

*Паника вокруг опасных игр в соцсетях, где подростков толкают к самоубийству, нарастает с каждым днем. Существует 2 вида данных игр:*

1. *Суть игр в том, что подросток вступает в определенные группы в соцсетях и выполняет по команде куратора 50 заданий. Задания разные и почти всегда связаны с увечьями или опасностью – вырезать лезвием на руке рисунок, пробежать перед несущимся поездом, зайти ночью в заброшенное помещение и т.д. Финальный приказ – убить себя. Часто, если ребенок отказывается, преступники вычисляют IP-адрес участника и говорят ему, что за эту трусость придется ответить его родным. **Названия игр (их гораздо больше, эти самые популярные):** «Синий кит»; «Киты плывут вверх»; «Разбуди меня в 4:20».*
2. *Игра «Беги или умри». Прямой задачи умереть нет, но надо пробежать перед самым носом машины. Второй ребенок снимает это на телефон. Потом видео необходимо загрузить в Сеть, чтобы подтвердить, что новый уровень игры пройден.*

*Те, кто придумывает такие игры, тонко разбираются в психологии подростков, они давят сразу на три болевых точки. Во-первых, берут на слабо – многие выполняют задания преступников, чтобы доказать себе и кому-то свою силу. Во-вторых, они манипулируют детьми – страх потерять родных сильнее страха собственной смерти. А в-третьих, они преподносят самоубийство как уход от всех проблем в жизни, помощь и облегчение.*

### **КАК ВЕСТИ СЕБЯ РОДИТЕЛЯМ: 7 СОВЕТОВ**

1. Задайте ребенку нейтральный вопрос – мол, слышал/-а, что сейчас популярна какая-то игра "Синий кит" ("Беги или умри"). И послушайте, что ребенок вам расскажет. Если он ничего о ней не знает – хорошо (тут главное не вдаваться в подробности, чтобы не разбудить в нем любопытство). Если знает, внимательно слушайте рассказ. Если в нем полно подробностей и деталей, то есть риск, что ваш ребенок уже в игре. Также должно насторожить, если сын или дочь ведут рассказ о подруге, участвующей в игре – вполне вероятно, что он врет и играет сам.
2. Нет смысла говорить, что такие игры опасны – на подростков это не действует. Гораздо эффективнее сказать, что ими манипулируют. Для них будет откровением, что человек, угрожающий их родным, скорее всего, больной и живет в другом городе или даже стране. И его задача – не убить родителей, а заставить ребенка выполнить его волю. Детей такое очень отрезвляет! Расскажите им, что на манипуляции "ведутся" все – сколько взрослых несут все свои сбережения мошенникам, которые звонят им среди ночи и говорят, что их близкие попали в беду! Покажите ребенку, что все уязвимы – для него очень важно услышать это от авторитетного взрослого.
3. Задача вашего разговора – научить подростка мыслить критично и спрашивать себя о цели того или иного поступка, обдумывать все, что с ним происходит.
4. Многие родители в панике решают установить тотальный контроль над ребенком – забрать телефон, закрыть дома и т.д. В этом тоже нет смысла – в XXI веке подросток, если захочет, всегда найдет гаджет и доступ в сеть. Чем больше его ограничивать – тем больше способов обойти запреты будет находиться. Ваша задача – не контролировать, а дать поддержку, чтобы ребенок пришел к вам с проблемой, а не скрывал ее до последнего.
5. Сейчас как никогда важна эмоциональная связь с ребенком. Больше обнимайте его, рассказывайте, что в его возрасте тоже ошибались, встречали в какие-то опасности, и вам помог кто-то из взрослых. Ребенку важно понимать, что даже его "идеальные" родители тоже оступались, и это нормально, так же как и нормально просить помощи у других. Если понимаете, что сейчас ребенок вас не воспринимает, попросите его говорить с тем из взрослых, кому он доверяет – школьным психологом, родственником и т.д.
6. Даже если вы уверены, что в вашей семье все хорошо, лишняя бдительность не помешает. Подобные игры – тот случай, когда вторжение в частную жизнь сына или дочери оправданы. Просматривайте их телефоны и страницы в соцсетях – но только так, чтобы он не узнал об этом!
7. Если понимаете, что ребенок таки в игре, Боже вас упаси его ругать. Проявите другие эмоции – заплачьте, покажите, как сильно вы расстроены и как за него волнуетесь. Обязательно подключайте папу – в такой ситуации мужское слово сильнее "мамского". В разговоре с дочерью отцу надо найти, за что ее похвалить, а с мальчиками лучше говорить в духе "Давай поговорим как мужчина с мужчиной, что мы (именно мы!) можем сделать в этой ситуации". Если папы нет, попросите поговорить того, кому ребенок доверяет – дядю, мужа сестры и т.д.

