

## Как уберечь ребёнка от влияния деструктивных сообществ

### в социальных сетях

Дети и социальные сети — это тема стала одной из самых болезненных в современном обществе. Как обезопасить ребенка в интернете? Нужно ли запрещать ему регистрацию в социальные сети? Каким образом выстроить взаимоотношения со своими детьми, увлеченными интернетом и посещением различных сайтов, а также форумов? Эти и многие другие вопросы волнуют практически каждого родителя, который заботится о здоровье и безопасности своего чада.

Ведь в последнее время в СМИ постоянно публикуется информация о массовых самоубийствах, предположительно вызванных деятельностью «групп смерти». Все это не может не беспокоить взрослых. Возможно, наши советы помогут вам сформировать у своих детей правильное отношение к Всемирной паутине. В первую очередь вы должны понимать, с какими опасностями он может там столкнуться.

- Мошенники
- Извращенцы
- Пагубное влияние интернет контента
- «Группы смерти» - это одно из самых страшных проявлений интернета.

Благодаря детскому любопытству некие группы, которые в основном располагаются в социальных сетях, методично подводят подростков к самоубийству. Самое страшное в этой ситуации это то, что под влияние «групп смерти» попадают вполне благополучные дети. Они талантливы, обласканы родителями и имеют все необходимое для счастливой жизни. Но почему-то именно они как загипнотизированные бросаются с крыш многоэтажек и ложатся на железнодорожные рельсы под идущие поезда.

#### ***Что нужно об этом знать?***

Этот должны знать все родители, чтобы защитить своих детей от рокового шага, чтобы научиться распознавать малейшие симптомы надвигающейся трагедии, чтобы подсказать другим родителям и педагогам в школе.

#### **Как подростки находят группы смерти**

Очень просто – достаточно лишь проставить соответствующие хештеги «т.е. статус».

Работа таких групп основана на любви подростков к тайнам и мистицизму. Им страшно и интересно. После попадания в заветную группу у её участников создается чувство ложной ущербности, мнимой усталости от жизни, чувство жизненного тупика, одновременно с этим игра в утешение и кодирование на суицид.

## Какие дети в группе риска?

Это не зависит ни от благополучия семей, ни от занятости ребёнка, это как секта, как гипноз, когда люди не отвечают за свои действия, обычные дети из обычных семей, хорошо учатся, занимаются в кружках и секциях, любимы дома только очень много "благоприятных" внешних обстоятельств, которые приводят к неуверенности в себе и внутреннему одиночеству:

- не ладятся отношения с одноклассниками
- нет понимания среди сверстников
- первая несчастная любовь
- недовольство своей внешностью
- массивное влияние социальных сетей
- юношеский нигилизм
- потеря к этому возрасту родительского авторитета
- поиск адреналина (это естественно для этого возраста)

И вот это уже человек, которым легко манипулировать и вести за собой в бездну... не застрахован НИКТО!

## Как родителям заметить, что ребёнок находится в рискованной группе социальной сети:

Есть несколько признаков, свидетельствующих о суицидальных намерениях подростка. Бить тревогу необходимо, если одновременно совпало несколько симптомов:

- Беспричинное изменение поведения. Был спокойным — стал нервным. Или был агрессивным, задиристым, а стал «тормозным» или нарочито вежливым.
- Нарушение сна: сонливость или бессонница. Поверхностный сон: ребёнок вроде бы спал достаточно долго, но просыпается невыспавшимся.
- Общительный подросток становится вдруг замкнутым, использует в общении односложные ответы.
- Пренебрежительное отношение к своей внешности у подростков, которые раньше не были в этом замечены: сын или дочь перестаёт умываться, чистить зубы, одевается неопрятно.
- Публикация на своей страничке мрачных образов или цитат, связанных со смертью.
- Употребление спиртного и наркотиков теми, кто ранее не злоупотреблял ими.
- Явная замедленность темпа речи, монотонность. Действия, которые можно трактовать как прощание, завершение: непривычные разговоры о любви к

родителям, попытки закончить проекты и дела, раздаривание любимых вещей друзьям.

