



# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## КАК ВЫЯВИТЬ ВОВЛЕЧЕННОСТЬ РЕБЕНКА В «ГРУППЫ СМЕРТИ»

Сегодня большую опасность для детей и подростков представляют игры, организованные в сети Интернет создателями так называемых групп смерти. Большое распространение данные сообщества получили в социальных сетях «ВКонтакте», «Инстаграм».

Суть игры заключается в том, что отобранный участник должен выполнить 50 заданий, преимущественно их необходимо осуществлять ранним утром (время, когда организм не вышел из состояния сна и, таким образом, на подсознательном уровне происходит более эффективное воздействие). На протяжении отведенного на выполнение заданий времени ребенок подвергается запугиванию, что если он перестанет играть, то погибнут его близкие и родственники. Итогом всей игры является сведение счетов с жизнью самим ребенком.

Меры по противодействию данному явлению ведутся государственными структурами, общественными организациями и администрациями соцсетей, но все они будут малозадействованы без внимания и контроля тех, кто непосредственно находится рядом с каждым ребенком, – родителей.

### ЕСЛИ ВЫ ПОДЗРЕВАЕТЕ, ЧТО ВАШ РЕБЕНОК ИЛИ ЕГО ДРУЗЬЯ ВОВЛЕЧЕНЫ В ГРУППЫ ИЛИ ИГРЫ «СМЕРТИ», ТО ОСУЩЕСТВИТЕ СЛЕДУЮЩИЕ ДЕЙСТВИЯ:

#### 1 Изучите содержание страницы ребенка в соцсетях на наличие подозрительных символов и словосочетаний

Обратите внимание на наличие специфических слов (хэштегов) и обозначений на странице ребенка в соцсети «ВКонтакте» и в других имеющихся профилях. Опасность вызывают следующие слова →

Проверьте, есть ли на странице ребенка публикации, связанные с именем Рины Паленковой (реальное имя – Ирина Камбалина). Предположительно, ее самоубийство было первым смертельным исходом запущенной игры. Сейчас Рина является неким идолом для подростков, интересующихся темой смерти.

<b>Уже играет</b>	<b>Хочет вступить в игру</b>
#синий_кит	#хочу_в_игру
#морекитов	#хочу_играть
#киты_плывут_вверх	#ищу_куратора
#я_в_игре	#разбуди_меня_в_4:20
#ни_пока	#4:20
#49 (или с любой цифрой от 1 до 50 (в некоторых случаях до 56), обозначающей день игры)	#млечный_путь
#тихий_дом	#f53 #f57 #f58 #d28

Проверьте, есть ли на странице ребенка сообщения с различными символами, напоминающими древние языки, наподобие этого:



Обратите особое внимание на статусы страницы ребенка (надпись под именем пользователя в соцсети). Подозрительными статусами являются цифры с отсчетом от 1 до 50 (в некоторых случаях до 56), публикуемые раз в сутки, а также цитаты, связанные со смертью, внутренней пустотой и безысходностью, пространные грустные фразы.

Важно отметить, что ребенок может иметь несколько страниц в разных социальных сетях, – проверьте каждую из них.

#### 2 Изучите круг общения ребенка в социальных сетях

Обратите внимание на то, с кем ребенок общается в мессенджерах (WhatsApp, Viber, Telegram)



Понтересуйтесь у ребенка, спрашивая ли кто-нибудь у него в соцсетях или мессенджерах о том, где и с кем он живет, как он общается с родителями, есть ли у него проблемы, кто его близкие друзья (подобным образом ведут себя «кураторы», чтобы в дальнейшем угрожать ребенку: «Если ты не выполнишь все задания, то мы убьем твою семью, близких, друзей»).

«Куратор» – это ведущий смертельной игры, назначающий задания и следящий за их выполнением, он же и угрожает расправой за неисполнение. Если вы не обнаружили явных признаков причастности к игре вашего ребенка, просмотрите друзей, указанных в его профиле, на наличие описанных пунктов.

