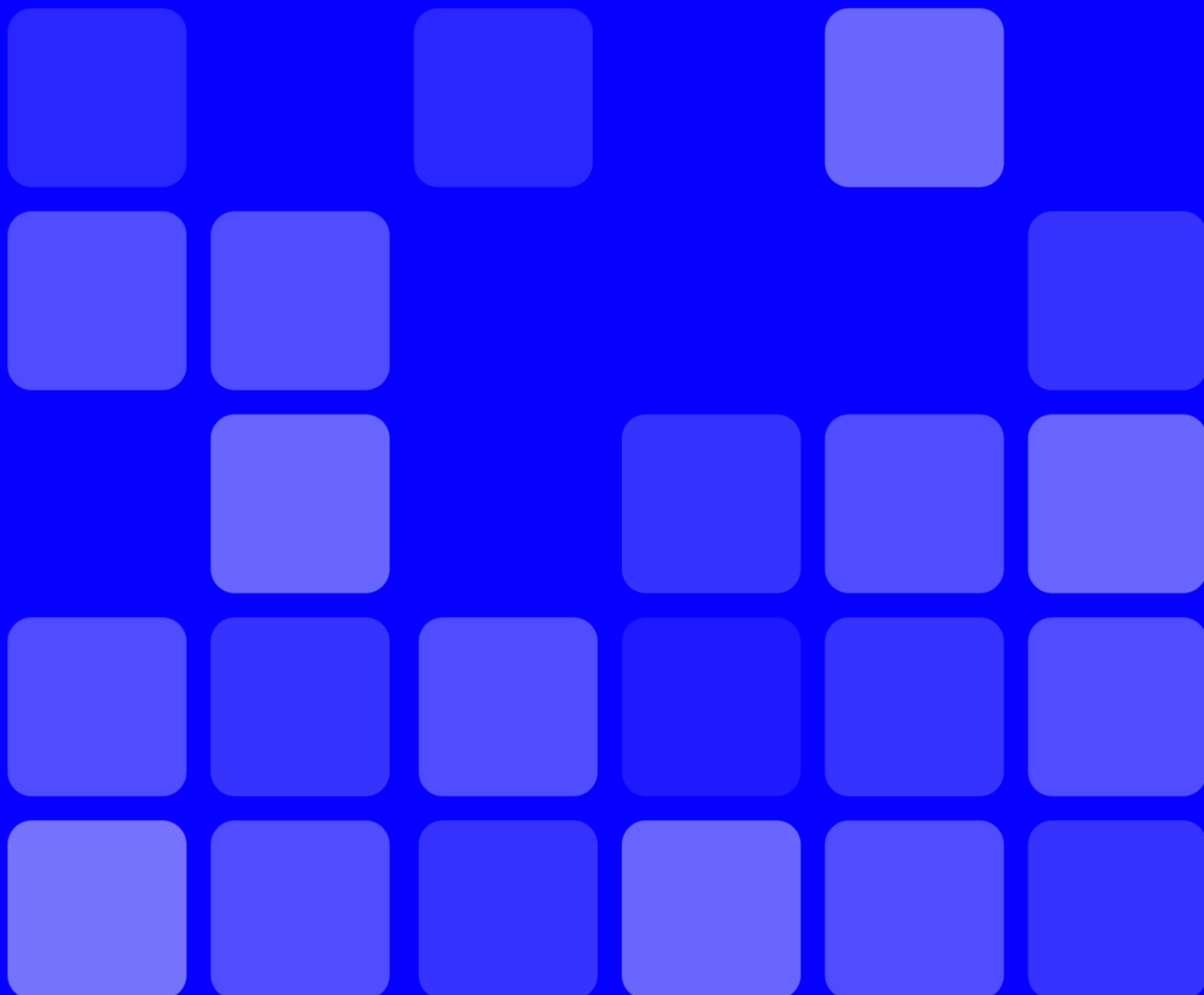


Типовой сценарий родительского собрания «Подросток в сети: от диалога к безопасности»

для родителей обучающихся 5–9 классов



Типовой сценарий родительского собрания
«Подросток в сети: от диалога к безопасности. Профилактика
киберпреступлений и рисков».
(для родителей обучающихся 5–9 классов)

Введение

Современная жизнь подростков неразрывно связана с цифровой средой. Социальные сети, мессенджеры, онлайн-игры и различные цифровые сервисы стали естественной частью их повседневного общения, обучения и досуга. Цифровое пространство предоставляет подросткам широкие возможности для получения информации, самореализации

и взаимодействия со сверстниками, однако одновременно создает новые риски, с которыми ребенок не всегда способен справиться самостоятельно.

