

Тема: Игра «Синий кит»:
как уберечь ребёнка от опасной
игры?

Год назад страну всколыхнула история так называемых «групп смерти» в социальных сетях. Подростки России продолжают вовлекаться в игру, которая доводит до самоубийства. Судя по всему, жуткие забавы «Синий кит», «Тихий дом» и т.д. вернулись: за последнее время сразу несколько сотен российских подростков опубликовали на своих страницах во «ВКонтакте» стишок, означающий готовность вступить в игру.

Чаще всего жертвами становятся дети 11-15 лет – это переходный возраст, и дети в это время ещё не до конца осознают такое явление, как смерть. При этом, это совершенно разные дети, из разных семей – и благополучных, и нет. Объединяет их нехватка внимания и отсутствие альтернативного занятия.

Опытные психологи рекомендуют чаще общаться с потенциальными игроками, а родителям следить за интересами своих детей.

Что такое игра «Синий кит»?



Это специально созданная в социальной сети группа, в которой регистрируются участники.

Игра начинается, когда ребенок добровольно вступает в некое интернет-сообщество. Кураторы предлагают ему выполнять задания (каждое из заданий от так называемых «китов» (по сути же потенциальных убийц), напрямую связано с самовредительством, кроме того дети должны предоставить доказательства о выполненном задании в виде фото- или видео.

Подростку сначала могут поручить порезать себя, вырезать на запястье кита с помощью лезвия и совершить прочие мелкие травмы.

И хотя отказ от выполнения действий на начальных этапах игры грозит только исключением из нее, то к ее концу кураторы уже не дают бросить игру, *угрожая самому ребенку и членам его семьи.*

Длительность прохождения игры в среднем – 50 дней (задания самые разнообразные, однако с общим подтекстом — полным отрешением ребёнка от социума, который мог бы поговорить с ним о его проблемах, а так же внушение страха жизни, что наиболее ужасно), а конечный результат – самоубийство (спрыгнуть с крыши, либо повеситься, либо броситься под поезд и т.д.).

Каждое задание может даваться ранним утром (в 4:20 утра). По мнению психологов – это время, когда организм не вышел из состояния сна.

Из подобных правил становится ясно, что кто бы ни стоял за этим морем китов, они явно опытные психологи, умеющие манипулировать чужими сознаниями.

Таким образом, организаторы постепенно на подсознательном уровне внушают ребенку мысли о самоубийстве. Участвующий в такой игре подросток тщательно скрывает действия от окружающих, поэтому родители не всегда успевают заметить, что с их ребенком что-то не так.



Почему подростков завлекает «Синий кит»?

Подросток – это человек, который только начинает «открывать» себя. Именно в этом возрасте формируется оценка себя самого (а не родителями и учителями как раньше), многие знания о себе изменяются (не я «хороший», потому, что мама сказала, а я «хороший» потому, что делаю это и это).

По мнению психологов, для пристрастия к такой игре может быть несколько причин.

Первое – способ самоутверждения, особенно, если подростки фиксируют свои «подвиги» на видео.

Второе – проверка своих возможностей: раньше мы прыгали с гаражей, а теперь подобные «ритуалы» обрели иные формы.

Третья причина – нехватка адреналина, которую не восполняют виртуальные игры, и в ход идут игры реальные.



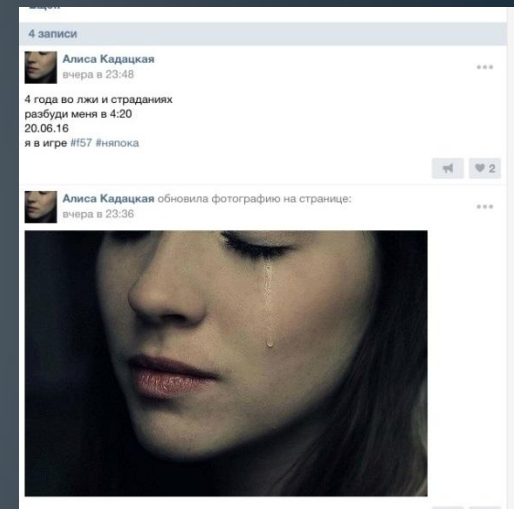
Как правило, для построения «картины» себя - подростку важна реакция его одноклассников, а вот взрослые теряют свой авторитет, поскольку продолжают считать его ребенком. Разговора же по душам часто не выходит – родители обращают внимание на второстепенные вопросы (хорошо ли кушает, тепло ли одет, какие оценки в школе). Про внутренние переживания речь обычно не идет. А вот общение с друзьями – совсем другое дело – ведь они переживают такие же проблемы.

