



LỚP 6 - 8 ĐÀM THOẠI TRONG GIA ĐÌNH

KỸ NĂNG QUAN HỆ TRONG CUỘC SỐNG ĐIỆN TỬ



Nói Về Cách Con Bạn Có Thể Chống Lại Áp Lực Để Luôn Được Kết Nối

Con bạn đang học cách suy ngẫm về những tác động tích cực và tiêu cực của việc sử dụng mạng xã hội đối với tình bạn của chúng. Sử dụng những câu hỏi này để nói chuyện với họ về cách sử dụng mạng xã hội để xây dựng và duy trì các mối quan hệ lành mạnh và chống lại áp lực phải luôn được kết nối.

Dùng ba câu hỏi sau đây:

1. *Ba mẹ nghe thấy con đang nói trong lớp về cảm nghĩ của con về mạng xã hội. Kinh nghiệm của con thế nào? Con thấy có tích cực hơn? Tiêu cực? Hay cả hai?*
2. *Mạng xã hội đã ảnh hưởng đến tình bạn của con như thế nào?*
3. *Con có thể làm gì để giúp con có trải nghiệm tích cực khi sử dụng mạng xã hội và chống lại áp lực phải luôn được kết nối?*
 - Lắng nghe (hoặc gợi ý nếu cần):
 - *Thay đổi thông báo của con để con không bị cám dỗ hoặc bị áp lực phải luôn xem.*
 - *Thay đổi cách chia sẻ và đăng tin trong một nhóm nhỏ hơn.*
 - *Nói rõ với bạn bè khi con cần thêm khoảng cách hoặc không có thời gian để nói chuyện.*
 - *Bàn việc với bạn bè để quyết định cách tốt nhất để kết nối với nhau.*

Tìm hiểu thêm về cách giao tiếp trực tuyến tại commonsense.org/online-relationships-tips-for-families!

Vietnamese



Bài soạn cho gia đình lớp 7 bài *My Social Media Life*, hoặc 6–8 hoạt động trong lớp *Friendships & Social Media*



RELATIONSHIPS & COMMUNICATION

*We know the power
of words & actions.*