**3 Изучите группы, в которых состоит ребенок в соцсетях**  
Проверьте наличие сообщений на странице ребенка в соцсетях из подозрительных групп, в которых содержатся описанные в пункте 1 символы, хэштеги, неоднозначные фразы, например: «нам пора», «мы все когда-нибудь уйдем», «выпилимся» (что означает совершим самоубийство). В таких группах широко используются указанные выше обозначения и хэштеги, муссируется тема смерти, публикуется шок-контент (изображения порезов, ожогов, видеоролики и картинки суицидов или смертей уличных животных). Активные участники суицидальных групп часто проводят ликбез в области решения всех проблем, обсуждают, каким образом лучше всего покончить с собой.

**4 Изучите пользовательскую активность страницы ребенка в социальных сетях**

Проверьте, когда ваш ребенок заходил в соцсеть. Для этого в соцсети «Вконтакте» зайдите в пункт «Настройки → Безопасность → Показать историю активности»

Это важно, так как часто участники смертельных групп обязаны заходить в сеть в 4:20 утра (или около того) для получения очередного задания. У детей, которые стали жертвами злосчастной игры, было зафиксировано нахождение «онлайн» именно в этот период времени.

История активности		
Тип доступа	Время	Страна
Браузер Firefox: онлайн	сегодня в 11:27	Россия
Мобильное устройство iPhone	вчера в 23:43	Россия
Мобильное приложение для iPhone	вчера в 21:56	Россия
Мобильное приложение для iPhone	вчера в 9:18	Россия

**5 Изучите контент (музыка, видео, фото) профилей ребенка в социальных сетях в целом, проверьте все интернет-браузеры, доступные ребенку, и переходы по ссылкам**

Просмотрите фотографии и видеоролики на странице ребенка с целью поиска фото или видео с порезами на руках, ожогами и другими физическими увечьями. Также важно обратить внимание на наличие грустной музыки и мрачных картинок, изображений китов, бабочек (в том числе изображенных на конечностях в виде царапин на коже).

Проверьте, какие картинки ребенок сохраняет себе на телефон, что рисует в тетрадках, блокнатах, на школьных принадлежностях. Осмотрите самого ребенка на наличие повреждений, рисунков на теле (в первую очередь в тех местах, которые закрыты домашней одеждой: живот, грудь, спина).

**6 Обратите внимание на поведение ребенка дома и в школе**

Особую опасность представляет изменение настроения ребенка в худшую сторону, чрезмерная сонливость. Он/она стремится больше находится в одиночестве, перестает общаться с вами и друзьями.

**ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ОПИСАННЫХ ПРИЗНАКОВ ИЛИ ЧАСТИ ИЗ НИХ НЕОБХОДИМО:**

- ✓ немедленно провести с ребенком беседу и объяснить, что свою жизнь и здоровье нельзя доверять незнакомым людям, даже в качестве виртуальной игры
- ✓ ни в коем случае не ругайте ребенка, это не его/её вина. Скажите, что его/её использовали психически неуравновешенные люди, которые хотят просто самоутвердиться
- ✓ важно убедить ребенка, что угрозы от ведущих игр (якобы они вычисляют родственников и убивают) – это всего лишь метод манипуляции, чего не стоит бояться. Дать понять ребенку, что вы его защитите, а с запугиванием легко разберутся в полиции
- ✓ если ребенок расскажет подробно о том, кто с ним общался, что спрашивал, то он/она может помочь другим детям, которые не в состоянии сами выйти из игры
- ✓ если игра зашла далеко, необходимо обратиться к специалистам - психологам или психотерапевтам
- ✓ довести информацию до правоохранительных органов по телефонам горячей линии:

8 (4162) 22-05-71 (короткий номер «123» (для абонентов операторов сотовой связи) - «Ребенок в опасности» - Следственный комитет Российской Федерации по Амурской области  
02 ГУ МВД России



# ОСТОРОЖНО ИНТЕРНЕТ!

## Как оградить ребенка от опасных игр в Интернете? ПАМЯТКА для родителей:

Если Вы обнаружили, что Ваш ребенок увлёкся опасной игрой, прежде всего, важно не поднимать панику.