Наблюдайте за своими детьми. Контролируйте их пребывание в социальных сетях и проверяйте их мобильные телефоны и компьютеры.

### **Как уберечь ребёнка от «групп смерти»?**

Мысли о суициде или увлечение опасными играми могут свидетельствовать о том, что в ребёнке накопилось много энергии, которая не находит подходящего выхода.

- Профилактикой будет знакомство подростка с местами и способами раскрытия своего потенциала. В некоторых подростках бурлит особенно много возбуждения и азарта. Нужно знакомить с «экстремальными», но безопасными видами досуга: скалодром, картинг, пейнтбол, секция борьбы.
- Профилактика — рассказы родителей о том, в каких ситуациях им приходилось обращаться за помощью, объяснение того, что самостоятельность и автономия — это важные ценности, но не абсолютные. Иногда человеку важно решать задачи в одиночку, но порой они решаются только тогда, когда ты в хорошей команде с другими людьми.
- Профилактикой является искренний интерес к ребёнку. Ему важно знать, что в центре внимания родителя его личность, его переживания, а не оценки, социальные успехи, внешний вид, вкусы — это второстепенное.

### **Что делать родителям в этой ситуации?**

#### **Что нужно делать:**

- Подозревая, что ребенок заинтересовался нежелательным контентом, проверяйте историю посещения ресурсов через браузер, но только когда ребенок этого не видит.
- Между прочим спрашивайте, на каких соцсетях он любит больше «тусоваться» и где бывают его сверстники. Так вы узнаете, чем ваш ребенок дышит, и проявите заинтересованность жизнью подростка, что для его эмоционального равновесия на данный момент важно.
- Спросите «Как дела в школе?» спросите: «Тебе нравится твой класс? Твой учитель? Почему?» Вместо «Что ты сегодня ел?» — «Тебе понравился школьный обед? Чем именно?» Призыв к чувствам ребенка заставляет его давать развернутые ответы, а не «Все ок», «Да» или «Нет» — так вы узнаете о его эмоциональном состоянии, плюс ребенок, поняв (после нескольких дней), что вам важны его чувства, будет готов к вашим вопросам о любовных и дружественных отношениях, страхах и разочарованиях в жизни.

#### **Чего нельзя делать:**

- Требовать от ребенка пароль от соцсетей или просить показать его сообщения — это вызовет обиду и гнев подростка за то, что родители

нарушают его личное пространство, которое в этом возрасте — главная психологическая потребность.

- Употреблять фразы (даже в ссоре): «Из-за тебя у меня болит голова», «Своим поведением ты доведешь меня до больницы», «Как тебе не стыдно, ты мать довел до слез!» и т. п. Они вызывают злость у ребенка на самого себя, ведь на самом деле он любит своих родителей. В результате возникает аутоагрессия, которая подталкивает ребенка на нанесение физического вреда себе.
- Лезть в душу, задавая вопросы, которые в вашей семье раньше не практиковались: «Как дела на личном фронте?». Во-первых, ребенок постесняется откровенничать и закроется. Во-вторых, если раньше подобные темы не поднимались в семье, подросток начнет подозревать, что за ним началась слежка. Поэтому станет еще больше «шифроваться» — закрывать свои странички от других пользователей.

