

Учим противостоять манипуляции

1. Объясните, как работают манипуляции, и приведите примеры уловок, которые используют злоумышленники, направленные на оказание давления на подростка через стыд, изоляцию от родителей, на создание ложного чувства исключительности.
2. Научите говорить «нет» без оправданий. Говоря «нет», подростки могут ссылаться на родителей («Родители не разрешают»), а могут отказывать без объяснений, просто четко обозначив свое нежелание что-то делать или в чем-то участвовать («Я не могу», «Я не хочу», «Мне некогда»). Эта техника называется «конструктивный отказ».
3. Обсуждайте с подростком опасные сценарии (включая реальные истории из жизни), при этом важно не запугивать ребенка, а учить его реально оценивать последствия противоправных действий.
4. Научите подростка технике «Три вопроса», перед совершением действия нужно спросить себя: Кому это выгодно? Что будет, если я соглашусь? Как я буду себя чувствовать после?
5. Развивайте критическое мышление: Поощряйте подростков задавать вопросы и критически оценивать информацию. Это может включать в себя обсуждение новостей, рекламы или онлайн-контента, чтобы научить их различать факты и манипуляции.
6. Поощряйте независимое принятие решений: Помогите вашему ребенку развить навыки независимого принятия решений, обучая его взвешивать плюсы и минусы различных вариантов и учитывать потенциальные последствия своих действий. Помните: чем больше ребенок доверяет вам, тем меньше риск, что он попадет под чужое манипулятивное влияние.

Учим противостоять манипуляции

1. Объясните, как работают манипуляции, и приведите примеры уловок, которые используют злоумышленники, направленные на оказание давления на подростка через стыд, изоляцию от родителей, на создание ложного чувства исключительности.
2. Научите говорить «нет» без оправданий. Говоря «нет», подростки могут ссылаться на родителей («Родители не разрешают»), а могут отказывать без объяснений, просто четко обозначив свое нежелание что-то делать или в чем-то участвовать («Я не могу», «Я не хочу», «Мне некогда»). Эта техника называется «конструктивный отказ».
3. Обсуждайте с подростком опасные сценарии (включая реальные истории из жизни), при этом важно не запугивать ребенка, а учить его реально оценивать последствия противоправных действий.
4. Научите подростка технике «Три вопроса», перед совершением действия нужно спросить себя: Кому это выгодно? Что будет, если я соглашусь? Как я буду себя чувствовать после?
5. Развивайте критическое мышление: Поощряйте подростков задавать вопросы и критически оценивать информацию. Это может включать в себя обсуждение новостей, рекламы или онлайн-контента, чтобы научить их различать факты и манипуляции.
6. Поощряйте независимое принятие решений: Помогите вашему ребенку развить навыки независимого принятия решений, обучая его взвешивать плюсы и минусы различных вариантов и учитывать потенциальные последствия своих действий. Помните: чем больше ребенок доверяет вам, тем меньше риск, что он попадет под чужое манипулятивное влияние.