

Современные подростки большую часть времени проводят в социальных сетях, Интернете. Контролировать времяпровождение ребенка в сети сложно, однако, родителям стоит обратить внимание на то, с кем общается, в каких группах состоит, что делает ребенок, находясь в Интернете.

В последнее время возросла опасность появления детских и подростковых суицидов, связанная с проявлениями сочувствия или подражания товарищам, героям книг или фильмов, кумиров («эффект Вертера»). Этому способствует незаконная пропаганда суицидов в социальных сетях, игра в смерть и т.д. Важно знать, на что стоит обратить внимание родителям, если они хотят, чтобы поведение ребенка в сети было безопасным.

### **Действия взрослого:**

1. Отслеживать, что делает и как проводит время ребенок в сети, какие группы посещает, с кем общается и т.д.
2. Не паниковать, не подключаться к распространению информации в сетях, не рассказывать ребенку о «группах смерти», прежде чем мы не будем уверены, что он в курсе происходящего и действительно в игре.
3. Общаться со своим ребенком, делиться своими переживаниями, разговаривать, проводить время вместе, жить его интересами, идеями и мыслями.
4. Исключить агрессивный сетевой контент, пожаловаться на него модераторам группы.

### **На что стоит обратить внимание:**

Есть некоторые моменты, которые могут быть признаками того, что в сети может быть небезопасно. Родителей должно насторожить, если:

- У ребенка очень большое количество виртуальных друзей. Это говорит о том, что он не избирателен в дружбе и принимает ее от всех подряд. Среди новых знакомых могут оказаться как интересные собеседники, так и люди, которые могут использовать его в своих интересах.
- Большое количество групп, сообществ различной тематики. В данном случае проявляется не избирательность интересов, поглощение любой информации. Это может быть опасно, так как ребенок открыт для любой информации и может стать жертвой тех, кто может манипулировать его сознанием в своих интересах.
- Участие ребенка в группах с депрессивной тематикой. Это опасно, так как есть вероятность того, что подросток говорит о проблемах всем подряд, делится своими чувствами не с родителями, а с совершенно чужими людьми.
- Закрытый профиль в сетях, даже от родителей. Важно аккуратно выяснить причину.
- На странице ребенка или его друзей появляются фотографии, где он закрывает лица руками либо одеждой, демонстрирует указательный палец на таких снимках – это может

символизировать наличие суицидальных мыслей

- Наличие неизвестного сленга, которым ребенок раньше не пользовался
- Внезапные изменения в поведении
- Подросток состоит в группе, имеющей контент с непонятной символикой; имеющей в статусе цифры, месяц, группа символов – возможно, это показатель наличия счетчика, в том числе отмеряющего число оставшихся дня него дней жизни. Такие символы, как киты (иногда массово выбрасываются на берег) и бабочки (символ однодневности бытия) также могут быть признаками, на которые стоит обращать внимание; другие символы или фразы настораживающего характера [по В. Рогову].

Все эти признаки, конечно, могут не указывать однозначно на то, что подросток готовится умереть. Иногда это может быть обычное манипулирование сознанием родителей, желание испугать их, а также может быть вызвано другими, не драматическими причинами, на которые стоит обратить внимание, чтобы понять, что происходит с ребенком, чем он живет. Тем не менее, если мы наблюдаем большое количество маркеров суицидального поведения, это однозначный повод понаблюдать, поговорить с ребенком или обратиться за помощью к специалистам.

### Неправильная реакция взрослого:

- Агрессия на ребенка, в случае узнавания пугающей информации, грубое вторжение в его личные интересы – увеличивает отчужденность в детско-родительских отношениях, усиливает конфронтацию и желание найти понимающих людей за пределами семьи (часто в сети)
- Повышенная тревога, паника и переживание страха – усиливает интерес и уменьшает чувство безопасности в семье, заражает отрицательными эмоциями
- Игнорирование и высмеивание информации о суицидальном риске, идущем из сети – попустительство, чувство отсутствия интереса к тому, что может быть важно для ребенка.

### Правильная реакция взрослого:

1. Исключить панику, не транслировать свое взволнованное эмоциональное состояние через посты на собственной странице в социальных сетях, чтобы уменьшить эмоциональное заражение окружающих
2. Понаблюдать за поведением и эмоциональным состоянием ребенка
3. Поговорить о том, что происходит.
4. Обратиться за помощью к специалистам
5. Сохранять спокойствие (хотя бы внешне), дать понять ребенку, что вы на его стороне, он важен вам, и всегда может обратиться к вам за помощью.
6. Оказывать поддержку ребенку, уделять ему внимание, проводить время со своим ребенком, организовать ему досуг.

### Что делать?

#### Внесение сведений в Единый реестр запрещенной информации от граждан и юридических лиц.

В соответствии с п.6 указанных Правил сообщения от граждан о наличии на страницах сайтов в сети «Интернет» противоправной информации принимаются посредством заполнения электронной формы на официальном сайте Роскомнадзора. Информацию о принятом решении о включении в реестр Интернет-ресурсов, указанных в сообщениях, можно также получить на данном сайте. Для заполнения формы необходимо зайти в Единый реестр запрещенной информации по адресу <http://eais.rkn.gov.ru> Выбрать раздел «Прием сообщений». Внизу данного раздела располагается форма для приема обращения.

#### Куда можно обратиться за помощью



Безопасный интернет — детям!

МУ «Городской центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»  
Адрес: г. Ярославль, ул. Б. Октябрьская, д. 122., телефон: 21-71-93

МУ Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Доверие»  
Адрес: г. Ярославль, ул. Пионерская, д. 19., телефон: 55-50-64

Перечень специализированных учреждений, оказывающих помощь подросткам  
<http://podrostok.edu.yar.ru/map/list.html?id=1>

Составитель памятки: Луканина МФ (директор МУ ГЦ ППМС)

Департамент образования  
мэрии города Ярославля

### Памятка

# Безопасность в интернет-среде Что важно знать родителям