Хежева Г.А., педагог-психолог**

 **Советы по безопасному поведению детей в Интернете**

**в возрасте 14-17 лет.**

* Интересуйтесь, какими чатами и досками объявлений пользуются подростки. Поощряйте использование моделируемых чатов и настаивайте, чтобы они не общались с кем-то в приватном режиме. Помогайте им решить возникшие проблемы.

* Убедитесь, что подростки советуются с вами перед покупкой или продажей чего-либо в Интернете.
* Обсудите с подростками азартные сетевые игры и связанный с ними риск. Напомните, что детям нельзя в них играть.
* Поддерживайте уровень безопасности вашего компьютера на должном уровне. Если ваш ребенок лучше вас разбирается в программном обеспечении, то почему бы не поручить ему заботу о безопасности ваших семейных компьютеров? Можно ввести награду «За защиту семьи от Интернет-напасти».
* Если ваши дети пишут блоги, убедитесь в том, что они не рассказывают слишком много о себе. **Проведите оценку службы блогов** и выясните, обеспечивает ли она возможность написания личных блогов, защищенных с помощью паролей. **Сохраните интернет-адрес блога вашего ребенка** и регулярно проверяйте его.
* **Просматривайте другие блоги, отыскивая положительные примеры** для подражания для ваших детей.

*Для того чтобы обезопасить свою семью от опасностей Интернета, соблюдайте следующие общие правила его использования:*

* Создайте при участии детей свод домашних правил пользования Интернетом и требуйте его неукоснительного соблюдения. Изменяйте его в соответствии с возрастом и запросами детей.
* Требуйте от детей никогда не выдавать личную информацию в Интернете, в том числе фамилию, имя, домашний адрес, номера телефонов, номер школы, адрес электронной почты, фамилии друзей или родственников, дату рождения, фотографии. Напоминайте, чем это может обернуться. Используйте нейтральное экранное имя, не выдающее никаких личных сведений.
* Возьмите за правило знакомиться с сайтами, которые посещают ваши дети. Убедитесь, что они не посещают сайты с оскорбительным содержанием, не публикуют личную информацию или свои фотографии.
* Настаивайте на том, чтобы подростки ставили вас в известность, если кто-либо в Интернете угрожает им. Никогда не разрешайте детям личные встречи со знакомыми по Интернету без контроля со стороны взрослых.
* Помогите защититься от спама. Научите подростков не отвечать на нежелательные письма. Используйте фильтры электронной почты для блокирования нежелательных сообщений.
* Объясните, что незаконное копирование чужой работы - музыки, компьютерных игр и других программ – является кражей.
* Расскажите детям об ответственном, достойном поведении в Интернете. Ребята ни в коем случае не должны использовать Сеть для хулиганства, распространения сплетен или угроз другим людям.

***Будьте внимательны к вашим детям!***

**Составитель: Хежева Г.А., педагог-психолог**

 **РОДИТЕЛЬ - РЕБЕНОК**

**Неопределённое положение – ещё не взрослый, но уже не ребёнок – побуждает его задаваться вопросами: кто я? какой я? что я могу, а что нет? И ответы на эти вопросы во многом зависят от самооценки ребёнка. Для формирования самооценки нужны определённые условия. И отражения этих условий как раз можно найти в семье.**

**Родители заботятся о ребёнке, оставляя за ним право на автономность, выбор решений. устремлений, планов. Они являются друзьями, советчиками, но не надзирателями.**

**У ребёнка формируется высокая самооценка, доверие к окружающему миру.**

Если вас волнуют такие вопросы: как научиться любить подростка, вечно меняющегося и приносящего много огорчений? Как помочь такому любимому, немного заблудившемуся в себе ребёнку? И многие другие…

Обращайтесь:

И вместе с профессиональными психологами вы распутаете этот сложный клубок противоречий, из которых и соткётся сложная ткань будущей личности вашего ребёнка!

