

Общаясь с подростком, родители невольно сравнивают его с собой – дескать, они-то были совсем другими: и в школе хорошо учились, и книги умные читали.

Разница действительно велика. Прежде всего, потому, что современные подростки не представляют жизни без компьютера и мобильного телефона. Прочно вошли в повседневную жизнь социальные сети. А родителям остаётся лишь разводить руками: «И что он там находит?».



Если для нас, взрослых, электронные устройства и компьютер — приспособления для работы или отдыха, подспорье, то для современных детей они личное пространство. Именно поэтому подростки столь рьяно защищают право на неприкосновенность собственных гаджетов. Непонимание этого родителями, отсутствие деликатности и такта в разговоре о соцсетях наиболее часто становятся основной причиной конфликтов и, к сожалению, как раз и провоцируют беды детей в интернете.

СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ: ЗА

Острое чувство одиночества — одно из наиболее ярких переживаний подростка. А социальные сети дают ребенку возможность почувствовать, что у него много друзей. В интернете он может ощущать себя частью группы, рассказывать о том, что задевает его за живое. То есть может проявлять себя так, как в жизни для него пока еще сложно.



Другая важная задача подростка состоит в том, чтобы понять, что **он собой представляет, каким хотел бы быть**. Это происходит путем примерки на себя чужих ролей, присоединения к разным группам. И социальные сети идеально позволяют ребенку реализовать эту задачу, не требуя реальных энергетических затрат. Ведь если в обычной жизни у подростка ограниченное количество ролей, которые можно примерить, то в виртуальности эти возможности расширяются до бесконечности. К примеру, можно стать человеком другого пола и возраста, можно отстаивать противоположные точки зрения. А с реальными жизненными последствиями столкнуться не придется!

Пристрастие к виртуальному общению объяснимо еще и тем, что в **сети никто не заставит контактировать с неприятным собеседником, не читает морали и не учит жить**. Надоело общаться — щелчок мыши на «крестике», и разговор окончен.

СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ: ПРОТИВ

Однако уходя в социальные сети и пользуясь их безграничными возможностями, подросток, как правило, **обедняет свой репертуар поведения в обычном мире** — его активность в реальном взаимодействии с людьми заметно снижается.



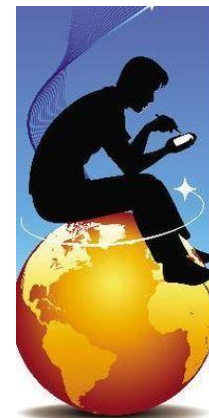
Дело в том, что навык замечать другого человека и быть замеченным вырабатывается в реальном общении. В сети же малейший дискомфорт дает возможность прекратить контакт. **Если в реальности подросток сталкивается с трудностями в общении**, это становится поводом для быстрого прекращения контакта и ухода в жизнь виртуальную,

поскольку там всё куда проще — сотни друзей, которые его очень «любят», даже если они никогда не встречались.

Родители подростков часто жалуются психологам: «Он перестал со мной разговаривать, говорит лишь о себе, оживляется, только выходя в интернет». Исследователи тоже заметили тенденцию к тому, что современные дети порой не замечают других людей. Подросткам трудно разговаривать с и родителями, и друг с другом. Наряду с тем, что они зачастую умные и общительные, с ними сложно поддерживать диалог — им проще сказать что-то о себе, чем услышать другого. Общение же напоминает обмен монологами, когда никто никого по-настоящему не слушает и не слышит.

Родителям надо знать, что эти особенности общения подростков связаны не с отсутствием интереса к другим людям, а с **недостатком навыка проявления этого интереса**. Поэтому любому юноше или девушке крайне необходимо реальное общение с людьми. Это является основной потребностью на данном этапе развития.

Прежде, до активного распространения интернета, надо было проявлять усилия для инициативы в общении, а сегодня социальные сети облегчают этот путь. Да, они снимают напряжение, но также устраняют необходимость развития навыка реального ведения беседы. **Социальные сети помогают подростку предъявлять себя миру, но не учат, как получать «обратную связь»**. Ведь соцсетях видна информация, но не эмоции.



В реальности в понимании и передаче эмоций задействованы все органы чувств, тело и голос. А в интернете **восприятие тонких оттенков чувств нивелируется** – основное внимание смещается на содержание, обмен информацией происходит на интеллектуальном уровне. Ведь смайлики весьма бедный арсенал для передачи сложной гаммы человеческих настроений.

Главная опасность соцсетей для подростков заключается в том, что виртуальное общение **становится преобладающим в их жизни.**

Ведь в социальной сети всё просто – напечатал сообщение, отправил его, получил ответ. Постепенно подросток отвыкает от человеческого общения. Незаметно для самого себя, а зачастую и для родителей, он теряет навык реального контакта и становится зависимым от сети. Это – прямой путь к аутизму.

Появляющуюся и крепнущую зависимость ребенок, зачастую не желает признавать. Посещение личной странички превращается в **ежедневный обряд** – неоднократно в течение дня подросток заходит туда в надежде увидеть какие-то изменения. Другие стараются добавить на спор как можно больше «друзей». Это бессмысленное «убийство» времени поглощает всецело – подростки тратят часы и дни, совершая действия «на автопилоте», становятся раздражительными и злыми. Если компьютер под запретом, возникают конфликты с родителями, что отражается на психическом здоровье ребенка.

К сожалению, быть всегда стопроцентно уверенными, что наших детей не подстережет в интернете никакая опасность, нельзя. Зато мы можем быть с ними в близких и доверительных отношениях, и значит, вовремя помочь справиться с любыми возникшими трудностями.

Для этого:

- **Учите детей уважению к себе** и ежедневно транслируйте его им сами. Поддерживайте в ребенке уверенность, что он хороший, правильный, уникальный. Ему не надо быть "самым-самым" — достаточно просто быть самим собой, следовать своим желаниям, испытывать свои чувства, набивать свои шишки и радоваться своим победам.

- **Учите ребенка соблюдать границы** и требовать этого же от окружающих. Он должен уметь говорить "нет", а это умение начинается с семьи, с мамы и папы. Нет ничего страшного в том, что ваше чадо отказалось есть суп, заниматься музыкой или носить подаренный свитер. Поверьте, именно такие и множество подобных мелочей формируют способность впоследствии сказать "нет" насилию, наркотикам, преступлениям и издевательствам.

- **Ребенок должен быть уверен, что у вас есть твердые установки о том, что такое "хорошо" и что такое "плохо"**, и вы не разрешите никому, какой бы силой человек ни обладал, применять это "плохо" по отношению к нему. При этом сделайте эти установки прозрачными и понятными ребенку! Не считайте, что он все понимает "сам собой" — семейные ценности стоит транслировать открыто.

Составитель: Шакирова О.Б., зав.ОБР



Отдел
библиографической работы

СОЦСЕТИ: ЗА И ПРОТИВ



Памятка для родителей

**Миасс
2017**