Не делать репосты в социальных сетях и не привлекать внимание других детей и взрослых.

Прежде всего, важно признать, что у ребенка есть проблемы. А проблемы надо помогать решать. Не наказывать, не запирать дома, не кричать истерично: «Ты что, не понимаешь, как это опасно?».

Необходимо понять, что подтолкнуло подростка к подобному интересу. Возможно, проблема кроется в отношениях с друзьями, родителями, учителями и т.д.

Стоит поговорить с ребёнком, как он себя чувствует, что его беспокоит, что важное происходит в его жизни. В норме такие разговоры должны происходить регулярно, родители должны быть теми людьми, с которыми всегда можно поговорить по душам и получить принятие и понимание, что бы ни происходило. **Если же доверия нет, отношения уже разрушены — то их надо налаживать.**

Кроме того, важно всегда помнить, что подростки — это существа коллективные и зависимые. Если же в родительском доме подростку плохо, его не понимают и не принимают, то он обязательно найдет тех людей, кто разделит его взгляды на жизнь, у кого такие же проблемы, как и у него. И в лучшем случае это будет безобидный кружок по интересам, а в худшем — «группы смерти» в соцсетях.

## **Как говорить с подростком, чтобы до него достучаться?**

- ✓ Универсальных ключей тут нет. Не помогут и рассказы об опасности. К сожалению, подростки в силу возраста не понимают реальность смерти. Детям кажется, что это иллюзия и с ней можно поиграть. Поэтому нет никакого смысла в запугивании.
- ✓ Есть смысл в обсуждении причин: почему подросток обратился к «Синему киту» или любому другому опасному паблику, какие чувства эта «игра» у него вызывает, что его беспокоит в реальной жизни, почему возникают мысли о смерти и т.д.
- ✓ Ну и, конечно, не стоит забывать о том, что подростки очень ценят искренний интерес к их жизни. Родители, которые с головой уходят в работу и совершенно забывают о том, что рядом находится живой человек, которому нужны забота и внимание (а не только «ты поел?», «ты надел шапку?», «ты выучил английский?»), потом с удивлением обнаруживают, что напротив за кухонным столом сидит не счастливый ребенок, а депрессивный подросток.
- ✓ Важно быть готовым к тому, что один разговор не решит всех проблем. Выстраивание доверительных отношений — процесс долгий и кропотливый. Он требует терпения, сдержанности и любви. Самое главное, что стоит донести до подростка — его понимают и принимают таким, каким он есть.
- ✓ И, наконец, самое важное - «Детей нужно занимать подвижными играми и полезным физическим трудом, желательно в игровой форме. И другими занятиями, где работают руками, бегают, бросают мяч и т.д. Если детей с раннего возраста приучить заниматься чем-то, что им интересно, но живым, а не электронным, последующее знакомство с компьютером и Интернетом уже не принесет такого вреда».
- ✓ И напоследок пара полезных ссылок: <http://detionline.com> (сайт по проблемам безопасного использования интернета и мобильной связи); <http://eais.rkn.gov.ru> (Роскомнадзор, Единый Реестр, где можно проверить сайт на безопасность и заблокировать сайты, содержащие информацию запрещенную законом РФ)

## Приемы предупреждения

### суицидов

- ✓ Воспринимайте ребенка всерьез. Относиться снисходительно нельзя.
- ✓ Выслушивайте – «Я слышу тебя». Дайте ему возможность высказаться. Уделите ему ваше время. Задайте вопросы и внимательно слушайте.
- ✓ Ни в коем случае не оставляйте нерешенными проблемы, касающиеся сохранения физического и психического здоровья ребенка;
- ✓ Анализируйте вместе с сыном или дочерью каждую трудную ситуацию;
- ✓ Воспитывайте в ребенке привычку рассказывать родителям не только о своих достижениях, но и о тревогах, сомнениях, страхах;
- ✓ Не опаздывайте с ответами на его вопросы по различным проблемам физиологии, взаимоотношений и т.д.;
- ✓ Не иронизируйте, если в какой-то ситуации ребенок оказался слабым физически и морально, помогите ему и поддержите его, укажите возможные пути решения возникшей проблемы;
- ✓ Будьте внимательны к косвенным показателям при предполагаемом самоубийстве. Каждое шутливое упоминание или угрозу следует воспринимать всерьез.
- ✓ Подчеркивайте временный характер проблем – признаите, что его чувства очень сильны, проблемы сложны – узнайте, чем вы можете помочь, поскольку вам он уже доверяет.
- ✓ Обсудите с ним работу служб, которые могут оказать помощь в ситуации, сопряженной с риском для жизни; записать соответствующие номера телефонов;

