**[Единый урок безопасности школьников в Интернете](http://links.action-emails.ru/T/OFC4/L2S/5404/B3377752/VOSy/841917/29445529/ZXTLeh/2/2963513312/XVtL1wwg/I/854908/qfO6Hv.html?p1=aHR0cHM6Ly9pZDIuYWN0aW9uLW1lZGlhLnJ1L2ZsLz91c2VyPWxtMTdqYWYxMHgxJmFwcD0xMDIzOSZyYW5kPXR4b3lzbmw5YmlwbiZzaWduPWQ3N2JhZjg2MTBiNjRmMzg4NDZiYWM2M2VhZWFlNGZiJnJldHVybnVybD1odHRwcyUzYSUyZiUyZnd3dy5tZW5vYnIucnUlMmZuZXdzJTJmNTk2MzctcXFuLTE3LW0xMC0yMC0xMC0yMDE3LWVkaW55eS11cm9rLWJlem9wYXNub3N0aS1zaGtvbG5pa292LXYtaW50ZXJuZXRlJTNmdXRtX3NvdXJjZSUzZGxldHRlcm5ld3MlMjZ1dG1fbWVkaXVtJTNkbGV0dGVyJTI2dXRtX2NhbXBhaWduJTNkbGV0dGVybmV3c19tZW5vYnIucnVfbmV3c18yNDEwMjAxNw%3d%3d" \t "_blank)**

 30 октября состоится Единый всероссийский урок безопасности школьников в сети Интернет. В рамках Единого урока пройдут очные тематические уроки в образовательных учреждениях, а также круглые столы, викторины, родительские собрания, лекции экспертов, сетевые мероприятия проекта «Сетевичок» и другие мероприятия на федеральном, региональном и районном уровне.

**Тема для беседы с родителями:**

**1. Возрастные метаморфозы у современного школьника-подростка**

Самые очевидные изменения происходят с телом. Резко увеличивается рост, перераспределяется вес. Меняются пропорции тела, оно приобретает новые формы (девочки становятся девушками, мальчики – юношами). Сбивается цикл сна и бодрствования, голос становится ниже, появляется выраженное сексуальное влечение и возможность зачать ребенка (забеременеть), портится кожа, появляется оволосение тела. Растущие кости и внутренние органы нередко причиняют дискомфорт: вчерашний ребенок сталкивается с такими, казалось бы, старческими проявлениями, как ломота, боль в суставах и сердце, головная боль, обмороки, слабость, потливость, озноб и проч. Современный школьник-подросток так же, как и поколения до него, сталкивается с грандиозными изменениям, осуществляемым гормональной системой, сопутствуют и менее очевидные явления: гормоны щитовидной железы (гормоны роста) атакуют лобные доли мозга, и становится труднее осуществлять самоконтроль, запоминать что-либо, планировать свою деятельность, выполнять многошаговые действия. Психолог Найджел Латта сравнивает подростков с сумасшедшими, но бодрыми родственниками, уход за которыми внезапно ложится на плечи родителей. За ними необходимо присматривать, но на них не стоит обижаться, т. к. они действительно не отдают себе отчет в том, что делают. Одновременно с объективными изменениями тела и мышления современный школьник-подросток сталкивается с частой сменой настроения, беспричинной тревогой, апатией, сонливостью. Его центральные переживания – стыд, неловкость, раздражение, подавленность. Обычно он не доволен своей внешностью – как беспричинно (что является нормальным для подросткового возраста), так и предметно. Тело может изменяться рывками, подростки не успевают осваивать управление своим опорно-двигательным аппаратом и выглядят угловатыми и неловкими. У мальчика 12 лет уже могут быть ступни 42-го размера и длинные руки, но небольшой рост и хрупкое телосложение. Девочка может обнаружить, что подобна злой пародии на саму себя, оттого что нос и уши опережают в развитии челюсть и лоб. Современному школьнику-подростку приходится снова разбираться в том, кто он и чего хочет. Его прежние наработки, построенные в 3 года (играть!) и в 7 лет (учиться!), перестают быть эффективными. Учиться с каждым днем становится все сложнее, а игры становятся все более опасными, поскольку он хочет показать и себе, и сверстникам, на что способен. Дистанция между взрослеющим человеком и родителями внезапно становится космической, зато рядом оказывается целая группа таких же, как он, – мало адаптированных, запутанных, но готовых на все. Довериться взрослым и получить от них поддержку очень трудно, зато мнение сверстников на этом фоне становится сверхзначимым. Добавьте к этому начало менструации и поллюций, и картина практически завершена. Даже находясь в хороших условиях и благополучной семье, взрослеющий ребенок в течение нескольких лет вынужден ежедневно справляться с задачей адаптации. А если он растет еще и в потенциально опасных условиях, центральными переживаниями станут одиночество и беспомощность. На заметку Возрастных ограничений в отношении использования