

## Вас должно насторожить

### Подросток в соцсетях:

Обратите внимание на псевдоним, аватарку (главная фотография профиля), открытость или

закрытость аккаунта, группы, в которых состоит подросток, а также на то, чем наполнена страница: видеозаписи, фотографии и друзья.

- Если профиль страницы закрыт даже от вас, постарайтесь аккуратно выяснить, по какой причине.
- Закрывание лица руками либо одеждой на фотографиях, демонстрирование указательного пальца на таких снимках, загруженных в социальные сети, символизируют суицидальные мысли.
- Если подросток размещает у себя на странице фразы, иллюстрации на тему самоунижения и нанесения себе травм и порезов, это плохой знак.
- Опасными считаются такие символы, как медузы, кошки, бабочки, единороги, съемки с высоты, крыш и чердаков.
- Группа подозрительных «друзей», появившихся за короткое время, свидетельствует о том, что подросток попал в опасную компанию.
- Чрезмерное увлечение копированием на своей страничке строчек из некоторых стихотворений, например, С. Есенина и И. Бродского, посвященных смерти, а также цитат из мистических книг должно насторожить родителей.
- Не стоит закрывать глаза и на участвовавшие комментарии о смерти - как устные, так и к фотографиям в социальных сетях.
- Сохранение на страничках социальных сетей странной депрессивной музыки (особенно музыкальных направлений, пропагандирующих печаль и смерть)

### Внешние признаки:

- Необъяснимое желание похудеть, сильная критика в адрес полных людей.
- Увлечение кофе, ранний утренний подъем (если за подростком такого раньше не наблюдалось).
- Выбор черной мрачной одежды, возможно, с символами, ассоциирующимися со смертью.
- Внезапное изменение внешности: выбривание висков, окрашивание волос в неестественные тона.
- Появление на теле следов порезов, ожогов и иных признаков членовредительства.
- Постоянная вовлеченность в виртуальный мир, увлеченная переписка в Сети (часто с малознакомыми людьми).
- Необычный сленг в переписке, которым ребенок раньше не пользовался.
- Закрытие доступа к девайсам, установка дополнительных паролей на домашнем компьютере, использование браузеров, предоставляющих возможность анонимного просмотра страниц.
- Пристрастие к мобильным приложениям с внутренними чатами.
- Рисунки странного характера (перевернутые кресты, сатанинские звезды, масонские знаки).
- Появление идеи установить в спальне зеркало напротив кровати.
- Увлеченность мистическими фильмами и сценами жестокости и насилия.
- Неожиданное желание сделать татуировку со странными символами.
- Отказ от общения с родителями и маскировка своих проблем и переживаний.

### «Группы смерти»: что нужно знать о них родителям?

В настоящее время в СМИ активно обсуждаются так называемые «группы смерти» - это группы в социальных сетях, в которых подростки играют в своеобразную игру, итогом

которой является подготовленный суицид. Обычно в названиях этих групп присутствуют метафоры про китов, лис и других животных, а в содержании находятся депрессивные песни, мрачные картинки с порезанными венами или изображением китов, а также грустные цитаты. В «игре» каждый ребёнок должен выполнить ряд заданий, которые позволяют перейти на следующий уровень. Задания могут быть совершенно жуткими: например, сфотографировать свою руку с порезами. После прохождения таких заданий ребёнку присваивается номер, а также сообщается дата и способ самоубийства. Дети начинают вести обратный отсчёт на своих страницах в социальных сетях.

### **Как уберечь ребенка от «групп смерти»?**

#### ***1. Разговаривайте с ребенком***

Для того чтобы подросток не попал под влияние деструктивных групп, нужно делать только одно - разговаривать с ним о том, что такое - «хорошо», а что такое - «плохо». Когда с детства у ребёнка есть чётко сложившееся мнение об этих понятиях, то его не заинтересуют призывы к насилию или суицидальному поведению.

#### ***2. Учите ребенка мыслить критически***

Один из важнейших критериев, не позволяющий попасть подросткам в «группы смерти» - наличие критического мышления. Подросток должен уметь самостоятельно фильтровать поступающую ему информацию, уметь анализировать её, сопоставлять с другой информацией, составлять собственное мнение. Именно наличие критического мышления позволяет и взрослым людям не повестись на провокации и не попасть в секты.

#### ***3. Следите за изменениями в поведении ребенка***

Заботливые и внимательные родители всегда заметят, что с ребёнком что-то происходит. Резкое падение успеваемости, изменение музыкальных пристрастий, круга общения, появление новых увлечений - ко всему этому нужно относиться внимательно и обязательно разговаривать с ребёнком. Жизнь ребёнка нужно искренне интересоваться, а не контролировать. Подросток должен чувствовать поддержку родных, а родители должны дать понять, что примут его любого, со всеми проблемами, комплексами и недостатками. Если у ребёнка есть твёрдая уверенность в своей семье, то «группы смерти» ему не будут интересны.

Если же случилось так, что ребенок отдалился от вас, стал потерянным, замкнутым, начал отказываться от еды и не спать по ночам, но при этом не хочет обсуждать с вами свою жизнь, то вам стоит присмотреться внимательнее к его поведению, обратиться за консультацией к специалистам.

*Материал подготовила педагог-психолог МБОУ ЗАТО Видяево СОШ № 1  
Цыганкова Д.Е.*