

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«СИНИЙ КИТ»

НА ЧТО СЛЕДУЕТ ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ:

1. **Подросток не высыпается, даже если рано ложится спать. Проследите, спит ли ваш ребенок в ранние утренние часы.**

2. **Рисует китов, бабочек, единорогов.**

3. **Состоит в группах, содержащих в названии следующее: "Киты плывут вверх", "Разбуди меня в 4.20", f57, f58, "Тихий дом", "Рина", "Няпока", "Море китов", "50 дней до моего..." хэштеги: домкитов, млечный путь, 150звезд, ff33, d28, хочувигру.**

4. **Закрывает доступ к подробной информации. В переписке с друзьями (на личной стене) есть фразы "разбуди меня в 4.20", "я в игре". Опасно, если на стене появляются цифры, начиная от 50 и меньше.**

5. **Переписывается в вайбере (и др. мессенджерах) с незнакомыми людьми, которые дают странные распоряжения.**

1. **Смириться с тем**, что вы не можете полностью контролировать жизнь подростка. Если вы начнете давить на него и запрещать "сидеть" в Интернете, он уйдет в себя и будет делать то же самое, но в тайне от вас.

2. **Сколько бы сил у вас ни отнимала работа** и прочие дела, вы должны выкраивать время для детей. Важно показать ребенку, что вы в любой момент готовы его выслушать. Дайте ему возможность подружиться с вами.

3. **Если подросток разместил на своей странице** фразы или иллюстрации на тему самоунижения, нанесения себе увечий, это плохой знак. Следует насторожиться, если на его страничке часто встречаются медузы, кошки, бабочки, единороги и киты, плывущие вверх. Спросите ребенка, что это означает, причем обычным, не заискивающим тоном. Внимательно выслушайте его ответ.

4. **Некоторые подростки отличаются крутым нравом** — такие будут сопротивляться вам изо всех сил. В этом случае лучше вместе пойти к психологу. Другим детям достаточно просто сказать "нельзя" — они и не подумают ослушаться. Третьим важно объяснить свою позицию логически. Главное — правильно выбрать тип поведения, который соответствует вашему ребенку.

5. **Если раньше ваши отношения не были очень теплыми** и доверительными, то не стоит в мгновение ока пытаться стать образцовым родителем. Демонстрация суицидальных наклонностей — это ведь тоже зачастую способ манипуляции.

6. **По некоторым данным, неизвестные грозятся** выяснить по IP-адресу, где живет подросток, и убить всю его семью, если тот не совершит суицид. Запомните: IP не дает никакой информации о личности человека! Единственное, что может сделать злоумышленник, — обратиться с запросом к провайдеру, который, скорее всего, не станет делиться с неизвестным человеком конфиденциальной информацией.

7. **Гораздо больше можно узнать**, изучив личные страницы подростка. Там, как правило, указано, в каком районе города он живет, где учится, кем работают родители. Удалите данные, которыми могут воспользоваться злоумышленники.

8. **Если вы хотите установить на смартфоне** ребенка программу слежения, стоит обязательно предупредить его об этом и получить согласие. Многие подростки не выносят грубого вмешательства взрослых в свою жизнь. Тем более, если ребенок захочет продолжить "игру" без вашего ведома, он в любом случае это сделает.

9. **Не читайте новости о суицидах** и не поддавайтесь истерии, нагнетаемой в Интернете. Не стоит заниматься самоисследованием на тему "Хороший ли я родитель?". Знайте — вы хороший родитель хотя бы потому, что ищите ответ на вопрос, как защитить своего ребенка.

РАЗБУДИ МЕНЯ
В 4.20

ИГРА СИНИЙ КИТ