**Памятка для родителей**

**В связи с опасными играми специалисты дают родителям следующие рекомендации:**

* 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.
* Если подросток разместил на своей странице фразы или картинки 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.
* 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.
* Если раньше ваши отношения не были очень теплыми и доверительными, то не стоит в мгновение ока пытаться стать образцовым родителем. Демонстрация самоповреждающего поведения – это ведь тоже зачастую способ манипуляции. Если подросток закрепит успех шантажа, вам не поздоровится!
* 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 никакую информацию о личности человека! Единственное, что может сделать злоумышленник, – обратиться с запросом к провайдеру, который, скорее всего, не станет делиться с неизвестным человеком конфиденциальной информацией.
* 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.
* 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.
* 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.
* Всероссийский бесплатный анонимный телефон доверия: 8 800 2000 122

**Уважаемые родители уделяйте как можно больше внимания своим детям!**