школьниками-подростками современных интернет-возможностей, таких, как социальные сети, создание аккаунтов и почтовых ящиков, российское законодательство не содержит, хотя законодатели проявляли инициативу. Проблема обеспечения интернет-безопасности школьников в том, что сейчас невозможно отследить, какого возраста человек создает аккаунт, поскольку пользователь может внести в анкету любую информацию. Пункт 1 ст. 63 Семейного кодекса РФ от 29.12.1995 No 223-ФЗ: «Родители несут ответственность за воспитание и развитие своих детей. Они обязаны заботиться о здоровье, физическом, психическом, духовном и нравственном развитии своих детей. Родители, осуществляющие родительские права в ущерб правам и интересам детей, несут ответственность в установленном законом порядке». В частности, ответственность может наступить по ст. 5.35 Кодекса РФ об административных правонарушениях от 30.12.2001 No 195-ФЗ «Неисполнение родителями или иными законными представителями несовершеннолетних обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних». Какие возможности предлагает современному школьнику-подростку Интернет? Сетевые игры Здесь можно получить немалый опыт успешности, а заодно и контроля над своими успехами: еще одна миссия выполнена, еще один город захвачен, набрано впечатляющее количество очков!.. Человек счастлив, поскольку справляется с поставленными задачами, наконец-то он успешен! От этого очень сложно отказаться. Прекратить игровой процесс трудно, он затягивает, поскольку механика игры предполагает необходимость накопления очков (минут жизни, проведенных перед экраном) для перехода на следующий уровень, и таким образом дети «залипают». Многие игры синхронизированы с социальными сетями или являются приложениями к ним. В процессе игры современному школьнику-подростку легко соревноваться со сверстниками, получая таким образом суррогат общения и приобретая в их глазах некий виртуальный статус. Подобная игровая зависимость завязана на бегстве от реальности. Например, на уроках физкультуры старшеклассника никто не принимает в свою команду, зато в виртуальном пространстве он считается лучшим игроком. Обычно такая зависимость формируется при наличии неограниченного доступа к компьютеру, особенно на фоне скудного досуга и отсутствия физической нагрузки. Иначе говоря, для родителей эта ситуация достаточно удобна, ведь компьютер – хорошая няня: дитя сидит тихо, не ходит по темным дворам, не курит и не пьет. Здесь хочется предостеречь специалистов от огульного обвинения родителей в сложившейся ситуации, поскольку практика семейного досуга, пикников, прогулок по лесу, занятий спортом, посещений кино и музеев вместе с подростком не так уж легка и доступна. До 11–12 лет еще можно уговорить ребенка пойти куда-нибудь вместе, но по мере взросления его уже не возьмешь, как чемодан, с собой на пикник, ему скучно играть с тетей в бадминтон и рассматривать работы прерафаэлитов. Порой своим упорством, жалобами и ничегонеделанием он доводит взрослых до истерического состояния, замешенного на беспомощности и ярости. Современному школьнику-подростку все чаще хочет оставаться дома в одиночестве, запирается в своей комнате. И совершенно естественно, что наедине с компьютером или смартфоном он рано или поздно начинает «зависать» в Сети. Оградить его от этого можно, наверное, лишь отключив смартфон и компьютер от сети и контролируя, какие игры школьник приносит от друзей. Отличной профилактикой является отсутствие свободного времени и сил на то, чтобы подолгу сидеть в Интернете. Если школьник активно занимается спортом, посещает художественную или музыкальную школу, регулярно ходит в походы, запускает воздушных змеев и занимается чем-то еще, ему есть что противопоставить виртуальным победам. Но эта ноша опять же ложится на плечи взрослых, которым нужно организовать досуг школьника, оплачивать занятия, водить его на них, удерживать от искушения все бросить... С компьютером все же гораздо легче. Группы самоубийц в Интернете и безопасность школьника В Интернете школьник может получить поддержку и понимание, когда жизнь надоела, родители не понимают, возлюбленный (возлюбленная) ушел (ушла) к другой (другому), контрольная написана на двойку, а модель мобильного телефона устарела. Школьники в