Почему подростков завлекает «Синий кит»?

Кроме того, у подростков происходит гормональная перестройка организма, из-за чего их эмоциональный фон является нестабильным. Им может быть грустно или радостно без особых причин, что, конечно, их пугает. Стремясь избавиться от этого, ребенок может вступать в контакты с абсолютно разными людьми и делать иногда странные вещи. Это – своеобразный крик о помощи.

Современные подростки с рождения окружены информационными технологиями и функционируют как в реальном мире, так в киберпространстве. Зачастую их жизнь в интернете является более насыщенной, успешной, чем в реальности. Тут больше друзей, есть возможность в любое время с ними пообщаться, выложить фотографии, которые покажут, что его жизнь – красивая и обеспеченная. Они не умеют выстраивать отношения в реальном мире. Их связь поддерживается онлайн, а чувства упрощаются до смайликов. При таком общении мимика не задействуется.

Игры типа «Синий кит» способны удовлетворить множество детских потребностей. Главной из них, конечно, является **внимание со стороны одноклассков**. Не умея разбираться в своем внутреннем мире, подросток часто перенимает внешние атрибуты, характерные для группы его друзей. Еще одной причиной участия в таких играх для ребенка является **привлечение внимания родителей**. Ведь если взрослые узнают об опасности, которая грозит их чаду, они поймут глубину его переживаний, почувствуют вину, обратят внимание и проявят любовь.



Подростковый суицид

С получением любви и внимания связана вся тема подростковых суицидов. Детская картина своей смерти часто связана с фантазией о том, как будут происходить похороны (красивое тело, цветы, окружающие в траурных одеждах, скорбят, испытывают вину за то, что не «долюбили» и т.д.). В таких фантазиях ребенок стремится получить то, чего ему не хватает в реальном мире. Поскольку обычно до подросткового возраста ребенок не часто видит смерть, он не боится ее.



Подростковый суицид не является желанием умереть. Это, скорее, возможность уйти от проблем, которые возникают у ребенка в связи с обретением нового социального статуса (несчастливая любовь,

непринятие окружающими и семьей, неумение выстраивать отношения, отсутствие успехов в учебе и т.д.). Самоубийство может быть также проявлением аутоагрессии – если ребенок не справляется со своими проблемами и по каким-то причинам не может проявить злость вовне, то он направляет ее на себя. *К суициду может толкнуть и осознание того, что он не такой, каким его хотят видеть окружающие (попросту говоря – не идеальный).*

Однако суицид как выполнение заданий в онлайн-игре отличается от обычного тем, что подросток может и не испытывать негативных эмоций. Поэтому взрослым сложнее распознать надвигающуюся угрозу.





Чтобы помочь ребенку не поддаться разрушительному влиянию посторонних, взрослый должен внимательно относиться к его потребностям. Важно понимать, что можно сделать для налаживания контакта с подростком, а чего явно не стоит делать.

НА ЧТО СЛЕДУЕТ ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ РОДИТЕЛЯМ:

1. Подросток не высыпается, даже если рано ложится спать. Проследите, спит ли ваш ребенок в ранние утренние часы.
2. Рисует китов, бабочек, единорогов.
3. Состоит в группах, содержащих в названии следующее: «Киты плывут вверх», «Разбуди меня в 4.20», f57, f58, «Тихийдом», «Рина», «Няпока», «Море китов», «50 дней до моего...» хэштеги: домкитов, млечныйпуть, 150звезд, ff33, d28, хочувигру.
4. Закрыв «Вконтакте» доступ к подробной информации. В переписке с друзьями (на личной стене) есть фразы «разбуди меня в 4.20», «я в игре». Опасно, если на стене появляются цифры, начиная от 50 и меньше.
5. Переписывается в вайбере (и др. мессенджерах) с незнакомыми людьми, которые дают странные распоряжения.

