

## ***Уважаемые родители!***



Согласно информации УВД России по Мурманской области в последнее время резко увеличилось число несовершеннолетних (подростки от 10 до 18 лет), вовлекаемых посредством социальной сети в Интернет группы («Синие киты», «Киты», «Тихий дом», «F – 57», «Киты +»), целью которых является доведение ребенка до самоубийства посредством выдачи определенных заданий.

Обращайте внимание на эмоциональное состояние вашего ребенка. Общайтесь, обсуждайте возникающие проблемы. Учите детей разрешать их, внушайте уверенность в себе и оптимизм. Если у вас возникают какие-либо вопросы и сомнения, вы чувствуете тревогу и опасение по поводу состояния вашего ребенка, обращайтесь за помощью к специалистам. Не стоит полагаться на время и на то, что когда-нибудь ситуация сама разрешится. Проявите бдительность. Специалисты помогут найти выход из трудной для вашего ребенка ситуации.

Вас должны насторожить следующие фразы: «все надоело», «ненавижу всех и себя», «пора положить всему конец», «когда все это кончится», «так жить невозможно», вопрос «а что бы ты делал, если бы меня не стало?», рассуждения о смерти и похоронах, обратит внимание на наличие у подростков, вовлеченных в какую-либо из указанных групп, телесных повреждений (порезы в виде надписей F – 57, F – 58, КИТ, 4.20 и др.).

Если вы заметили, что у ребенка есть суицидальные мысли или намерения, постарайтесь поговорить с ним «по душам». Не задавайте вопросов о суициде внезапно, если ребенок сам не затрагивает эту тему. Попытайтесь прояснить, что его волнует, не чувствует ли он себя одиноким, несчастным, загнанным в ловушку, никому не нужным, кто его друзья и чем он увлечен.

***Дайте понять ему, что он не одинок, что его проблемы все решаемы.***

***Не оставляйте ребенка одного в ситуации высокого суицидального риска.***

При обнаружении каких – либо фактов родителям необходимо незамедлительно сообщить в отдел полиции, при наличии телесных повреждений – в медицинское учреждение.