соцсетях нередко обмениваются друг с другом информацией о том, как можно уйти из жизни, общаются на темы, связанные со смертью, выкладывают фото порезов, планируют групповые самоубийства, делятся новостями, связанными с этой темой. Такие группы угрожают интернет-безопасности школьников. Их количество достаточно велико и продолжает расти, как бы взрослые ни старались бороться с их существованием. Растущие дети охотно заигрывают с темой смерти, фантазируют по поводу горькой утраты, которую мир переживет после их ухода. Эмоциональная нестабильность создает плодородную почву для суицидальных мыслей и самоповреждающего поведения, основным мотивом которого является желание почувствовать себя «живым». Через боль и страх смерти современный подросток-школьник «стряхивает» с себя подавленность и выбирается из эмоциональной ямы, в которой очутился вследствие какого-либо происшествия. Но некоторые из них заигрываются и со временем начинают практиковать самоповреждающее поведение каждый раз, когда им грустно, когда наступает ощущение одиночества и пустоты. Со временем им перестают помогать порезы, и они начинают пробовать более опасные способы: забираются на крыши и сидят на краю, ходят по перилам лестниц и балконов, едят таблетки из родительской аптечки. В этом содержится не только призыв обратить на себя внимание и предложить помощь, но и потребность ребенка ощутить себя живым, настоящим, ценным. Обнаружив, что их чадо проводит время в такой группе, взрослые пугаются. Вместо обеспечения интернет-безопансости для школьника, они нередко обращаются к помощи психиатров и даже помещают ребенка в клинику, в то время как для него это является лишь подтверждением того, что он одинок и никем не понят. К тому же в клинике можно дополнительно заразиться суицидальными идеями от других, «более опытных» пациентов. Возможно, лучшей стратегией было бы обращение к подростковому психотерапевту, который способен обсудить и разделить с ребенком ощущение одиночества, беспомощности, непонимания, инаковости. Кроме того, во многих психологических центрах проводятся специальные групповые занятия, в ходе которых ведущие поднимают эти темы и помогают участникам обнаружить, что они не одиноки в своих разрушительных переживаниях. Преследование в Интернете и безопасность школьника Ни для кого из специалистов не новость, что подростковое сообщество необыкновенно жестоко. Если прежде основным оружием психологической травли являлся бойкот, то теперь на помощь приходит Интернет: анонимные угрозы в Сети, размещение фотографий и компрометирующего видео, публикация сплетен... В Японии кибербуллинг достиг катастрофических масштабов, поскольку последствиями травли там являются реальные самоубийства как учеников средней и старшей школы, так и педагогов и представителей школьной администрации. Интернет-безопасность школьников постоянно находится под угрозой. Взламывая ящик электронной почты, хулиганы посылают родителям жертвы поддельные табели с низкими оценками, возлюбленному – письма с сообщением о разрыве отношений или сфабрикованные признания и т. п. В Сети у современного школьника-подростка развязаны руки – он позволяет себе агрессивные высказывания в адрес сверстников и старших по возрасту. Иллюзорная анонимность становится возможностью оказаться в образе взрослого, примерить на себя воображаемую маску супергероя, пережить момент всемогущества и грандиозности. Группируясь в виртуальном пространстве с целью затравить кого-то из одноклассников, подростки создают многоэтапные ловушки для жертвы и наслаждаются каждым моментом этого процесса. В Интернете легко делать то, чем в реальной жизни заниматься боязно. Если не удалось принять мер по обеспечению интернет-безопасности школьника, тогда нужно бросить силы на решение уже сложившейся ситуации. Ребенку, который в ней оказался, нужно немедленно перевести ее на один-два уровня выше и обсуждать уже с родителями и в полиции. Заявление о преследовании, поддержанное сохраненными скриншотами переписки в Сети, должно одновременно оказаться в полиции, на столе директора и у родителей преследователей. Ситуацию должны разбирать взрослые. Родителям, в конечном счете отвечающим за безопасность школьников в сети интернет, необходимо предупредить ребенка о том, что он