Особую актуальность проблема приобретает в подростковом возрасте, когда у ребенка возрастает потребность в самостоятельности, личном пространстве и общении со сверстниками, а влияние родителей постепенно уступает место собственным решениям и жизненному опыту. В этот период традиционные методы контроля, основанные исключительно на ограничении доступа к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – интернет, сеть, сеть интернет) или постоянной проверке телефона, не всегда являются эффективными и могут приводить к снижению доверия и закрытости подростка.

В связи с этим особое значение приобретает формирование у родителей системного понимания современных цифровых рисков и навыков конструктивного взаимодействия с ребенком. Важно не только знать, какие опасности могут ожидать подростка в сети, но и понимать, как своевременно заметить тревожные признаки, как правильно реагировать на произошедшее и, главное, как сохранить доверительный диалог, чтобы ребенок не боялся обратиться за помощью в сложной ситуации. Проведение родительского собрания на тему «Подросток в сети: от диалога к безопасности» необходимо для повышения цифровой компетентности родителей и формирования единого подхода семьи и школы к вопросам безопасного поведения подростков в интернете.

В ходе встречи родители смогут узнать о наиболее распространенных киберугрозах, характерных для подростковой среды, включая кибербуллинг, онлайн-шантаж, вовлечение в деструктивные сообщества, мошенничество и другие формы негативного воздействия. Отдельное внимание будет

уделено правовым последствиям противоправных действий в цифровой среде, а также возможностям профилактики подобных ситуаций. Не менее важной задачей собрания является обучение родителей практическим способам поддержки подростка: использованию инструментов цифровой безопасности и приватности, выстраиванию доверительного разговора на сложные темы, а также алгоритмам действий в случае возникновения угрозы или критической ситуации в интернете.

С учетом содержания и целевой направленности родительского собрания рекомендуется проводить его одновременно для нескольких общеобразовательных организаций, расположенных в одном муниципалитете,

для крупной общеобразовательной организации с большим количеством обучающихся – по параллелям классов.

В зависимости от региональных возможностей и организационного формата мероприятия к участию в родительском собрании рекомендуется привлекать:

- представителей центра информационной безопасности, созданного в субъекте Российской Федерации;
- представителей подразделений по борьбе с преступлениями в сфере информационных технологий (киберполиции);
- представителей правоохранительных органов;
- специалиста по информационной безопасности;
- психолога центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (ППМС-центра) или педагога-психолога образовательной организации;
- лекторов Российского общества «Знание», имеющих соответствующую специализацию в области информационной безопасности.

Аудитория: родители обучающихся 5–9 классов.

Длительность: 1 час 30 минут.

Форма проведения: проблемная лекция с элементами тренинга и разбора кейсов (реальных ситуаций).

Цель: формирование у родителей системного понимания рисков интернет-пространства и освоение стратегий конструктивного диалога с детьми для предотвращения киберпреступлений и деструктивного влияния.

Задачи:

1. Просвещение родителей:

1.1. Познакомить родителей с современными киберугрозами, характерными для подростковой среды: травля в мессенджерах, шантаж,

вовлечение в деструктивные группы, мошенничество в онлайн-играх и на маркетплейсах.

1.2. Разъяснить правовые последствия действий подростков в сети (оскорбления, распространение фейков, экстремистские материалы).

2. Информирование родителей:

2.1. Познакомить родителей с актуальными статистическими данными и примерами из практики, когда подростки попадали в рискованные ситуации.

2.2. Проинформировать о доступных инструментах цифровой гигиены, настройках приватности и двухфакторной аутентификации.

2.3. Познакомить с контактами служб помощи.

3. Консультирование родителей:

3.1. Дать практические рекомендации по выстраиванию доверительного диалога с подростком на сложные темы.

3.2. Предложить алгоритмы действий при попадании подростка в критическую ситуацию в сети.

3.3. Ответить на индивидуальные вопросы родителей по конкретным ситуациям.

План собрания (структура)

1. **Вступление и актуализация проблемы** (10 мин). Приветствие, озвучивание темы и цели. Мини-дискуссия: «Что сегодня беспокоит Вас в поведении ребенка в интернете?».

2. **Информационный блок: «Карта рисков подростка»** (30 мин). Четыре зоны риска: коммуникация (кибербуллинг), контент и группы, финансы и право, личная безопасность.

