

## Интернет – это значимая часть жизни современных подростков

Курмангалиева Индира Каиргалиевна  
социальный педагог  
ГККП "Колледж Байтерек"

Интернет - главное достижение человечества, и дети должны иметь возможность пользоваться им в полной мере. В истории именно дети стали передовым отрядом по освоению всего нового, прогрессивного, непонятного и опасного.

Знакомство с интернетом маленькие дети начинают в два-три года. В пять они уже свободно ориентируются в игровом и развлекательном онлайн-пространстве. А в 13-15 лет проводят в Сети минимум 4 часа в день.

Многие родители пытаются ограничить интернет у детей. Причем делают это резко, только ухудшая взаимоотношения в семье. Представьте: вы читаете новости в соцсети, и у вас из рук вырывают телефон, а потом и вовсе не дают им пользоваться. Что вы почувствуете? Правильно, злость! Таковую же злость, обиду и разочарование чувствует ребенок. Как поступить, если ребенок долго сидит в сети? Для начала предупредить, что у него осталось несколько минут на то, чтобы досмотреть фильм, дослушать музыку, закончить диалог, после чего он должен выключить смартфон или планшет и заняться другими делами. Когда родители отключают интернет, например, в качестве наказания, то они в большинстве случаев лишают ребенка и общения с друзьями. Поэтому очень важно не просто наказывать, а объяснить, что это временная мера за нехороший проступок. Одно дело, если вы предупредили о намерении временно отграничить доступ в интернет и сделали это в качестве наказания на определенный срок. И совершенно другое, когда вы просто против того, чтобы подросток проводил свое свободное время в соцсетях! Таков современный мир, интернет – это значимая часть реальности, без него уже нельзя. Впрочем, родители и сами зачастую не могут показать ребенку положительный пример.

Каждый из нас часами сидит в социальных сетях и пользуется мессенджерами! Для начала родители должны сами ограничить свое времяпрепровождение в интернете, а уже потом требовать этого от ребенка. Это отличный повод для семейных дней «интернет-детокса» – отказа от виртуальной реальности. Это может пойти на пользу всей семье, ведь появившееся время можно провести интересно и необычно.

Для того, чтобы уберечь ребенка от дурного влияния в сети, нужно уделять ему достаточно

внимания, общаться и стараться понимать и принимать его увлечения и интересы. Но не всегда у родителей есть на это силы, времени и желания. Часто им проще сунуть ему в руки смартфон с мультиками, чем составлять для ребенка разнообразную программу развития. Хотя помощь по дому, мытье посуды, приготовление пищи и разные домашние дела детям порой намного интереснее, чем игрушки. Интерес к саморазвитию необходимо поддерживать системно, это не должно выглядеть, как воспитание. Скорее как дружба и совместные взаимноинтересные программы: походы в лес, конструирование, мелкий ремонт квартиры, шитье, домашний кукольный театр, музыка, рисование. В таком ключе интернет становится помощником, а не врагом. И детям не придется искать в соцсетях понимание – оно должно быть обеспечено дома.

Нужно общаться с ребенком! Не просто спрашивать, как дела и что сегодня было на обед, а интересоваться его увлечениями, переживаниями. Нужно говорить, слушать и слышать. А в каких-то ситуациях стоит помочь – даже если кажется, что его хобби «ненужное». Например, подсказать что-то по прохождению онлайн-игры или помочь составить жалобу на грубого игрока. Тогда ребенок будет знать: что бы ни случилось, вы поможете, не будете осуждать или «учить», а просто придете на помощь. Именно к такому родителю ребенок и придет за советом.

Если вы хотите, чтобы ребенок больше читал, то и сами должны читать, подавая достойный пример, а не сидеть все свободное время в соцсетях и играх. Существует интернет-зависимость. Однако стоит понимать, что не всегда привязанность ребенка к интернету и соцсетям – это именно зависимость.

Иногда вместо живого общения ребенок погружается в виртуальный мир, но там он на самом деле ищет единомышленников, которые его поймут и не будут «учить», как это делают родители. Ребенок жаждет внимания и понимания со стороны собеседников, если не получает этого в семье.

В случае с зависимостью ситуация иная. Ей подвержены не только дети, но и взрослые. Человек не просто проводит все время в интернете, а теряет интерес вообще ко всему, кроме этого. Если попытаться ограничить пользование интернетом, то реакция будет очень бурная: истерики, ругань, угрозы. Одним словом, поведение неадекватное и

часто опасное. Это типично при зависимостях. Если ребенок интернет-зависим, то пока он сам не захочет от этого излечиться, ничего не получится. Лучше не допускать подобного. Например, если вы замечаете, что подросток слишком много сидит в

сети, стоит устроить путешествие без гаджетов, выехать на природу всей семьей или хотя бы в парк, на каток. Нужно показать, что в реальном мире тоже есть много интересного, что жизнь состоит не только из интернета и социальных сетей.