

## СОВЕТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ) НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

Родители – это ближайшие для ребенка люди, которые находятся рядом с ним, знают его и имеют возможность вовремя заметить, что у ребенка в жизни происходит что-то негативное.

Чтобы родители имели возможность помочь ребенку справиться со сложной жизненной ситуацией, в том числе конфликтом, травлей, важно планомерно выстраивать доверительные отношения, присутствовать в жизни ребенка, знать его увлечения и интересы, в том числе в Интернете (какой контент смотрит, на какие группы подписан, с кем общается). При этом лучше всего помнить о рассмотренных ранее принципах медиативного и восстановительного подходов и стараться не оказывать на ребенка сильного давления, так как это может иметь обратный эффект и привести к тому, что ребенок станет скрытен и необщителен.

Важные параметры выстраивания конструктивных отношений с ребенком, для создания безопасного пространства, когда он может обратиться за советом и помощью и предотвращения развития у него агрессивного и социально-опасного поведения:

- отнеситесь уважительно и серьезно к виртуальной жизни вашего ребенка, для него она реальна и значима;
- наблюдайте за ребенком, интересуйтесь его интересами, но не превращайте это в слежку и допросы, важно уважать его интересы и личное пространство;
- попробуйте поставить себя на место ребенка, подумать и понять его чувства, потребности, почему он делает так, а не иначе;
- присоединяйтесь к увлечениям ребенка, попробуйте освоить онлайн-игры, социальные сети, попросите у него в этом помощи, это может помочь сблизиться;
- формируйте семейные правила по поводу использования электронных устройств (смартфонов, компьютеров, планшетов и т.д.), а также пребывания онлайн-пространстве. Договоритесь о времени и продолжительности

использования, назначении, для учебы, для развлечений, особенные условия: например, когда мы вместе обедаем, ужинаем, телефоны убраны. Важно, чтобы данные правила были приняты не в директивной односторонней форме, а чтобы ребенок на равных участвовал в их выработке, чтобы он понимал их назначение.

Также важно, чтобы они были зафиксированы и доступны для напоминания, необходимо, чтобы им следовал не только ребенок, а все члены семьи;

- постарайтесь не принимать крайних мер, в том числе в виде полного запрета и ограничения доступа к Интернету (если перед этим вы не информировали ребенка о таких последствиях), так как подобное действие может привести сильной отрицательной реакции ребенка и даже послужить причиной формирования образа врага в отношении вас. Если ребенок совершил проступок, лучше обсудить с ним, как он может исправить ситуацию;
- предлагайте ребенку альтернативу онлайн-развлечениям, совместную или индивидуальную;
- информируйте ребенка об угрозах и рисках, которые несет в себе цифровая среда, он должен знать, как понять, что его пытаются обмануть или над ним зло шутят, также он должен уметь конструктивно выражать свою позицию, не оскорбляя других людей;
- договоритесь с ребенком о порядке действий, если ему пишет незнакомец, если у него в онлайн-пространстве просят денег, если его фотографии попали в руки злоумышленников и т.д. Ребенок должен четко знать, что он может вам об этом сообщить и вы поможете найти выход из ситуации;
- отдельным блоком просвещения необходимо выделить информацию о нормах КоАП РФ и УК РФ<sup>7</sup>. Отдельно необходимо остановиться на вопросе реагирования родителя (законного представителя) несовершеннолетнего на информацию о том, что ребенок совершил негативное или противоправное деяние или просто стал жертвой злоумышленников по собственной неосторожности. Наиболее распространенная реакция – гнев, нравоучения,

упреки, вызывание чувство стыда. Подобный подход приводит к разрыву отношений между ребенком и родителем, что влечет за собой нежелание и страх ребенка сообщить родителю о том, что у него произошла беда, а также ребенок перестает воспринимать родителя как авторитетное, значимое лицо и не прислушивается к его советам.

Важно, опираясь на рассмотренные принципы медиативного и восстановительного подхода, используя медиативные технологии, спокойно выслушать ребенка, прояснить ситуацию, задав уточняющие вопросы и помочь ребенку найти конструктивное решение ситуации, которое будет определять его ответственность за случившееся и поможет загладить причиненный вред, восстановить взаимоотношения. Если то, что рассказывает ребенок, вызывает у вас сильные эмоции, возьмите перерыв и вернитесь к этому разговору позже.

Как родитель (законный представитель) несовершеннолетнего может помочь:

- объяснить ребенку, что важно пережить испытываемые эмоции, осознать и принять их, а также объяснить, что нормально, когда ему больно, плохо, горько, что он злится (в процессе разговора озвучиваем эмоции, которые транслирует ребенок: я вижу, что ты испуган; я понимаю, что ты очень обижен и это нормально);
- подбодрить, поддержать ребенка, сделав акцент на его сильных сторонах (я знаю, что ты отлично справишься с этим, помнишь, как ты решил вопрос с плохой оценкой в прошлой четверти?);
- обсуждение прошлого опыта, спросите ребенка, были ли у него уже подобные ситуации, или может у его друзей и знакомых, как они решались? Какой был результат? Можете поделиться своим опытом, обсудить его с ребенком; для систематизации и анализа случившегося можно предложить ребенку написать о случившемся, либо нарисовать схему событий, это поможет переключиться, реализовать негативные эмоции и критически взглянуть на происходящее;

- смените акценты, покажите ребенку какие плюсы могут быть в случившейся ситуации. При этом всегда необходимо обращаться за помощью к специалистам, как в школе: педагог-психолог, классный руководитель, социальный педагог, сотрудник службы медиации (примирения), так и привлекать внешних специалистов: психолог, специалист центра медиации или территориальной службы примирения, психолого-социального центра. В случае, если в отношении вашего ребенка совершено правонарушение (шантаж, мошенничество, вымогательство, угрозы, травля), необходимо обязательно обращаться в органы внутренних дел по телефону 112.

Взрослым важно помнить, что они выступают примером для детей, очень многие агрессивные и социально-негативные действия несовершеннолетних скопированы с поведения их социального окружения. Поэтому необходимо демонстрировать конструктивные, уважительные формы общения.