

О рисках распространения деструктивного контента в отношении детей и подростков в социальных медиа и его последствиях



Фото: Коллекция/iStock

ДЕСТРУКТИВНЫЕ СООБЩЕСТВА В СЕТИ-ИНТЕРНЕТ: КАК ЗАЩИТИТЬ СВОЕГО РЕБЕНКА.

Часть 2.

«Группы смерти» и их вариации — современное проявление подростковой романтизации смерти. Обычно дети попадают в такие группы в тот момент, когда им плохо: страшно, одиноко, они страдают от непонимания или находятся в состоянии конфликта. Попадая в закрытую группу, ребенок подвергается информационной интоксикации: он смотрит видео и читает тексты, якобы полные скрытых важных смыслов. Кроме того, он начинает ощущать угрозу: сделаешь что-то не так — исключат из группы, а значит, перестанешь быть избранным, лишишься поддержки группы и оснований чувствовать свое превосходство. Философия таких групп строится на том, что мир жесток и несправедлив; при этом подростку внушают, что в группе его любят и ценят. Чем больше он выполняет абсурдных или опасных заданий, тем более высокое положение занимает в группе.

Многие подростки приходят в такие группы, потому что им просто интересно, но постепенно группа начинает удовлетворять их потребность в признании. Вначале возникает привязанность, а потом и зависимость от лидеров группы. Таким образом, подросток попадает в замкнутую систему, подвергается постоянному информационному воздействию и постепенно перестает замечать вокруг себя другие точки зрения, другую информацию.

Обычно подросток, который участвует в смертельном квесте, подписан и на множество других пабликов. Если проанализировать содержание подписок,

можно заметить, что основные его интересы сконцентрированы на депрессивных группах. У подростка, находящегося в подавленном эмоциональном состоянии, ослабевают механизмы психологической защиты. Выполненные задания вызывают у него искреннюю радость и эмоциональную разрядку, он получает похвалу от куратора и становится еще более зависимым от игры. Из такой группы ребенок может выбраться только с помощью других людей.

«Центр защиты прав и интересов детей» разработал рекомендации для педагогов, которые позволяют повысить их компетентность в области предотвращения интернет-рисков. Указанные в этих **рекомендациях** признаки участия в опасных сообществах могут быть полезны и родителям.

1. Резкое изменение фона настроения и поведения, преобладание подавленного настроения.

2. Значительное время пребывания в интернете, переживание тревоги и негативных эмоций при невозможности выхода в интернет.

3. Общение в группе и просмотр видеороликов в ночное время, из-за чего ребенок выглядит невыспавшимся.

4. Соккрытие от взрослых страниц и действий в интернете, нежелание обсуждать происходящее в соцсетях со взрослыми.

5. Ведение одновременно нескольких страниц под разными именами, особенно от имени мальчика, и девочки.

6. Выполнение различных заданий и их видеозапись, в том числе связанных с агрессией по отношению к другим живым существам или с самоповреждениями.

7. Появление в речи, записях и на страницах в сети афоризмов, тегов, рисунков, связанных с суицидальным поведением («Раны на руках заглушают боль в душе», «Лети к солнцу», «Лифты несут людей в небеса»).

Как защитить своего ребенка и чем ему можно помочь? Советы родителям:

Интересоваться его жизнью. Когда с подростком происходит что-то, пугающее родителей, важно соотнести этот тревожный сигнал с общей картиной его жизни. Что еще вызывает у вас беспокойство, а что, напротив, вселяет оптимизм? Это может касаться и окружения ребенка, его эмоционального состояния, поведения. Важно знать, что происходит с ребенком, с его окружением, что его тревожит, что он чувствует, часто ли ему бывает одиноко. Нужно различать, когда подросток встречается с обычными

для его жизни и возраста сложностями и справляется с ними, а когда — не справляется.

Постарайтесь честно признаться себе: подозрительные группы — единственное, что вас беспокоит, или есть и другие проблемы? Например, ребенок мог внезапно начать мало (или много) есть или спать, он подавлен или резко стал замкнутым. Тревожными сигналами могут быть попытки бросить школу, конфликты с друзьями, одиночество, угрозы уйти из дома.

С другой стороны, есть ли у него в жизни что-то, что поддерживает, дает силы справляться с трудностями? Это может быть спортивная секция или клуб по интересам, школьные театральные постановки или подростковая музыкальная группа. Постарайтесь сделать так, чтобы подросток чаще оказывался именно в таких, поддерживающих ситуациях. Не менее важно приучить его звать на помощь взрослого в крайних обстоятельствах.