**Предлагаем вам для чтения некоторые книги, рекомендованные психологами:**

**1. «Общаться с ребёнком. Как?»**Гиппенрейтер Ю. Б.

**2. «Шпаргалка для взрослых»** Лютова Е. К. Моника Г. Б.

**3.«Как быть родителями»** Спиваковская А. СБулгаков А

**4. « Когда ваш ребёнок сводит вас с ума»** Эда Ле Шан.

 **Составитель: Хежева Г.А., педагог-психолог**

**«Уроки любви и терпения для родителей»**



**Родители воспитывают, а дети воспитываются той семейной жизнью, какая складывается намеренно или ненамеренно. Жизнь семьи тем и сильна, что её впечатления постоянны, обыденны, что она действует незаметно, укрепляет или отравляет дух человеческий, как воздух, которым мы живы »**

А. Н. Острогорский

**Подростковый возраст – один из самых сложных, но в то же время один из самых значимых периодов в жизни наших детей . В этот короткий отрезок времени ребёнок проходит большой путь в своём развитии.**

**У ребёнка происходят основные физиологические изменения:**

***1. Изменяется рост и вес.***

* Расскажите своему ребёнку об изменениях в его организме ( рост, вес), о временном характере этих изменений.

***2. Появляются вторичные половые признаки.***

* Поговорите с подростком о половом развитии и половой гигиене сами или донесите эти сведения через посредника – специалиста.
* Помогите ему найти ответы на все интересующие его вопросы.
* Расскажите о специалистах в данной области, к которым он при необходимости может обратиться.

***3. Происходит гормональная перестройка организма.***

* Будьте терпеливы к своему ребёнку. Обращайте внимание на его недомогания и периодически проверяйтесь у специалистов.
* Поговорите с ребёнком с глазу на глаз о чувствах; о разнице влечения, влюблённости и любви;

об ответственности за свои действия.

Личностное развитие ребёнка на данном этапе характеризуется двумя основными потребностями: с одной стороны, потребностью в самоутверждении,

с другой – в общении со сверстниками.

Помогите ребёнку научиться принимать себя таким, какой он есть, со всеми сильными и слабыми сторонами. Только реально оценивая себя, подросток имеет шанс изменить себя.

**Как помочь ребёнку принять себя?**

* Любите и принимайте своего ребёнка таким, какой он есть. Обсуждайте только те или иные его поступки, действия, но не его самого!
* Чаще говорите своему ребёнку о любви к нему, хвалите его.
* Помогите подростку понять себя, найти свои сильные стороны. Примите его с его слабостями. Поищите вместе с ребёнком в слабости сильную сторону. Например, его робость и нерешительность можно представить в глазах подростка как осторожность.
* Научите ребёнка спокойно шаг за шагом решать свои проблемы.
* Спокойно относитесь к меняющимся увлечениям подростка. Просто иногда обсуждайте, почему какое – то дело сначала увлекло, а потом перестало интересовать. Это поможет подростку научиться анализировать свои действия.
* Следите за своими высказываниями и эмоциональными оценками ребёнка.

**В этот период у подростка появляется своя позиция. Он считает себя достаточно взрослым, и относиться к себе как к взрослому. Примите эту позицию. Если вы хотите сохранить добрые отношения, то меняться и подстраиваться придётся вам.**

**Как примириться со взрослением своего ребёнка?**

* Будьте другом своему ребёнку. Научитесь доверять ему. Найдите формы налаживания и поддерживания доверительных отношений. Отнеситесь к нему как к взрослому, имеющему свои взгляды и мнения. Научите его грамотно спорить, аргументировано отстаивать свою позицию.
* Поговорите с подростком о правах и обязанностях и о том, что такое ответственность.
* Выработайте единые требования к ребёнку в семье. Нельзя допустить, чтобы один взрослый разрешал ему делать то, что другой запрещает.
* Поддерживайте своего ребёнка в начинаниях. Выработайте систему совместных дел. И обязательно включайте ребёнка в решение семейных проблем. Интересуйтесь его мнением и учитывайте его при решении важных вопросов.

Меняйтесь вместе с вашим ребёнком, это поможет по – новому выстроить ваши отношения с ним.