ПОДОЗРИТЕЛЬНЫЕ ХЕШТЕГИ: #f53, #f57, #f58, #d28, #морекитов, #тихийдом, #хочувигру, #млечныйпуть. Вы самостоятельно можете пройти по хештегам и убедиться, насколько это опасно.

Чего не стоит делать родителям:

1. Устраивать проверки и досмотры – ребенок только закроется и научится лучше скрывать свои действия. Подростку нужна своя территория, частная жизнь. Онлайн-разговоры – это самое интимное, что может быть у него, поэтому родитель просто не имеет права их читать. Вторгаясь в личное пространство ребенка, взрослый выявляет свое неуважение и неприятие подростка как полноценно функционирующего человека.

2. Запрещать общение в социальных сетях. Именно онлайн проходит значительная часть жизни ребенка, и он будет не готов с нею расстаться. Чтобы продолжить общение, подросток может тайком заходить в интернет. Это приучит его обманывать. Если же ребенок очень послушный и не будет нарушать запрет – то понимание, что виртуальная жизнь друзей проходит мимо – сделает подростка несчастным. Смиритесь с тем, что вы не можете полностью контролировать жизнь подростка. Если вы начнете давить на него и запрещать «сидеть» в Интернете, он уйдет в себя и будет делать то же самое, но в тайне от вас.

3. Ругать ребенка и кричать на него. Лучше изложить переживания спокойно, называя чувства и состояния, которые испытывает родитель. Это удовлетворит потребность подростка в «глубоком» и понимающем общении, позволит наладить контакт, разобраться в ситуации и понять позицию взрослого. Кроме того, проговаривая свои состояния, взрослый показывает, каким образом он регулирует свои эмоции, что позволит подростку научиться делать то же самое.

Чего не стоит делать родителям:

4. Давить на подростка. Не стоит ожидать от ребенка, что он должен отвечать ожиданиям родителей. Важно объяснить ему, что даже если подросток не будет подходить под все критерии успешного человека, родители все равно любят его и готовы поддержать.

5. Сравнить с другими. Сравнивая подростка с другими, взрослые отвергают его таким, какой он есть. Это нарушает самоидентичность подростка (я не такой, как надо) и развивает в нем ощущение одиночества, ненужности и своей неполноценности.

6. Пугать неизвестностью (фразы типа «только попробуй»). Непонятные наказания развивают фантазии на тему «что же это могло бы быть». Такие фразы усиливают тревогу, что может стать для ребенка невыносимым (и спровоцировать нежелательные действия). Если же после совершения запрещенных действий наказание ребенка оказалось слишком незначительным или(и) не последовало вообще – то родители теряют авторитет.

7. Игнорировать манипулятивные фразы ребенка на тему его смерти («лучше бы я умер...», «что бы вы сказали на моих похоронах?») и т.д.). Очень важно чтобы взрослые говорили о смерти с ребенком: о том, что она может быть ужасна, некрасива, что ждет человека после нее (зависимо от религиозной принадлежности семьи). Такая тема беседы заставит задуматься о смерти и увидеть ее не только своими глазами. Конечно, не стоит с подобными разговорами переусердствовать – они напугают ребенка. Но именно таким образом подкрепляется страх смерти.