Говорить с ним, быть рядом. Самое важное, что стоит сказать своему ребенку, — что вам не все равно, что с ним происходит. Этот разговор лучше не откладывать, но выберите время, когда ему будет удобно говорить. Если у вас хороший контакт с ребенком, можно открыто рассказать, что вас беспокоит в его поведении, и напрямую спросить, нет ли у него проблем и не нуждается ли он в помощи.

Уважаемые родители, подросткам важно, чтобы в этой ситуации рядом был человек, который может внимательно выслушать, не перебивая и не оценивая.

Подросткам сложно осознать, что действительно важно и дорого в жизни. Необходимо говорить с детьми о семье, работе, о дружбе, показывать на своем примере, что действительно ценно. Читать вместе книги, обсуждать фильмы и сюжетные компьютерные игры. Важно научиться разговаривать с подростком на серьезные темы, даже если вы сами затрудняетесь с ответами: «В чем смысл жизни?», «Что такое смерть?», «Что такое дружба и любовь?» Дети не просто так увлекаются этими темами: подростковый опыт — время осознания себя, своих ценностей, поэтому им важно слышать и понимать, что ценно для родителей.

Не бойтесь делиться собственным опытом, размышлениями. Важно показать подростку, что жизнь ценна сама по себе, что можно получать удовольствие от повседневных событий и преодолевать любые трудности. Еще такой разговор покажет, что другие люди тоже сталкивались со сложными ситуациями и с успехом прошли через них.

Развенчивать мифы. Важно развенчать романтику, которой окутана тема суицида в подростковой среде. Нужно говорить о смерти, ее безвозвратности и неотвратимости, о том, что за ней ничего нет — ни волшебных миров, ни синих китов, что все это — обман. Откровенный разговор с подростком о том, как смерть и самоубийство выглядят на самом деле, станет важным шагом на пути его возвращения в реальность.

Пообщаться с кем-нибудь из его окружения. Это может быть классный руководитель, социальный педагог, школьный психолог, тренер или друг подростка — главное, чтобы у вас был хороший контакт с этим человеком. Бывает и так, что обеспокоенный классный руководитель или кто-то другой сам выходит на связь. Тут самое время выяснить, как вообще у ребенка обстоят дела с уроками или друзьями. Заодно можно узнать, в курсе ли в школе о «группах смерти», что по этому поводу думают или предпринимают другие взрослые.

Прервать «поток» и дать замену. Как и другие игры в интернете, смертельные квесты увлекают детей и заставляют «выпасть» из реальности. Но стоит прерваться на неделю — и игра утрачивает часть своей привлекательности. Если вы боитесь, что ваш ребенок уже играет в опасную игру, изолируйте его от средств связи, увезите на неделю, дайте выспаться. Как минимум он перестанет воспринимать сетевые угрозы как реальные, а, возможно, и вовсе перестанет воспринимать игру всерьез.

Такая «отключка» не решит его внутренние проблемы, а только прервет состояние игрового «потока». Дальше важно найти что-то, что нравится ребенку, и дать ему возможность этим заниматься. Поддержать его хобби, какую-то интересную для него деятельность, найти сообщество, где его будут ценить и поощрять его здоровые увлечения.

Обратиться за помощью к специалистам. Есть медицинские, социальные и психологические центры, куда можно обратиться за поддержкой, если ситуация становится небезопасной или вам трудно ее оценить самим. Причем помощь может пригодиться не только подросткам, но и родителям. Это могут быть индивидуальные или семейные консультации, частные или государственные центры, группы поддержки, телефоны доверия. Всегда есть возможность опереться на других людей и их опыт.

Вы всегда можете обратиться за помощью по бесплатному Детскому телефону доверия: анонимно и круглосуточно — 8 -800-2000-

*По проблемам безопасного использования интернета и мобильной связи Вы можете обратиться по бесплатному телефону Всероссийской службы телефонного и онлайн консультирования для детей и взрослых «Дети онлайн» - **8 800 25 000 15***

Подготовлено по материалам:

Л.В. Жихарева, *Виртуальные группы смерти: методология исследования, источник: <https://cyberleninka.ru/article/n/virtualnye-gruppy-smerti-metodologiya-issledovaniya>*

Интернет-издание Meduza, *Что делать, если ваш ребенок рисует «синих китов»? Инструкция, источник: <https://meduza.io/feature/2017/02/22/что-делат-esli-rebenok-risuet-sinih-kitov-instruktsiya>*

Онлайн-журнал *Psychologies.ru*, *Почему подростки играют со смертью, источник: <https://www.psychologies.ru/self-knowledge/pochemu-podrostki-igrayut-so-smertyu/>*