3. **Психологический блок: «Почему он молчит? И как говорить»** (20 мин). Страхи подростка. Техники активного слушания. Практические фразы-помощники.

4. **Практический блок: «Цифровая гигиена и настройки»** (15 мин). Двухфакторная аутентификация. Персональная безопасность в соцсетях.

5. **Рефлексия и раздача памяток** (10 мин). Ответы на вопросы. Вручение памяток «Если ребенок в опасности: алгоритм для родителей». Обратная связь.

6. **Заключение** (5 мин).

Сценарий родительского собрания

№	Структура	Время	Текст ведущего
1.	Вступление и актуализация проблемы	10 мин	Добрый вечер, уважаемые родители! Тема нашей встречи – «Подросток в сети: от диалога к безопасности». Важным этапом взросления современного подростка является цифровая зрелость. Подростки все активнее осваивают цифровое пространство: общаются в мессенджерах, ищут информацию, пробуют разные онлайн-сервисы. Это открывает большие возможности, но и несет новые риски. Сейчас особенно важен постепенный переход: от родительского контроля – к самостоятельности и ответственности самого ребенка. Наша общая задача – не просто ограждать от опасностей, а помогать подростку учиться принимать осознанные решения в цифровой среде, замечать риски и правильно на них реагировать. Вместе обсудим, как поддержать этот переход и сформировать у детей навыки безопасного поведения в интернете. Мы поговорим и о том, как не потерять контакт с ребенком, когда его личная жизнь все больше уходит в онлайн, и как уберечь его от реальных опасностей, которые подстерегают там. Если в начальной школе мы могли просто поставить родительский контроль и ограничить время, то сейчас, в 5–9 классе, это не работает. Подросток требует автономии, у него появляются свои тайны, и если мы проверим его телефон в формате обыска, то в итоге получим недоверие. Альянс по защите детей в цифровой среде провел исследование среди родителей несовершеннолетних детей о влиянии цифровой среды на подростков и ключевых интернет-угрозах.

№	Структура	Время	Текст ведущего
			В исследовании приняли участие более 1020 родителей из разных регионов России. Результаты показали, что родители все чаще воспринимают цифровые платформы как полноценный фактор социализации детей и подростков. Среди главных цифровых угроз для детей родители выделили: - интернет-мошенничество — 76%; - опасное общение с незнакомцами — 73%; - вовлечение подростков в противоправные схемы — 68%; - зависимость от социальных сетей и игр — 65%; - кибербуллинг — 54%; - распространение недостоверной информации и фейков — 34%. Кроме того, 46% родителей сообщили, что сталкивались с ситуациями, когда ребенок скрывал часть своей активности в интернете, а 58% признались, что не всегда понимают, каким контентом ежедневно пользуются их дети. Наша цель сегодня — понять, как из «надзирателя» превратиться в «наставника», которому доверяют. Давайте начнем с короткого обмена мнениями. Скажите, что именно в поведении Вашего ребенка в интернете вызывает у Вас тревогу или вопросы? <i>Ответы родителей</i> Спасибо. Все, что Вы сказали, мы сегодня разберем детально». Сегодня на нашем родительском собрании присутствуют мои коллеги, они помогут разораться в сложных вопросах: 1. Фамилия, имя, отчество приглашенного специалиста, его должность 2. Фамилия, имя, отчество приглашенного специалиста, его должность

№	Структура	Время	Текст ведущего
			3. Фамилия, имя, отчество приглашенного специалиста, его должность
2.	Информационный блок: «Карта рисков подростка»	30 мин	2. Чтобы наше родительское собрание носило практический характер, давайте вместе составим карту рисков. Мы разделим их на четыре зоны, чтобы было удобнее для восприятия. Зона 1. Коммуникация: Кибербуллинг. В подростковом возрасте общение — это важная часть жизни. И именно там чаще всего возникают конфликты. Сейчас травля ушла из школьного двора в чаты. Это могут быть: бойкот в беседе класса (ребенка исключают из общего чата или просто игнорируют его сообщения), анонимные оскорбления (создают фейковые страницы и пишут гадости), распространение слухов и фейков с помощью фотошопа или скриншотов переписок. Важно понимать: для подростка исключение из онлайн-тусовки равносильно катастрофе. Дома вы этого можете даже не заметить. Зона 2. Контент и группы. Мы много слышали о «группах смерти». Сейчас эта тема утихла, но на смену пришли другие движения. Деструктивные сообщества не всегда призывают к суициду, но могут пропагандировать опасный образ жизни, агрессию, ненависть к родителям или школе. Подростки часто не задумываются о последствиях, когда репостят мем или картинку. А по закону за распространение экстремистских материалов (даже в шутку) наступает уголовная ответственность с 16 лет. Зона 3. Финансы и право. Наши дети очень доверчивы, когда дело касается «легких денег». Дропперство — это новая волна среди подростков. Ребенку

