



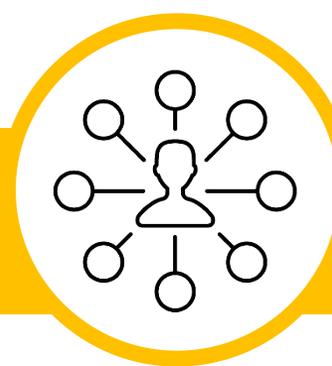
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ  
- ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ ДЕТЯМ  
«ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ДИАГНОСТИКИ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ»

Профилактика кризисных состояний  
и формирование факторов защиты  
психического здоровья у несовершеннолетних,  
оказание своевременной комплексной помощи»

Ситникова Ольга Юрьевна,  
педагог-психолог отдела профилактики  
и психологической безопасности  
образовательной среды  
ГБУ НСО «ОЦДК»

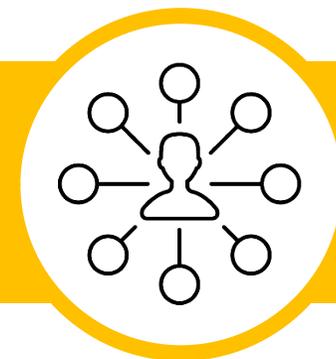
 8(383) 276-02-23

# О чем поговорим



1. Цифровая среда
2. Интернет риски
3. Рекомендации

# Цифровые риски дошкольников и младшего школьного возраста



Цифровые риски	Дошкольники	Младшие школьники
Превышение экранного времени	*	*
Формирование зависимости от интернет-среды	*	*
Информационное давление: информация не для детей	*	*
Маркетинговое давление: рискованные денежные отношения	*	*
Риски, связанные с неправильными родительскими установками	*	
Втягивание в криминальные практики		*
Личностная атака, психологическое насилие		*

## Рекомендации родителям



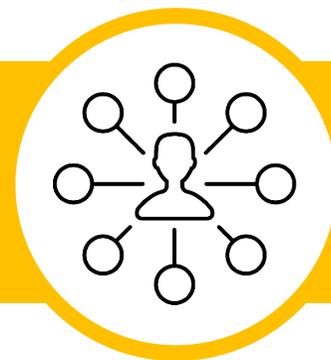
- ✓ Установить экранное время
- ✓ Быть рядом
- ✓ «Нет» - во время приема пищи
- ✓ «Нет» - перед сном
- ✓ «Нет» - для успокоения и отвлечения
- ✓ Развить навыки саморегуляции и контроля
- ✓ Определить свободную зону от гаджетов
- ✓ Создать расписания
- ✓ Рассказать о кибербезопасности
- ✓ Быть примером
- ✓ Обсудить семейные правила пользования интернетом
- ✓ Избегать двойных посланий

## Рекомендации родителям



- ✓ Учите правильной мотивации
- ✓ Поощряйте самостоятельную деятельность ребенка
- ✓ Установите программы родительского контроля
- ✓ НЕ игнорируйте вопросы, связанные с цифровой информацией и контентом
- ✓ Обучите финансовой грамотности
- ✓ Рассказать про персональные данные и безопасность
- ✓ Вместе выяснить причины чрезмерного увлечения интернетом
- ✓ Формируйте умения искать в интернете информацию для учебы
- ✓ Обращайте внимание на потребляемый контент
- ✓ Интересуйтесь с кем общается ребенок
- ✓ Просматривайте страницу ребенка
- ✓ Замечайте изменения в поведении, одежде

# Цифровые риски подросткового возраста



## Риски

Интернет-зависимость

Вовлеченность в криминальные сообщества: радикализация и экстремизм, продажа запрещенных товаров/услуг, незаконное обналичивание денег

Потребительские риски, рискованные денежные отношения

Личностная атака, психологическое насилие: кибербулинг, онлайн-груминг, сексуальные домогательства

Использование несовершеннолетних для создание цифрового контента

Информационное давление: информация не предназначенная для подростков: контент, содержащий сцены насилия, порнографический контент, дезинформация, опасные челенджи

## Рекомендации родителям



- ✓ Создайте активную, интересную реальную жизнь, проживая ее вместе
- ✓ Будьте рядом, когда возникают трудности и проблемы
- ✓ Поддерживайте коммуникации разными способами
- ✓ Разговаривайте о правилах морали и поведения
- ✓ Обсуждайте вместе жизненный путь, профессиональную карьеру
- ✓ Формируйте семейные правила и традиции
- ✓ Обратите внимание на свой стиль воспитания
- ✓ Обсуждайте приватность информации и персональных данных
- ✓ Говорите об эмоциональном интеллекте и эмоциях в сети Интернет

## Рекомендации родителям



- ✓ ВАЖНО! Готовьте себя к разговору о половом взрослении, сексуальности, о пубертате. Поговорите об этом с подростком
- ✓ Формируйте навыки установления личных границ
- ✓ Обращайте внимание на появление дорогих вещей, которые вы не покупали
- ✓ Обучите навыкам говорить «нет»
- ✓ Обсуждайте угрозы и риски, связанные в защитой персональных данных и конфиденциальной информации
- ✓ Учитесь сами и обучайте подростков работать с информацией
- ✓ Воспитывайте уважение к здоровью

# Навигатор профилактики социальных рисков детства в цифровой среде



## Риски в цифровой среде





ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ  
- ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ ДЕТЯМ  
«ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ДИАГНОСТИКИ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ»

# Готова ответить на ваши вопросы

Ситникова Ольга Юрьевна,  
педагог-психолог отдела профилактики  
и психологической безопасности  
образовательной среды  
ГБУ НСО «ОЦДК»

 8(383) 276-02-23