Что можно делать родителям:

- 1. Поговорить о подобных группах в интернете.** Объяснить, что подростками манипулируют другие люди, которые преследуют свои цели. Проблемы ребенка для кураторов игры не важны.
- 2. Создать возможность для подростка обратиться за помощью.** Если подросток разместил на своей странице фразы или иллюстрации на тему самоунижения, это плохой знак. Следует насторожиться, если на его страничке встречаются медузы, кошки, бабочки, единороги и киты, плывущие вверх. Спросите ребенка, что это означает, причем обычным, не заискивающим тоном. Внимательно выслушайте его ответ. Важно, чтоб ребенок понимал, что есть ряд взрослых, которые могут помочь ему – родители, учитель, психолог, священник (если семья верующая), телефон доверия и др.
- 3. Не оставлять ребенка один на один с его проблемами.** Интересуясь его жизнью, родитель показывает свою любовь и заботу. Сколько бы сил у вас ни отнимала работа, вы должны выкраивать время для детей. Важно показать ребенку, что вы в любой момент готовы его выслушать. Дайте ему возможность подружиться с вами. Обсуждая ситуацию с ребенком, взрослый учит смотреть на нее с разных сторон, что способствует ее разрешению. Родитель уже был в подростковом возрасте и имеет опыт решения некоторых трудностей. Но не стоит превращать беседу в монолог «А в наше время...».
- 4. Описать свои чувства.** Таким образом, взрослый покажет, как ему важен ребенок и его внутренний мир. Обмен эмоциями позволит установить контакт и сориентироваться подростку в возникшей ситуации.

Что можно делать родителям:

5. **Знать ценности ребенка.** Для этого вполне достаточно просто поговорить о них. Можно расспросить ребенка о том, что его волнует, кем хочет стать, чего достичь и что бы он хотел получить в итоге решения своих проблем. Вводить новые ценности следует очень аккуратно, без напора, не высмеивая, а осторожно убеждая подростка в их необходимости.
6. По некоторым данным, неизвестные грозятся выяснить по IP-адресу, где живет подросток, и убить всю его семью, если тот не совершит суицид. Помните: **IP не дает никакую информацию о личности человека!** Единственное, что может сделать злоумышленник, — обратиться с запросом к провайдеру, который, скорее всего, не станет делиться с неизвестным человеком конфиденциальной информацией.
7. Если вы хотите **установить на смартфоне ребенка программу слежения, обязательно предупредите его об этом и получите согласие.** Многие подростки не выносят грубого вмешательства взрослых в свою жизнь. Тем более, если ребенок захочет продолжить «игру» без вашего ведома, он в любом случае это сделает.
8. **Уметь попросить прощения, если неправы.** Этим взрослый покажет, что уважает чувства ребенка, а также дает и ему право на ошибку. Ведь идеальных людей нет.
9. **Не читайте новости о суицидах и не поддавайтесь истерии, нагнетаемой в Интернете.** Не стоит заниматься самоисследованием на тему «Хороший ли я родитель?». Знайте — вы хороший родитель хотя бы потому, что ищите ответ на вопрос, как защитить своего ребенка.

Конечно, интересы подростков меняются достаточно быстро и внимание к подобным онлайн-играм вскоре спадет, но важно помнить, что участие родителей в жизни своих детей может оградить их от достаточно большого количества опасностей.

В век современных технологий, когда не только на детей, но и на взрослых оказывается большое влияние через интернет очень трудно оградить ребенка от влияния злоумышленников, которые в силу своих психических отклонений или преследуя иные цели, вербуют или того хуже убивают детей.

Но все же, в данной ситуации, единственное, что можно сделать, это окружить ребенка вниманием, любовью и дать понять, что ему ничего не угрожает, и уж тем более какие-то кураторы в играх, которые зачастую находятся за сотни километров от него.



ВАМ И ВАШИМ ДЕТЯМ ЕСТЬ КУДА ОБРАТИТЬСЯ!

-Единый общероссийский телефон доверия:
8-800-200-01-22

Экстренная психологическая помощь для детей,
подростков и их родителей

708-40-41

(Институт «Гармония»

круглосуточно, анонимно, бесплатно)

Центр психолого-медико-социального сопровождения
Невского района

442-24-99

с 10.00 до 21.00, субб: с 11.00 до 18.00

воскр. - выходной



Ваше внимание к подрастающему поколению поможет своевременно оказать ему необходимую помощь. Просим Вас не оставаться равнодушными к судьбе своих детей и самостоятельно информировать о выявленных «группах смерти» отделения Роскомнадзора с помощью сайтов: rkn.gov.ru; 11rkn.gov.ru

Благодарю за внимание!