№	Структура	Время	Текст ведущего
			предлагают подработку: «Переведи деньги на нас на карте, мы тебе %». На самом деле его делают соучастником мошеннических схем. Карта ребенка блокируется, и он попадает в черные списки банков. Взлом аккаунтов и вымогательство: взламывают страницу друга и пишут: «Займи 500 рублей до вечера, срочно». Ребенок переводит, не перезвонив. Зона 4. Личная безопасность. Самая деликатная тема. Сейчас распространен так называемый секстинг — обмен интимными фото. Подросток может отправить фото под влиянием момента, а потом начинается шантаж. Злоумышленники (и ми могут быть и сверстники) требуют новые фото под угрозой разослать старое всем контактам. Это называется онлайн-груминг, и это уголовное преступление. Подростки — одна из самых уязвимых групп для манипуляций с помощью генеративного искусственного интеллекта (или проще — ИИ): они много времени проводят в соцсетях и мессенджерах, привыкли доверять визуальному контенту и быстро реагировать на эмоциональные сообщения. Что именно используют мошенники: Дипфейк-видео. Лицо реального человека «натягивают» на актера: человек будто произносит то, чего не говорил. В школьных чатах могут появляться «обращения директора», «ролики от учителя» или «видео от друга» с просьбой срочно перевести деньги или прислать личные данные.

№	Структура	Время	Текст ведущего
			Голосовые подделки. По короткому образцу голоса (например, из голосового сообщения в чате) нейросеть может сгенерировать фразу от имени родителя, учителя или одноклассника. Мошенники используют это, чтобы создать ощущение срочности и доверия: «Это папа, скинь код из СМС, я сейчас не могу зайти в банк». Фейковые изображения и коллажи. Фото, где подросток якобы в неподобающей ситуации, могут создавать для шантажа или травли. Также популярны «доказательства» каких-то событий: «Смотри, все были, а ты нет» - чтобы усилить чувство вины. Поддельные профили и «собеседники». Чат-боты и сгенерированные аватары могут имитировать общение с «ровесником», «психологом», «куратором конкурса». Цель – собрать личные данные, вовлечь в мошенническую схему или подтолкнуть к рискованному поведению. Отдельно хочу обратить ваше внимание еще на один важный аспект — правовой. Защита ребенка в цифровой среде — это не только вопрос технических настроек и родительского контроля. В Российской Федерации действует Федеральный закон от 29 декабря 2010 года № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию». Данный закон устанавливает правовые основы защиты детей от информации, которая может негативно повлиять на их здоровье и развитие. Важна не только защита детей, но и понимание, какая ответственность предусмотрена за совершение преступлений в цифровой сфере.

№	Структура	Время	Текст ведущего
			Давайте чуть подробнее остановимся на зонах риска и последствиях, с которыми мы можем столкнуться. Я передаю слово представителю правоохранительных органов (участковому уполномоченному или инспектору подразделения по делам несовершеннолетних Министерства внутренних дел Российской Федерации). <i>Тезис, на который необходимо сделать акцент:</i> подростки тоже подлежат ответственности за преступления в сети, цифровой след активно формируется уже в подростковом возрасте и может повлиять на дальнейшую учебу и профессиональное развитие.
3.	Психологический блок: «Почему он молчит? И как говорить»	20 мин	3. Мы перечислили много угрожающих ситуаций. И теперь главный вопрос: ПОЧЕМУ, если ребенка шантажируют или травят, он чаще всего НЕ ГОВОРИТ родителям? Ответ прост: он боится вашей реакции. «Меня накажут, отберут телефон». «Скажут, что я сам виноват, нечего было переписываться». «Заставят идти в полицию, и все узнают, а это позор». Как нам построить диалог так, чтобы ребенок пришел к нам, а не искал совета у сомнительных «друзей» в сети? Я передаю слово школьному психологу/социальному педагогу, который поможет разобраться в том, как правильно выстроить коммуникацию с ребенком, чтобы он не закрывался и мог спокойно рассказать вам о происходящем с ним в социальных сетях. <i>Выступление школьного психолога/социального педагога</i> <i>Основные тезисы, которые необходимо озвучить психологу/социальному педагогу</i>

