МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА, СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ

ПРОФИЛАКТИКА
федеральный центр

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

для родителей обучающихся 5–9 классов

ПРАВИТЕЛЬСТВО
Свердловской области
29.09.2026
ВХ.№ 52287

Москва, 2026 год

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 сработает. 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? *Ответы родителей* 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 (ими 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). *Тезис, на который необходимо сделать акцент:* 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 происходящим с ним в социальных сетях. *Выступление школьного психолога/социального педагога* *Основные тезисы, которые необходимо озвучить психологу/социальному педагогу*

№	*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». *Выступление специалиста по кибербезопасности* *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 поддаться 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 Яндексе, 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. *Вопросы от родителей* *Ответы ведущего, психолога, социального педагога* 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.

Приложение к сценарию

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.