



«Контакт» важнее, чем «контент»: как уберечь ребенка от плохой виртуальной компании

Как выйти из оффлайна Ваших отношений и уберечь подростка от потенциальной угрозы

Ваш ребенок больше проводит время в социальной сети «ВКонтакте» чем в живом в контакте с Вами? Как выйти из оффлайна Ваших отношений и уберечь подростка от потенциальной угрозы?

Сегодня в СМИ все чаще появляются подогретые паникой новости и противоречивая информация об опасных интернет сообществах и так называемых «группах смерти» для подростков, городских квестах с риском для их жизни. Почитать об этом и составить свое впечатление можно даже теперь в «Википедии», открыты для ознакомления бывшие диалоги подростков с арестованными агитаторами, появились группы активистов, ведущие самостоятельную борьбу против «темной стороны» интернета. Это породило в среде родительского сообщества массу резонных волнений, паник и стихийных воспитательных попыток запретить подросткам использовать социальную сеть «ВКонтакте» — излюбленное место встречи молодежи в интернете.

Многие родители с большой активностью открыли свою партизанскую войну в «глобальной паутине», начиная от пристального изучения профайлов своих детей до требований удалить свою страничку. Так ли эта проблема выглядит, как о ней говорят? Стоит ли еще больше усложнять и без того непростые отношения с подростками в вопросе доверия и свободы? Что важно знать об этом, чтобы заранее увидеть первые «тревожные звоночки» в поведении Вашего ребенка или его друзей? Что делать со своей тревогой по поводу этой проблемы, чтобы не переносить ее на хрупкие плечи ребенка?

Мы никогда до конца не будем знать, что делает наш подросток в интернете и сколько у него там страничек и кто скрывается за «никами» его виртуальных друзей, и какой пост/репост является простым «приколом» или криком его души! Но мы точно можем сохранить с ним близкий и доверительный контакт, чтобы он не искал нам замену, спасение и поддержку в сомнительной виртуальной компании.

В этой статье мы расскажем, что **СЕГОДНЯ** происходит в поле этой проблемы и как быть **«ВМЕСТЕ»** со своим ребенком!

Вот важные факты о положении дел с опасными интернет-сообществами для подростков:

Зачистка

- Владельцы сети «ВКонтакте» серьезно позаботились о закрытии и блокировке огромного количества реальных и подозрительных сообществ. Сегодня при поиске и запросе тем связанных с суицидом и смертью, опасных и нашумевших хэштегов, подростки не найдут опасных групп, а будут адресованы к психологическим интернет-службам и телефонам доверия. Более того! Уже появились анти-суицидальные группы и сообщества помощи среди социально активных представителей молодежи, социальная реклама и разоблачающие призывы видео блогеров. Вы можете сами убедиться в этом с помощью поисковика.
- Вы можете также сами позаботиться о безопасности детей в интернете и в случае, если Вы нашли подозрительный и определенно опасный контент с призывами и склонением к суициду, то незамедлительно сообщите о данной ссылке контролирующим службам.

ОТПРАВИТЬ ЖАЛОБУ

Роскомнадзор:

<https://eais.rkn.gov.ru/feedback/>

<https://rkn.gov.ru/treatments/ask-question/>

Лига безопасного интернета:

<http://ligainternet.ru/hotline/>

УЗНАТЬ ПОДРОБНЕЕ

<https://vk.com/rkn> — Страничка Роскомнадзора, отчеты о проблеме, ответы на все волнующие вопросы по данной теме.

<http://rkn.gov.ru/treatments/p459/p463/?print=1> — Подробнее о правовых аспектах и систему регулирования контента для детей в интернете.

Важно критично и внимательно подойти к этому вопросу, помня выражение «патология — в крайностях», и отличать просто грустные и депрессивные группы с философским контентом и нейтральным изображением китов от явных призывов уйти из жизни и предложением конкретных способов как это сделать.

Причины, по которым подростки попадают в сети:

Очевиден тот факт, что подростки особо чувствительная и внушаемая аудитория интернет-пользователей, но, несмотря на бытующее мнение, что «туда» может попасть абсолютно любой тинэйджер, специалисты общероссийского детского телефона доверия 8-800-2000-122 назвали основные причины, почему подростки на самом деле попадают в подобные виртуальные группы и игры:

- Желание уйти от проблем и психологического давления в семье и школе, прежде всего от конфликтов и непонимания со стороны родителей;
- Внутренняя пустота, одиночество, тревога, ощущение, что они никому не нужны. Острая нереализованная потребность почувствовать, что родители их любят, они всегда рядом и не осудят.
- Любопытство и привлекательность запретной темы, попробовали за компанию с друзьями, но потом попали под влияния и боялись выйти;

- Потеря веры в себя и смысла собственной жизни, ощущение собственной беспомощности, боль одиночества, страхи;
- Психологическая травма, непереносимость ситуации, незнание как жить после травмирующей ситуации и т.д.

Как видите, каждая из причин так или иначе связана с острыми негативными переживаниями подростка, которые можно заметить и предупредить, если быть внимательным к изменениям в его эмоциональном состоянии и поведении.

На что следует обратить внимание и что может быть поводом для обращения к психологам или специалистам телефона доверия для детей и родителей **8-800-2000-122**.

- Стал замкнутым и отдалился от Вас и от прежней компании друзей, перестал следить за своим внешним видом, выглядит отрешенным и равнодушным ко всему, в основном проводит время в одиночестве.
- Перестал высыпаться, изменил режим дня без видимых на это причин, выглядит встревоженным и нервным.
- Потерял интерес к учебе и равнодушен даже к ранее любимым предметам, что подтверждают не только оценки, но и переживания учителей.
- На теле появились царапины, шрамы, надрезы, ожоги.
- Неожиданно фанатично увлекся психоделической музыкой, выбирает темные цвета одежды.
- Его страничка в социальных сетях стала ограниченной и закрытой или появилась дополнительная с отсутствием реальных персональных данных и личных фото, он удалил многих друзей, появились посты депрессивного содержания или посты со странными кодами.
- Стал рисовать в тетрадях или отдельных листах странные символы или значки, мрачные рисунки.
- Стал мало времени проводить в семье, и все время занят с кем-то в интернете, на Ваши вопросы о том, с кем он общается, не дает внятного ответа и отстраняется, отделяясь формальными фразами. Вы чувствуете, что он что-то скрывает и не искренен с Вами, нежели чем раньше.
- Стал тревожно оглядываться на улице и нервно проверяет телефон, все время прячет его от Вас, не оставляет в комнате в Вашем присутствии, нервно закрывает страничку в интернете, если Вы подходите к компьютеру или планшету.
- В его речи появились странные фразы про бессмысленность бытия и наводящие на мысль выражения, что самоубийство — это личный свободный выбор, а смерть — это нормально, что каждый должен сам решать, когда и как достойно умереть. Возможно, подросток начнет рассказывать Вам о красивом философском замысле смерти и попытается проиллюстрировать примерами из мировой истории свои слова. Вы будто почувствуете, что он «говорит не своими словами», будто кто-то «вложил эту мысль» в его голову, особенно если раньше он так не думал. Могут проскакивать вопросы — «что вы сделали бы, если бы я умер?», «что вы сказали бы на моих похоронах?».

Многие из этих маркеров поведения могут также проявиться у подростка, если у Вас с ним сложные отношения, в основном присутствуют запреты, нет доверия и открытого диалога между Вами. Важно отличать резкие перемены в поведении при ранее благоприятных отношениях или протест в ответ на конфликт между Вами.

<http://telefon-doveria.ru/category/lifehacks/>