



Министерство здравоохранения
Республики Бурятия

ГБУЗ «Республиканский центр медицинской
профилактики им. В.Р. Бояновой»



Рисунок
Зорикто Доржиева
«Лето»

Чтобы не опоздать...
Бү хождоё...



Как вести себя в соцсетях

Памятка для родителей



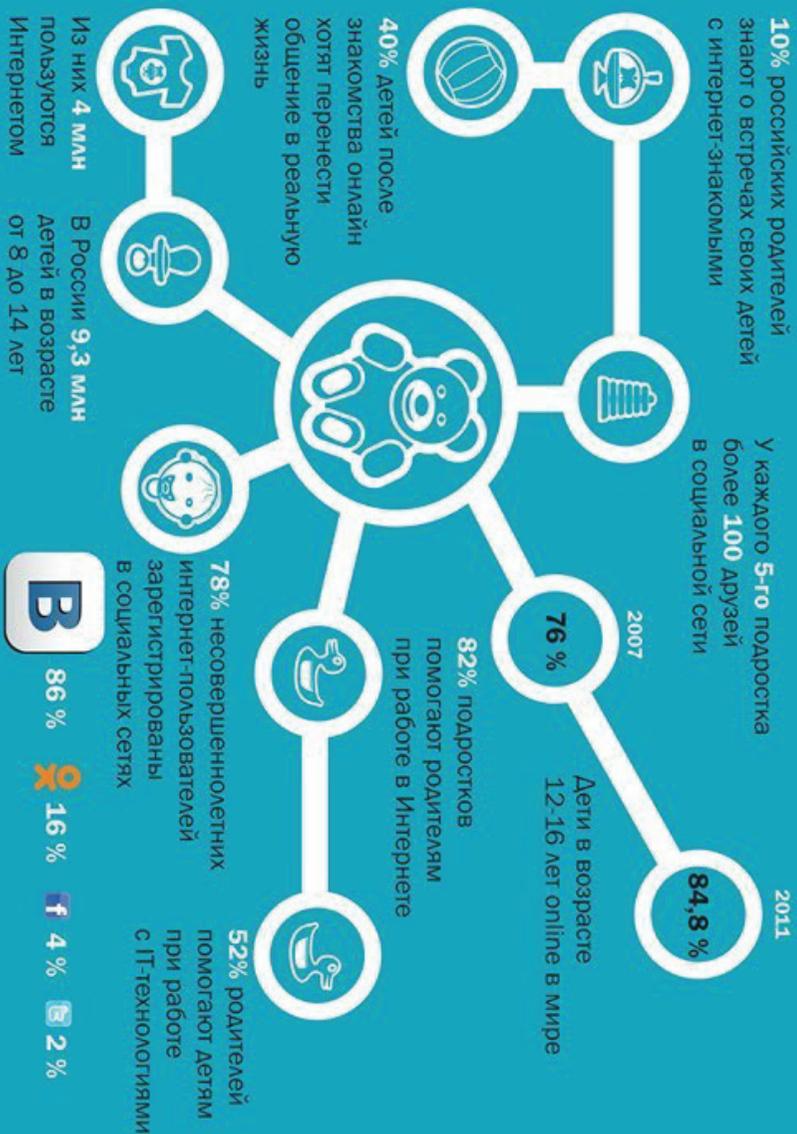
г. Улан-Удэ, 2017

Серия: «Родительский урок»

Дети в социальных сетях

52% интернет-пользователей
в России зарегистрированы
в социальных сетях. Как
минимум один личный
аккаунт в таких ресурсах
имеют 78% несовершенно-
летних.

История развития коммуникаций



Отношения родителей и подростков не ограничиваются «офлайн», а продолжаются и в соцсетях. Но часто эти отношения односторонние: родители пытаются «зафрендить» подростка в соцсетях и быть в курсе его дел, дети же всячески этого избегают. Что мы делаем не так, и как наши действия в соцсетях могут осложнить жизнь наших детей?



Что делать, если вы хотите дружить с подростком в соцсетях?

1. Не говорить об очевидном.

Когда ребенок уже не первый год зависает в соцсетях, бесполезно рассказывать ему о том, что не надо общаться с тем, кого он не знает, и не надо «постить» то, о чем он потом пожалеет. **Такие наставления не приведут ни к чему, ведь вы говорите о том, что ребенок и так знает.** Возможно, стоит рассказать ему о куда более важных проблемах, которые касаются «продвинутых» пользователей: порнографии, троллях или о том, что делать, столкнувшись с агрессией.

2. Не лицемерьте.

«Никаких телефонов за столом», – говорили родители, когда сами еще не освоились со смартфонами. Теперь же дети вынуждены хранить молчание за обедом, пока взрослые проверяют почту или читают новости. А теперь задумайтесь, как звучат в таком случае ваши слова: **«Представь, насколько лучше был бы твой английский, если бы ты тратил на него столько же времени, сколько тратишь на свой Instagram».**

3. Перестаньте хвастаться.

Родители часто используют соцсети, чтобы нафантазировать себе идеальную семейную жизнь. Кстати, отдельно стоит сказать тем, кто «постит» фото отличных оценок своих детей с подписью «Горжусь»: **не делайте этого.**

4. Будьте аккуратнее с Facebook / Вконтакте / Одноклассники.

Не стоит использовать стену своего ребенка как способ общения. **«Ты выглядел сегодня расстроенным, надеюсь, теперь тебе лучше. Целую. Твоя мамочка».** Все его друзья это увидят, и подростку это может быть неприятно. Если вы хотите что-то сказать, напишите ему личное сообщение.

5. Не надо «лайкать» посты друзей ребенка!

«Лайк» в Facebook не означает, что вам понравилось конкретно то, что вы «лайкнули». Это означает, что вы заинтересованы в этом человеке. В таком случае подростки могут подумать, что вы следите за ним. А к вашему ребенку подойдут в школе и скажут: **«Твоя мама лайкнула мою фотку в ФБ».**

6. Не шпионьте.

Попытки взрослых заглянуть через плечо ребенка в его телефон нарушают границы личного пространства. **Если вам интересно, что он делает, – просто спросите его об этом.** Когда вы подглядываете, у него невольно создается ощущение, что вы ему не доверяете.

