|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1.Важно с большим вниманием относиться к тому, что говорят дети. Потому что мы, взрослые, думаем, что дети и подростки часто выдумывают. Что должно в первую очередь обратить на себя внимание родителей: это когда ребенок не общается с друзьями в реальном мире, когда его контакты в реальном мире сведены к минимуму, он почти не выходит из своего компьютера или телефона, вся его жизнь протекает там. Когда есть такая абсолютная обособленность, отрезанность от мира, это может говорить о возможном существовании депрессии у подростка. Потому что для подростка очень важно иметь контакты с кем-то. Отношения с одноклассниками, с девушками и парнями для них имеют первостепенное значение, и если этих контактов нет, то подросток будет чувствовать себя абсолютно изолированным и отрезанным и не таким как все. Если в реальном мире нет группы, нет людей, с которыми подросток связан, тогда он будет искать компенсацию этого в виртуальном мире и, к сожалению, в подобных группах.2. Подростки становятся максимально покладистыми для родителей. "Когда они не стараются бунтовать, высказывать свое мнение, это тоже должно обращать на себя внимание. Просто потому, что для подростков нормально бунтовать, нормально высказывать свое мнение, которое обычно отличается от родительского. Таким образом, они строят свое «Я». Значит, внутри кипит жизнь, бунтарская, но она кипит. Обычно это высказывается в такой манере, как претензия к родителям, и это достаточно нормально для подростка.  | Быть тихим, изолированным, полностью погруженным в компьютере, не ходить с друзьями, не общаться - это для подростка не естественно. 3.Подросткам необходим мир чувств, который можно обсудить в семье. Сообщения об играх, они как будто будоражат внутренний мир чувств. Многие из нас, взрослых, убегают в работу, в действия, в шоппинг, алкоголь для того, чтобы заглушить чувства, чтобы не оставаться наедине с собой или детьми, чтобы не остаться со своим внутренним миром. Сложно переживать, быть с чувством боли, любви, обиды или злости. Подростки это также видят. И тогда они ищут любую возможность, любые моменты, где бы они могли соприкоснуться с чувствами. И вот такого рода "игры" вызывают иллюзию приобщенности к опыту переживания бури эмоций.4.Родителям важно уметь балансировать между контролем жизни подростка и предоставлением ему собственного независимого пространства. В некоторых семьях родителям очень сложно соблюдать баланс контроля и свободы с детьми, иногда мы хотим контролировать их жизнь полностью, тогда психологически становится трудно отпускать подростка, признавать в нем взрослеющую часть. И очень часто бессознательно в психике подростка "смерть" звучит как будто своего рода освобождение от контроля родителей, школы. Но это уже вопросы семейной психотерапии. Сейчас переходный период сдвигается, становится все раньше, и лет с 12-13 до 18 лет - это период, когда бушуют внутренние "землетрясения". И  |  в этот период можно, как и многое разрушить, так и многое создать и перестроить. В этот период подростки эмоционально очень хрупкие", - 5. Дети чувствуют себя одинокими в любой семье. Для ребёнка важно проговаривать события, которые произошли в течение дня, а также эмоции, сопровождающие эти события. Ребенок проговаривая свои чувства, он уже переживает их и эта тема закрывается на какое-то время, становится неактуальной. Взрослые очень серьезно могут помочь своим детям, просто проговаривая снова и снова их темы, даже если они незначительные – для ребенка это очень важно. Детей и подростков на вступление в группы «Синий кит», «Тихий дом» может толкать элементарное любопытство. Там они сначала делятся между собой переживаниями, начинается разговор, прощупывается психика ребенка, и потом уже планомерно готовится к тому, чтобы ребенок сделал над собой непоправимые вещи. Причем доходит до того, что ребенку указывают в какое время, в каком месте, и каким образом покончить с собой.Отметим, что в МВД РК призвали родителей усилить контроль за виртуальной жизнью своих детей, а также сообщать обо всех фактах вовлечения в суицидальные группы в социальных сетях, по которым незамедлительно "будут приняты соответствующие меры". |



**Как оградить детей от дурного влияния**

 **ГУ СОШ №30 г. Павлодар**

 **Январь 2017 г**