Муниципальное бюджетное учреждение молодёжно – досуговый центр «Гармония» города Тынды,

ул. Амурская, 20 А,

Телефон Доверия 5-14-79

(бесплатно, конфиденциально)

Часы работы:

ежедневно с 8.00 до 17.30,

обед 12.00 - 13.30,

пятница с 8.00 до 12.00

суббота и воскресенье выходной;

Детский Телефон Доверия

(для детей, подростков и их родителей)

8-800-2000-122

(круглосуточно, бесплатно)

# КАК УБЕРЕЧЬ РЕБЕНКА ОТ РОКОВОГО ШАГА?

(рекомендации родителям)



«Мир, вероятно, спасти уже не  
удастся,  
Но отдельного человека всегда  
можно»

И. Бродский

**Суицид** – умышленное самоповреждение со смертельным исходом (лишение себя жизни).

## Что в поведении подростка должно насторожить

- Резкое снижение успеваемости, проявление безразличия к учебе и оценкам.
- Подавленное настроение, пониженный эмоциональный фон, раздражительность, которое сохраняется длительное время.
- Резкое изменение поведения (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).
- Наличие примера суицида в ближайшем окружении, а также среди значимых взрослых или сверстников.
- Ребенок прямо или косвенно говорит о желании умереть или убить себя или о нежелании продолжать жизнь. (Разговоры о нежелании жить – попытка привлечь внимание взрослого 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.

**Суицид – это то, чего практически всегда можно избежать.**

*Главное, что для этого необходимо вовремя заметить тревожные сигналы.*

### Не следует говорить ребенку:

- «Когда я был в твоем возрасте...да ты просто несешь чушь!»;
- «Подумай о тех, кому хуже, чем тебе»;
- «Не говори глупостей. Поговорим о другом»;
- «Где уж мне тебя понять!»;
- «И что ты теперь хочешь? Выкладывай немедленно!»;
- «Не получается – значит, не старался!»;
- «Все дети, как дети, а ты ...»;
- «Сам виноват...не жалуйся....бестолочь».

### Обязательно скажите ему:

- «Чувствую, что что-то происходит. Давай поговорим об этом»;
- «Чувствую, что ты подавлен. Иногда мы все так чувствуем себя. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как их можно разрешить»;
- «Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твое настроение. Поговорим об этом»;
- «Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять».

## Опасные ситуации, на которые надо обратить особое внимание

- Отвержение сверстников, травля (в том числе в социальных сетях).
- Скора или острый конфликт со значимыми взрослыми.
- Несчастная любовь или разрыв романтических отношений.
- Объективно тяжелая жизненная ситуация (потеря близкого человека, резкое общественное отвержение, тяжелое заболевание).
- Личная неудача подростка на фоне высокой значимости и ценности социального успеха.
- Резкое изменение социального окружения (например, в результате смены места жительства).
- Нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты, ситуации насилия).

*Риск суицида выше в семьях, отношения в которых строятся на зависимости.*

### Четыре основные причины самоубийства:

- Изоляция (чувство, что тебя никто не понимает, тобой никто не интересуется);
- Беспомощность (ощущение, что ты не можешь контролировать жизнь, все зависит не от тебя);
- Безнадежность (когда будущее не предвещает ничего хорошего);
- Чувство собственной незначимости (уязвленное чувство собственного достоинства, низкая самооценка, переживание некомпетентности, стыд за себя).