№	Структура	Время	Текст ведущего
			Влияние социальных сетей на самооценку подростков В подростковом возрасте самооценка особенно уязвима: идет активный поиск идентичности, и мнение сверстников выходит на первый план. Социальные сети усиливают этот процесс, и тут есть несколько ключевых механизмов. Социальное сравнение. Подростки постоянно видят в ленте чужие «идеальные» жизни: отретушированные фото, истории успехов, яркие события. Часто сравнение идет «вверх» — с теми, кто кажется успешнее, красивее или счастливее. Это порождает ощущение собственной неполноценности. Исследования показывают: многие подростки отмечают, что такое сравнение часто идет не в их пользу. Зависимость от лайков. Для подростка лайк или комментарий нередко становятся внешним маркером ценности: «если меня одобряют — значит, я хороший». Каждый такой отклик запускает выброс дофамина, формируя порочный круг: подросток стремится к новой «дозе» одобрения. А недостаток реакции, наоборот, может вызывать чувство отверженности и подрывать уверенность. Создание «идеального Я». Стремление поддерживать в сети образ без недостатков ведет к разрыву между реальным и виртуальным «Я». Это источник хронической неудовлетворенности и может способствовать развитию перфекционистских установок. Чтобы диалог с ребенком носил конструктивный, положительный характер рекомендую применять следующие техники разговора: не начинайте с вопроса «Что случилось?» — подросток часто сам не может сформулировать. Начните с наблюдения: «Я вижу, ты последние дни какой-то напряженный. Если захочешь

№	Структура	Время	Текст ведущего
			поговорить — я рядом». Используйте «Я-сообщения»: вместо «Ты опять сидишь в этом ужасном ТикТоке!» скажите: «Я волнуюсь, когда вижу, что ты долго сидишь в телефоне, потому что переживаю за твои глаза и нервную систему». Расскажите о своей уязвимости: «Знаешь, мне тоже однажды приходили странные сообщения от незнакомцев, я растерялась». Это сближает. Золотое правило безопасности: «Что бы ни случилось в сети, даже если ты совершил ошибку, ты можешь прийти ко мне, и мы сначала подумаем, как это решить, а не будем ругаться. Твоя безопасность важнее телефона». Эту фразу нужно сказать вслух, причем не один раз».
4.	Практический блок: «Цифровая гигиена и настройки»	15 мин	- Теперь о технике. Подростку уже не нужен тотальный контроль, но нужны базовые правила гигиены. Мы не можем залезать в его переписку, но мы обязаны научить его закрывать «двери». Я передаю слово эксперту, который расскажет, как обезопасить себя и своего ребенка в сети «Интернет». <i>Выступление специалиста по кибербезопасности</i> 4. Основные тезисы, которые необходимо озвучить эксперту Три правила цифровой гигиены для подростка: Приватность в соцсетях. ВКонтакте: заходим в Настройки → Приватность. Кто видит страницу? Только друзья. Кто пишет личные сообщения? Только друзья. Кто видит список друзей? Только я. Это снижает риски сбора данных мошенниками. Посмотрите, кто может видеть номер телефона (Настройки → Конфиденциальность). Должно быть «Никто» или «Мои контакты».

№	Структура	Время	Текст ведущего
			Двухфакторная аутентификация. Это обязательно! Объясните ребенку: «Если ты включишь двойную защиту, твою страницу не взломают, и от твоего имени не попросят денег у бабушки». Включить: (Настройки → Безопасность), (Настройки → Конфиденциальность → Двухэтапная аутентификация). Геолокация. Научите ребенка отключать геолокацию, когда он выкладывает фото. Никто не должен знать, что он сейчас в парке один или что его нет дома. Вопрос «следить или нет?» Я предлагаю компромисс. Вы не берете телефон и не читаете переписки тайком (это разрушает доверие навсегда). Но Вы договариваетесь, что Вы — друзья в соцсетях. Вы не комментируете каждый его пост, но просто наблюдаете. Это позволит Вам увидеть, если вдруг в ленте начнет появляться откровенно опасный контент». И о критическом мышлении. Для подростка в цифровой среде это главный защитный навык: он помогает не поддаваться на уловки мошенников, не вестись на эмоциональный шантаж и не распространять сомнительный контент. Лента — это часто отредактированная, выборочная реальность, а не объективная картина жизни. Простые алгоритмы обсуждения информации с ребенком: «алгоритм «3 источника». Увидел новость/факт — найди еще 2 источника, где это есть. Сравни формулировки: если везде одинаково «кричащий» заголовок, а деталей почти нет — это тревожный сигнал. Проверь, есть ли ссылки на исследования, документы, официальные заявления. Алгоритм «Стоп — подумай — спроси»

