**безопасность в сети-интернет**

современные дети и подростки не представляют свою жизнь без интернета, социальных сетей и гаджетов, они «буквально» живут в сети

Родителю важно понимать, что полностью исключить виртуальную реальность из повседневного графика подростка невозможно – это часть реальности.

именно Поэтому, взрослому необходимо научиться ориентироваться в информационном интернет-пространстве и научить своего ребенка безопасному поведению в социальных сетях.

**ПРАВИЛА ИНТЕРНЕТ-БЕЗОПАСНОСТИ ДЛя родителей ПОДРОСТКОВ:**

* установите семейные правила пользования интернетом;
* подключите программу Родительский контроль;

- выясните, знает ли ребёнок/подросток лично всех сетевых друзей;

- посоветуйте не сообщать личной информации незнакомым лицам

(номер дома, фото паспорта и др.);

- зарегистрируйте свой аккаунт и добавьтесь в список друзей ребёнка – нужно быть в курсе, с кем контактирует и что публикует в Интернете ваш ребёнок;

-обратите внимание, если на странице и в рисунках ребёнка стали появляться:

* картинки криминального характера с изображением оружия, людей в черных масках);
* картинки депрессивного характера, содержащие цитаты о смерти, фото с закрытым лицом, изображения суицидального характера;
* картинки с участием героев-аниме порнографического характера;

- обратите внимание, если подросток изменил свою фамилию, имя в социальной сети на: кот, волк, тигр или лис.

- обратите внимание, если ребёнок стал отчитываться перед кем то, стал причинять себе боль - самоповреждения;

- отслеживайте появление друзей с необычным профилем;

- помогите ребёнку увидеть тех, кто явно выдаёт себя в Сети не за того, кем является на самом деле;

интернет-зависимость или участие в группе деструктивной направленности можно выявить по следующим изменениям в поведении подростка:

* постоянное желание быть онлайн
* раздражительность и агрессивность, длительные депрессивные состояния, перемена настроения при невозможности выйти в интернет on-line
* полный отказ от общения в реальной жизни
* повышенная конфликтность
* нехарактерная ранее повышенная скрытность
* отказ от пищи или системное нерегулярное питание
* несоблюдение правил гигиены

**искренне интересуйтесь интересами и потребностями вашего ребенка, серьезно относитесь к его переживаниям и проблемам, поддерживайте в сложных жизненных ситуациях.сделайте все возможное для установления и поддержания доверительного отношения с ним!**