**Как ребёнку не стать жертвой социальных сетей**

**Признаки влияния суицидальных групп**

Самый главный признак суицидальных наклонностей – резкая смена поведения подростка. Если ваш ребенок стремится к изоляции, становится малообщительным, грустным, теряет свои прежние интересы и увлечения, перестает встречаться с друзьями, начинает пропускать школу – срочно принимайте меры!

**Признаки влияния групп для похудания**

Следующие признаки анорексии помогут вам вовремя распознать опасные наклонности вашего ребёнка. Снижение аппетита, вызванное неудовлетворенностью своим внешним видом. Увеличение времени, проводимого перед зеркалом. Снижение иммунитета, слабость организма: головокружение и хроническая усталость, боли в животе (особенно после еды). Повышенная ломкость и сухость волос, а также их выпадение, нарушение или прекращение менструаций. Присмотритесь к вашему ребёнку, его интересу к диетам и питанию, его нездоровому беспокойству к количеству потребляемых калорий. Следит ли за известными моделям в мире моды или сверх интерес к моде.

**Признаки влияния на подростка и работы вербовщиков**

Ваш подросток стал агрессивен. Часто говорит о несправедливости и необходимости радикальных изменений в своей жизни или жизни других. Если его суждения стали резкими и агрессивными по отношению к обществу – скорее всего он находится под влиянием вербовщика и необходимо это проверить и проявить больше внимание к ребёнку, присмотреться к его окружению и друзьям, с кем он общается и проводит больше времени, узнать новый круг его знакомств и далее смотреть по ситуации. Займите его полезным делом, которое бы научило его полезным навыкам.

**Признаки мошеничества с вашими детьми**

Следите ли вы, на что тратит подросток выданные вами деньги? Признаться подростку, что его обманули – тяжело, это задевает его самолюбие. Даже взрослому человеку рассказать, что его «облапошили» не легко, поэтому выявить эти неприятности у детей сложно. Постарайтесь запомнить сколько денег вы выделяете на карманные расходы и на что тратятся эти деньги. Бывает, что подростки не получив деньги у отца идут к матери, бабушке, дедушке. Поинтересуйтесь у них была ли выдачи средств, сколько, и вы поймете настоящий месячный бюджет вашего ребенка.

**Признаки травли подростка**

Угрюмость, угнетенное состояние, плохое настроение, замкнутость, нежелание идти на контакт с родителями – это верные признаки того, что у ребенка в жизни что-то не так. Если ваш ребенок ищет любой повод, чтобы не пойти в школу или поменять школу, при этом придумывает кучу изощренных отговорок, нужно обстоятельно разобраться в ситуации. Банальное нежелание учиться не проявляется, как правило, в постоянном «нытье».

**Как оградить детей от опасностей социальных сетей**

Расскажите ребенку об опасностях в социальных сетях. Чтобы избежать вышеперечисленных проблем, психологи советуют родителям наладить хороший контакт с детьми. Взрослые часто даже не подозревают о проблемах в жизни ребенка и не знают, как обеспечить его онлайн-безопасность.

Настройка компьютера ребенка/подростка для работы с интернет. Эксперты советуют разрешать пользование социальными сетями только на стационарных компьютерах и ноутбуках, где для обеспечения безопасности детей и подростков использовать специальные программы «родительского наблюдения и контроля». Эти приложения помогают отслеживать онлайн-активность ребенка, блокировать нежелательные сайты, устанавливать ограничения по времени на использование сети Интернет.

Используйте программу наблюдения – [InspectSystem для Родителей](https://inspectsystem.com/roditelskiy-kontrol/%22%20%5Ct%20%22_blank), чтобы контролировать работу за компьютером. Она помогает родителям вовремя распознать опасности, работает в режиме онлайн и реальном времени.

Используя программы наблюдения вы сохраните детей от фатальных ошибок поймёте, что сейчас происходит с вашим ребёнком.