

Информационное **давление**, информация, не предназначенная для детей и подростков

Обсуждайте тему возрастных ограничений доступа к контенту

Затрагивая подобные темы, вам нужно спокойно, на понятном языке и без лишних эмоций выразить свое мнение. Покажите ребенку, что для всего есть свое время. Например, в 3 года детям нельзя пить кофе, а в 14-15 лет уже можно. В 12 лет еще нельзя работать, а с 14 это очень даже приветствуется. Так же и с контентом: для каждого возраста свой контент.

Правильно донесите ребенку значимость родительского контроля

Объясните ребенку, что вы поставите фильтры и родительский контроль в целях безопасности.

Если ребенок все же посмотрел что-то нежелательное

Понаблюдайте за его поведением и настроением. Возможно, ничего страшного и не произошло. Если ребенку длительное время не по себе от увиденного, обсудите с ним случившееся. Расскажите, что отвращение и страх — это нормальная реакция на то, что случилось, и через какое-то время она пройдет. При необходимости посетите детского или подросткового психолога.

Попробуйте показать зависимость наглядно

Например, вкусовые рецепторы привыкают к все более и более соленой пище. И человек уже не считает менее соленую еду вкусной. Так же и с эмоциями от просмотра будоражающего контента. Человек смотрит все более и более страшное содержание или делает все более и более страшные челленджи, а потом он перестает получать удовольствие от чего-то менее страшного. И это может повлечь за собой необратимые последствия.