обязательно должен сообщить им, если его начнут травить в Сети, шантажировать каким-либо компрометирующим материалом. Например, лучше быть один раз наказанным за курение за школой, снятое кем-то из сверстников на камеру, чем попасть в ситуацию, угрожающую жизни. Нарушение интернет-безопасности также связано с тем, что в сети старшеклассники нередко тестируют свою сексуальность. В этой связи девушка или юноша могут обнажиться перед веб-камерой, а их визави, зафиксировав данный момент, начинает угрожать передачей записи родителям, в случае если подросток не будет выполнять его требований. Так юные девушки становятся сексуальными рабынями, пребывая в страхе, что подобная запись попадет в руки родителям. В этом месте мы снова возвращаемся к тому, как важно доверие между взрослыми и детьми. Что бы ни происходило, у подростка должна быть уверенность в том, что родители всегда защитят его. Кроме того, среди школьных педагогов кто-то должен выступать в качестве посредника между родителями и школьником, если у него не хватает решимости сказать им о происходящем. Приложение «Секрет» (Secret) как угроза безопасности школьника в Интернете Отдельно хотелось бы обсудить приложение «Секрет» для смартфонов, первоначально подразумевавшее возможность людей делиться своими секретами без страха быть опознанными. Оно позволяет в анонимной форме разместить запись, которую увидят пользователи из контакт-листа, а также те, кто находится в одном районе с владельцем смартфона. Это приложение обрело огромную популярность в разных странах, поскольку позволяет поделиться чем-то важным, прикоснуться к внутреннему миру других людей, почувствовать себя защищенным в мире абсолютной прозрачности и обнаженности. В конце весны – начале лета «Секрет» стал самым скачиваемым приложением на территории России. Возможно, это естественное явление в контексте конспирологических теорий, шпионских скандалов и обсуждений того, как поисковые системы собирают сведения о пользователях. Данное приложение позволило людям быть открытыми и искренними в анонимном формате, а также повышало интернет-безопасность как школьников, так и взрослых, так как дало возможность пожаловаться на то, что их травят. Попадая же в руки подростков, «Секрет» нередко становится инструментом травли. Достаточно двух недель для того, чтобы это приложение скачали себе все старшеклассники в школе и стали с его помощью активно размещать записи друг о друге. Поскольку круг пользователей ограничен, можно довольно быстро вычислить, кто размещает записи, но к этому моменту вред, причиненный приложением, может стать уже непоправимым. Как только школьники начинают активно пользоваться «Секретом» и появляются первые жертвы, важно открыто поговорить с ними об этом на классных часах, школьных и детско-родительских собраниях, психологических занятиях. То, что дети хранят в тайне (потому что им кажется важным хранить секреты), должно стать открыто обсуждаемым (в Бразилии по решению суда приложение изъято из AppStore). Альтернативные сетевые образы современных школьников-подростков Как уже было отмечено, взрослеющему ребенку приходится выстраивать свой новый образ, определяться с ценностями и смыслом, искать увлечения. Часто он делает это с помощью музыки, многократно прослушивая композиции своих кумиров. Иногда он экспериментирует с образами в Интернете, заводя аккаунты от имени вымышленных персонажей. С одной стороны, это отвечает его потребностям, с другой – ему может быть трудно ориентироваться и удерживаться в границах норм поведения, поскольку в этом возрасте вообще трудно удерживаться в каких-либо границах. Вымышленные персонажи могут «расшатывать», в них легко заиграться, убежав от действительности. Если взрослые давят на школьника, требуя послушания и отличной учебы, альтернативный сетевой персонаж может стать настоящим сосредоточием напряжения, агрессии, злости и отвращения по отношению к ним и жизни в целом. Чем больше времени современный школьник-подросток проводит в роли подобного персонажа, тщательно прорабатывая придуманный образ и наполняя содержанием его социальные контакты, тем труднее ему на практике выражать напряжение, злость, отстаивать себя, заявлять о своих потребностях и говорить о чувствах. В этом случае помочь ему