

**Батькам,  
щоб не допустити потрапляння дітей у небезпечні групи у соцмережах,  
рекомендується:**

1. Приділяти більшу увагу психологічному стану дитини.
2. Перевіряти шкіру дитини на наявність пошкоджень. У разі їх виявлення – з'ясувати обставини, за яких вони з'явилися.
3. Перевіряти облікові записи дитини в соціальних мережах та групи, до яких входить акаунт, стежити за вмістом спілкування у приватних чатах.
4. Звертати увагу на коло спілкування дитини.
5. Намагатися зайняти вільний час дитини спортивними або культурними секціями.
6. Обов'язково контролювати, які фото та відеофайли розміщені в гаджетах дитини.
7. Встановлювати функцію "батьківський контроль" на всіх гаджетах дитини.

**Поради для батьків:**

- створити дитині альтернативу – спорт, хобі, гуртки;
- розвивати таланти і здібності дитини;
- поцікавитися стосунками у школі та наявністю друзів, запрошувати цих друзів у гості, тобто заохочувати живе спілкування;
- поцікавитися у класного керівника та вчителів успішністю в навчанні, адже діти можуть приховувати «погані» оцінки;
- привчати дитину до суспільно корисної праці – допомоги по господарству, допомоги бабусям і дідусям, волонтерства, соціальних проектів для молоді;
- обмежувати час використання та доступ до комп'ютера, планшета;
- розвивати в дитини уяву і силу волі: складати разом історії та казки, обговорювати фільми, регулярно разом з дитиною займатися фізичними вправами, дбати про режим;
- спілкуватися з дитиною, проводити час усією сім'єю, щоб дитина не відчувала себе самотньою;
- влаштовуйте сімейні дні без гаджетів – коли всі члени сім'ї вимикають телефони і проводять час разом.