

## Родителям

Информации о группах смерти и игре Синий Кит на сегодняшний день настолько много, что родители подростков 12-17 лет впадают в панику и чрезмерные переживания по поводу своих чад. Здесь представлены основные признаки того, что с вашим ребенком происходит что-то серьезное и ему угрожает опасность, а также ресурсы, куда вы можете обратиться за помощью.

Стоит обратить внимание, что если вы заподозрили, что ваш ребенок принимает участие в игре Синий Кит или интересуется группами смерти, не принимайте радикальных мер! В период переходного возраста дети особенно ранимы и нестабильны в своих эмоциях и поступках. Поэтому ограничивать онлайн-общение лучше не стоит, поскольку это может оказаться для вашего ребенка особенно травматично.

Доктор Бенджамин Шайн (Benjamin Shain), руководитель отдела детской и подростковой психиатрии в NorthShore University Health System говорит, что обращаться на особые «знаки» в поведении вашего ребенка обязательно нужно, однако следует побороть желание вмешаться или радикально решить проблему.

«То, что родители должны сделать — это 90% времени слушать своего ребенка. Оставшиеся 10% следует потратить на то, чтобы помочь ему решить проблему», — добавляет Шайн.

### Признаки подростковой депрессии

- Изменение настроения (постоянная грусть, нетипичная раздражительность);
- Изменение уровня функционирования (неуспеваемость, потеря интереса к хобби или деятельности, которая всегда играла важную роль в жизни подростка);
- «Уход в себя» (прекращение общения с семьей, близкими друзьями);
- Изменение модели сна и бодрствования;
- Нехватка энергии (желание спать дольше и больше);
- Проблемы с концентрацией внимания;
- Необъяснимые боли.

Кроме того, касательно игры «Синий Кит», стоит обращать внимания на резкую смену увлечений ребенка. Если он стал рисовать китов, бабочек, если он особенно много времени проводит за

прослушиванием грустной музыки, если у него изменился стиль в одежде, если его общение большей частью перешло в интернет – стоит начать особенно уделять внимание своему ребенку. При этом постарайтесь как можно больше доверительно разговаривать с ним.

### **Куда обратиться, если ребенок интересуется Синим китом?**

В случае если вы заподозрили что-то неладное, вы можете обратиться за помощью и поддержкой не только в полицию. В 2016 году родители, чьи дети стали жертвами групп смерти, объединились и создали Сообщество по спасению детей от киберпреступности.

Вы можете обратиться к ним за помощью, а также на официальных страницах найти информацию о том, как вести себя с ребенком и что делать в таких ситуациях:

1. [Сайт](#)
2. Сообщество во [Вконтакте](#)
3. Сообщество в [Одноклассниках](#)

**Еще несколько полезных советов родителям**

# 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