**Что подталкивает детей играть в опасные для их жизни игры в социальных сетях?**

**Дети делают это по нескольким причинам**

- Во-первых, интерес к "группам смерти" вызван желанием самоутвердиться. Подросткам важно заявить о себе: какой я, чего заслуживаю? Им хочется доказать себе и другим, что они чего-то стоят. При этом ребенок уверен, что с ним ничего плохого не случится.
- Особое влечение ко всему непознанному, в том числе наблюдается интерес к теме смерти. Они склонны романтизировать события и в силу своего возраста не могут предугадать последствия своих действий, начинают заигрывать со смертью, и это приводит к трагедии.
- У детей в подростковом периоде обостряется потребность в удовольствии. В погоне за этим удовольствием дети могут включиться в опасную для них игру. Ведь эффект от участия в подобных играх способствует выбросу адреналина в кровь. Эта таинственность, загадочность, чувство опасности как раз и дают эти физически приятные ощущения. "Соскочить" с этого на самом деле очень сложно, потому что ребенок попадает в своеобразную западню из-за своего влечения к теме смерти.
- У подростка очень ярко выражена потребность к безграничной свободе, то есть ему во что бы то ни стало надо сепарироваться от родителей и даже не важно куда. Уход в игру – это тоже возможность отделиться от них и получить эту свободу. Правда, это лишь иллюзия, но им об этом неизвестно.

Влияет на предрасположенность к таким играм и отношения ребенка с родителями, то есть непонимание родителями ребенка, незнание его потребностей. Когда родители увлечены обустройством собственной жизни, детям не достаточно их внимания. Тогда они начинают находить способы удовлетворения этой потребности. Это побуждает их увлекаться рискованными

играми и попадать под влияние "торговцев смертью". Предполагается, что смерть может избавить ребенка от одиночества, от его неудачной и несчастливой жизни, от непонимания.

## **Нужно ли все-таки родителям разговаривать на эту тему с детьми?**

Говорить с ребенком на эту тему, конечно, надо. Но каким образом говорить?

**Не надо рассказывать:** Ты знаешь, я узнала, что существуют такие игры в социальных сетях... Вот у моей приятельницы (или коллеги по работе) ребенок играет...". То есть ни в коем случае не надо пробуждать у ребенка интерес к этому!

**Нужно говорить о том,** как полезно жить! Говорить об увлечениях, о хобби, о разных интересах, о путешествиях, о героях, которые спасают жизни людей, говорить о последствиях неоправданного риска, что излишний риск и всякие проверки "на слабо" – это показатель детскости, а не взрослости.

*При необходимости нужно обращаться за помощью к психологу. Ведь родитель, несмотря на свою любовь к ребенку, не всегда знает, как правильно построить этот диалог, он не знает особенности психологии подростка. Поэтому, когда есть какое-то подозрение, что ребенок может себе как-то навредить, родители должны не стесняться обращаться за помощью.*

## **Памятка для родителей по безопасному использованию сети Интернет**

1. Обсуждайте с детьми их общение, друзей и действия в Интернете точно так же, как другие действия и друзей.
2. Создайте список семейных правил использования Интернета дома. Расскажите, какую информацию не следует разглашать в Интернете, а также предоставьте инструкции по общению с другими в Интернете, включая общение в социальных сетях.
3. Компьютеры, подключенные к Интернету, должны находиться в открытом месте, а не в спальне ребенка-подростка.
4. Изучите средства фильтрации Интернет-содержимого (такие средства родительского контроля функции семейной безопасности Windows Live)
5. Защитите ваших детей от всплывающих окон с оскорбительным содержимым с помощью функции блокировки всплывающих окон, встроенных в браузер.
6. Следите за тем, какие сайты посещает ваш ребенок-подросток и с кем он общается.
7. Настаивайте на том, чтобы они никогда не соглашались на встречу с друзьями, с которыми они познакомились в Сети.
8. Научите детей не загружать программы, музыку или файлы без вашего разрешения.

9. Поговорите со своими детьми-подростками о содержимом в Интернете, предназначенном для взрослых, а также укажите им сайты для детского отдыха и развития.

10. Помогите им защитить себя от спама. Проинструктируйте своих детей-подростков никогда не давать свой адрес электронной почты при общении в Интернете, не отвечать на нежелательные почтовые сообщения

*Мы не можем полностью оградить ребенка от интернета, да это было бы неправильным. К тому же все перечисленные опасности достигнут вашего ребенка лишь тогда, когда он будет в социальных сетях находиться больше, чем в реальном мире. Чтобы этого не произошло, продолжайте читать с детьми книги, смотреть вместе фильмы, ходить в музеи, играть в совместные игры, разговаривать и объяснять. Все хорошо в меру.*