## **Что в поведении подростка должно насторожить родителей?**

- Ребенок прямо или косвенно говорит о желании умереть или убить себя или о нежелании продолжать жизнь. Разговоры о нежелании жить – попытка привлечь ваше внимание к себе и своим проблемам. Бытует миф, что если человек говорит об этом, то значит, этого не сделает. Однако это не так! Отчаявшийся подросток, на которого не обращают внимания, вполне может довести свое намерение до конца.
- Рискованное поведение, в котором высока вероятность причинения вреда своей жизни и здоровью.
- Резкое изменение поведения. Например, стал неряшливым, не хочет разговаривать с близкими ему людьми, начал раздаривать дорогие ему вещи, теряет интерес к тому, чем раньше любил заниматься, отдаляется от друзей.
- У подростка длительное время подавленное настроение, пониженный эмоциональный фон, раздражительность.
- Наличие примера суицида в ближайшем окружении, а также среди значимых взрослых или сверстников.

### **Вот некоторые значимые признаки:**

- в своих изображениях, публикуемых на страницах соцсетей, детьми могут размещаться фотографии самоунижения, оскорбления себя в разных и порой даже жестоких формах, вплоть до нанесения себе травм, в частности и порезов;
- символическими являются сохранение фотографий снятых с высоты, крыш и чердаков;
- следует обратить внимание на круг друзей и подписчиков, изучить оставленные ребенком комментарии в различных группах.

### **Внешние признаки:**

- чрезмерное потребление кофе, нарушение сна, ранний утренний подъем;
- долгое времяпрепровождение за компьютером, планшетом, в мобильном телефоне, постоянный обмен сообщениями;
- ношение одежды преимущественно черных тонов, возможно с символикой, пропагандирующей смерть;
- рисование на руках планет, саинтистских, масонских знаков, перевернутых крестов, сатанинских звезд и различных символов, побуждение сделать татуировки;
- перекрывание лица на фотографиях как руками, так и закрытие деталями одежды, демонстрация в фотографиях безымянного пальца;
- копирование на страницы музыки с откровенной символикой мартинизма, сатанизма, и даже фашизма;
- скрывание от родителей и близких внутренних переживаний; просмотр и обсуждение сериалов мистической направленности, со сценами жестокости, насилия;
- установление паролей, скрывание информации на всей девайсах, использование графического ключа для входа, постоянная очистка используемых браузеров, корзины.

**В случае необходимости вы и ваш ребенок всегда смогут получить профессиональную помощь в данных организациях:**

1. Муниципальное бюджетное образовательное учреждение Городского округа Балашиха «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Радуга» **8 (495) 524-49-17**
2. «Детский телефон доверия» **8 (495) 624-60-01** или **8-800-200-122**
3. Балашихинский психоневрологический диспансер **8 (495)529-01-11**
4. Подразделение по делам несовершеннолетних МУ МВД России «Балашихинское» **8 (495) 521-24-38**
5. Отдел по делам несовершеннолетних и защите их прав администрации Городского округа Балашиха **8 (495) 521-19-87**