№	Структура	Время	Текст ведущего
			Стоп: при сильных эмоциях (шок, гнев, азарт) не делай сразу репост, не нажимай «купить», не отвечай агрессивно. Подумай: кто это публикует, какая цель, что я теряю, если ошибусь. Спроси: обсуди с родителем или учителем, можно ли доверять этому. Алгоритм проверки медиа (фото/видео) Посмотри на детали: пальцы, тени, текст на фоне, мимику. У нейросетевых изображений часто есть «странности». Используй поиск по картинке в Яндексe, чтобы найти оригинал или похожие версии. Проверь дату и место публикации: если «свежее видео» всплывает с задержкой и без контекста — насторожись.
5.	Рефлексия и раздача памяток	10 мин	5. Уважаемые родители, сейчас мы готовы ответить на Ваши вопросы. Возможно у кого-то есть конкретные ситуации, которые требуют обсуждения. <i>Вопросы от родителей</i> <i>Ответы ведущего, психолога, социального педагога</i> Мы подготовили для вас памятки «Если ребенок в опасности: алгоритм для родителей». В памятке подробно описаны действия при киберугрозе, контакты служб помощи и тревожные признаки. (Приложение к сценарию) Пожалуйста, сохраните ее. Главное, что Вы должны вынести сегодня: лучшая защита подростка — это не слежка, а доверие и готовность прийти на помощь без осуждения». И конечно, домашнее задание: вместе со своими детьми проверить настройки безопасности, разобрать примеры мошеннических сообщений, обсудить

№	Структура	Время	Текст ведущего
			новостной материал и научиться совместно проверять достоверность информации.
6	Заключение	5 мин	7. «Подростковый возраст — это время бунта и поиска себя. Интернет для них — это территория свободы. Мы не можем запереть их в комнате, но можем научить пользоваться этой свободой безопасно. Спасибо за то, что нашли время и были сегодня с нами. Берегите себя и своих взрослеющих детей!» А также с вами всегда на связи бесплатная горячая линия: - Линия психологической помощи «Школа доверия» 8-800-707-02-01 - Всероссийский детский телефон доверия — 8-800-2000-122; - Горячая линия «Ребенок в опасности» — 8-800-100-12-60 (#1); - Горячая линия поддержки по вопросам травли «Травли.NET» — 8-800-500-44-14.

Памятка родителю подростка: Алгоритм действий при киберугрозе. Если ребенок столкнулся с опасностью в сети (шантаж, травля, мошенничество):

1. **Сохраняйте спокойствие.** Ваша паника убедит ребенка, что он правильно сделал, что молчал раньше. Первая фраза: «Хорошо, что ты мне сказал. Разберемся».
2. **Сделайте скриншоты** переписки, сохраните ссылки на страницу обидчика. Без них не получится обратиться в полицию.
3. **Проверьте настройки.** Срочно проверьте настройки приватности и смените пароли.
4. **Заблокируйте злоумышленника.** Во всех соцсетях и мессенджерах.
5. **Обратитесь к специалистам:**

Если угрожают жизни и здоровью — **02** (с мобильного **102**)

или ближайшее отделение полиции

Линия психологической помощи «Школа доверия» — **8-800-707-02-01**

Линия помощи «Дети онлайн» — **8-800-25-000-15** (бесплатно, анонимно)

Всероссийский детский телефон доверия — **8-800-2000-122**

Горячая линия «Ребенок в опасности» — **8-800-100-12-60 (#1)**

Горячая линия поддержки «Травли.NET» — **8-800-500-44-14**

Признаки, что ребенок в беде (на что обратить внимание):

- Резко изменилось поведение (стал скрытным, агрессивным или плаксивым).
- Подолгу не расстается с телефоном, прячет экран.
- Забросил увлечения, плохо спит.
- Получает подозрительные подарки или деньги.

Главное правило: будьте внимательны к своему ребенку и готовы его защитить.