адаптироваться в окружающей среде, выстроить взаимоотношения с реальными людьми и справиться со своими переживаниями может детский психотерапевт. Итак, в сухом остатке обсуждения такой непростой темы, как подростки и безопасность школьников в сети Интернет, обнаруживаем: важность доверительного контакта между родителями и ребенком; необходимость открытого обсуждения всех случаев преследования и давления в Сети, несмотря на то, что подростки склонны к скрытности и боятся реакции взрослых; потребность в присутствии родителей в жизни ребенка и наполнение свободного времени общими делами, семейным досугом. Важность спорта и увлечений, которые подросток может разделить со сверстниками, т. к. «залипание» в Интернете заполняет пустоту, с которой он сталкивается; наличие в школе взрослого (педагога, психолога, воспитателя), которому подросток может довериться; эффективность занятий, посвященных травле в Сети, ответственности за нее и трудностям подросткового возраста. Когда компьютерная зависимость развивается у дошкольника, решить проблему просто: достаточно убрать компьютер и повести ребенка, например, в парк аттракционов. Когда «влипает» подросток, все намного серьезнее. Основной опасностью и угрозой безопасности школьников в Интернете являются вовсе не педофилы, а сами подростки, которые сбиваются в стаи и рассматривают «через увеличительное стекло» каждое свое переживание. Им очень нужна поддержка взрослых, предоставить которую не так уж и сложно. Важно присутствовать в жизни подростка. В заключение приведем рекомендации родителям, которые можно дать в ходе консультации или на классном часе: хорошо, если у подростка есть возможность вести бумажный дневник и быть уверенным в том, что его никто не читает. В Интернете он нередко пытается создать себе личное пространство, защищенное от вторжения родителей. Подарив ребенку коробку с замком для дневника, можно сделать важный шаг на пути к завоеванию его доверия; важно, чтобы подростку было разрешено приводить домой приятелей. Так проще снять свою тревогу по поводу компании, в которой он проводит время; ради интернет-безопасности школьника полезно ввести дома «комендантский час» в отношении использования сети, например в 23:00 отключать роутер, чтобы подросток не мог находиться в Сети. Оставаясь по вечерам наедине с самим собою, он становится особенно уязвимым; агрессивный подросток, который преследует в Сети сверстника, должен быть наказан. Нельзя закрывать глаза на такое поведение.  В контексте Целесообразны ли возрастные ограничения в социальных сетях? Российские чиновники считают ограничение на посещение социальных сетей для детей до 13 лет нецелесообразным. Данное заявление сделал исполнительный директор Лиги безопасного Интернета Денис Давыдов. Он обратил внимание на то, что подобные ограничения пытались ввести во многих странах мира, в том числе в США. При этом все подобные инициативы были обречены на провал, поскольку невозможно было понять, кто заходит в социальную сеть. Вопрос авторизации в Интернете является наиболее сложным и животрепещущим. Кроме того, как понять, кого наказывать: 12-летнего ребенка, который зашел в Сеть без разрешения, его отца с матерью, провайдера или администрацию социальной сети? По мнению российских чиновников, введение возрастного ценза на пользование Интернетом в целом и пользование социальными сетями в частности является проблемой из области общественной морали, а не нормативно-правового регулирования. Социальные сети должны самостоятельно чистить себя, чтобы обеспечить интернет-безопасность школьников. Однако, для того чтобы дети не могли указывать возраст больше того, который есть на самом деле, ряд чиновников предлагали разрешать регистрацию только по предъявлении документа, подтверждающего личность, например паспорта. Отметим, что некоторые популярные социальные сети Российской Федерации ввели ограничение на регистрацию детям младше 14 лет, запретили этой же возрастной категории переписку с посторонними, а также выключили детские профайлы в поисковике.

Источник: <https://www.menobr.ru/article/60182-qqe-16-m8-vozrastnie-podrostkovie-metamorfozi-i-bezopasnost-shkolnikov-v-seti-internet?utm_source=letternews&utm_medium=letter&utm_campaign=letternews_menobr.ru_news_24102017&ustp=F>