

## **Способы уберечь детей от опасных групп в социальных сетях.**

Каждый родитель должен задать себе вопросы, чтобы понять, насколько они близки со своим ребенком, и что сделать для того, чтобы наладить отношения с детьми.

*Профилактические темы-вопросы родителям (их три):*

1. Многие дети боятся взрослеть. Они не верят, что во взрослой жизни их ждёт что-то хорошее. Могут ли дети, глядя на нас, поверить, что взрослая жизнь несёт что-то, кроме тяжести и ответственности? Есть ли в нашей жизни, несмотря на всю ее сложность - радость и жизненность? Дети смотрят в будущее через нас, как через фильтр? Говорим ли мы – вот вырастешь, узнаешь, как это сложно?

2. Может ли ребёнок рассказать нам о том, что его беспокоит, о чем-то тяжелом и сложном. Зная, что его просто выслушают, поддержат, не будут давать советы, не будут кричать, что он разочаровал, расстроил. Может ли он опереться на нашу силу. Может ли рассчитывать на нашу помощь, если она нужна. Знает ли ребенок, что вы сможете выдержать любые его эмоции.

3. Умеет ли ребёнок быть сам? Умеет ли ребёнок играть сам или сразу тянется к мультикам, умеет ли находить сам себе занятия или часто говорит "мне скучно", придумайте что-то для меня. Иногда ребёнок уходит в сеть – от того, что просто не знает, куда направить своё внимание.

## **Как уберечь ребенка от нашествившей смертельно опасной игры:**

4. Давать ребёнку возможность отдохнуть, восстановить силы. Определить нет ли у ребёнка ощущения, что вся его жизнь превратилась "в школу"... (школа – важная, но только часть жизни). Ребенок будет искать возможности выйти из-под пресса ответственности и усталости.

5. Научить ребёнка прощать себе свои ошибки, а взрослому позволять ребёнку ошибаться?

6. Не нагружать ребёнка чрезмерно своими родительскими ожиданиями, не висеть над ребёнком грузом - "у нас в семье все академики (математики, художники и так далее).

7. Ребёнок должен иметь возможность хоть в чем-то сам принимать решение. Должны быть свои ответственности дома.

8. Должен осознавать ценность заботы о своём теле – тело. Тело – наш первый "дом". Если нам в нем плохо и небезопасно – в глобальном доме – в мире – сложно будет почувствовать комфорт. Ребёнок должен видеть, как заботимся о нашем теле мы (зарядки-тренировки, сбалансированное питание, душ и т.д.)

9. Ребёнок должен иметь возможность позволять себе просить о помощи и принимать помощь?
10. Родитель должен знать об особенностях возраста ребёнка. О том, что имеет смысл от него ожидать, а что совершенно нереально.
11. Нужно научить ребёнка говорить "нет", когда это нужно? Учить отстаивать свои границы, говорить "это моё"? Позволять ребёнку задавать неудобные вопросы?
12. Знать, что ребенок о себе думает сам, что говорит о себе, что в себе ценит. Обращать внимание не только на ошибки ребёнка, но найти за что похвалить.
13. Самое главное – это близость. В семье должно быть ощущение эмоциональной связи родителя и ребёнка.

Родители должны ответить на вышеперечисленные вопросы, найти свои ошибки в своём стиле воспитания и общения с детьми.

# КАК ОБЕЗОПАСИТЬ РЕБЕНКА: СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

## ЕСЛИ ВЫ ЗАМЕТИЛИ:



**ВАШ РЕБЕНОК В ОПАСНОСТИ**

## ВАШИ ДЕЙСТВИЯ

Поговорите с ребенком

- Выясните, почему его поведение изменилось

- При необходимости обратитесь за помощью к специалисту