

Игры «Группы смерти»

Суицид — это отсутствие любви и веры

Как все это началось?

Все началось в России с самоубийства тинейджера Рины Паленковой (настоящее имя Рената Камболина, 16-летняя студентка колледжа из Уссурийска) в ноябре 2015 года. Незадолго до самоубийства она опубликовала селфи на фоне поезда с подписью *"Ня. Пока"*. Это фото стало интернет-мемом, которое перепостили тысячи подростков по всей России. Правда, уголовное дело по статье "Доведение до самоубийства" было заведено на ее мать. В российских СМИ вышла информация об игре в мае 2016 года, Роскомнадзор проверил факты о сообществах в социальных сетях, доводящих детей до самоубийства посредством "игры". (Следствие установило, что 15 несовершеннолетних, состоявших в "группах смерти", совершили самоубийство. В ходе расследования был задержан администратор "групп смерти" "ВКонтакте" Филипп Будейкин. Ему предъявлено обвинение по статье "Доведение до самоубийства".)

Что мы знаем об этих играх?

Пользователи пишут на своей странице в соц сети (часто указывается сеть «В контакте») пост с определенными тегами и ждут сообщений от организаторов, которые должны с ними связаться и дать дальнейшие указания. По правилам "игры" в течение 50 дней игроку необходимо выполнять различные задания, и в конце он якобы должен убить себя. Как правило, первое задание - нацарапать на руке синего кита и сбросить фотографию. Последнее - убить себя. Администраторы связываются с жертвами в 4.20. Если же подросток отказывается от выполнения финального задания, то есть завершить игру самоубийством, приходит ссылка. Когда он по ней переходит, компьютер выдает: "404 ошибка. Страница не найдена", а спустя 10 минут приходят сообщение *с адресом подростка и текст о том, что "они придут и убьют всю его родню"*.

Как узнать, что ребенок уже в "игре"?

Изменения в поведении подростка во многом зависят от его характера, темперамента, у кого-то изменения ярко выражены, кто – то держит всё в себе. И все же, *подтвержденными маркерами суицидального поведения являются резкие изменения в поведении:*

1. Прямое или косвенное сообщение, когда человек открыто выражает свои планы в отношении суицида.

— Высказывания о нежелании жить: «Было бы лучше умереть», «Не хочу больше жить», «Я больше не буду ни для кого проблемой», «Тебе больше не придется обо мне волноваться», «Мне нельзя помочь», «Я так больше не могу».

— Особое внимание к теме смерти в кино, в литературе и живописи, частые разговоры об этом, сбор информации о способах суицида.

— Намеки на возможность суицидальных действий: помещение своей фотографии в черную рамку, появление среди сверстников с петлей на шее из подручных средств.

— Активная предварительная подготовка к выбранному способу совершения суицида (покупка или сбор таблеток, хранение отравляющих веществ).

— Сообщение друзьям о том, что принято решение о самоубийстве,

2. Нехарактерное поведение, изменение привычного поведения

— Стойкая тяга к прослушиванию грустной музыки и песен.

— Раздражительность, угрюмость, подавленное настроение, проявление признаков страха, беспомощности, безнадёжности, отчаяния, чувство одиночества («Меня никто не понимает и я никому не нужен»)

— Стремление к рискованным действиям, отрицание проблем.

— Внезапное, без видимой причины, завершение планов, раздача любимых предметов, примирение с давними врагами.

— Попытка уединиться: закрыться в комнате, убежать и скрыться от друзей (при наличии другихстораживающих признаков).

— Изменение аппетита. Отсутствие его или, наоборот, ненормально повышенный аппетит тесно связаны с саморазрушающими мыслями и должны всегда рассматриваться как критерий потенциальной опасности.

— Изменение режима сна. Подростки начинают спать целыми днями или, напротив, теряют сон и превращаются в "сов".

— Снижение успеваемости, пропуск занятий, невыполнение домашних заданий.

Подростки, которые переживают кризис, теряют интерес ко всему, что раньше любили. Спортсмены покидают свои команды, музыканты перестают играть на своих музыкальных инструментах, те же, кто каждое утро делал пробежку, к этому занятию остывают. Многие перестают встречаться с друзьями, избегают старых компаний, держатся обособленно.

Почему это происходит, и кто этому подвержен в большей степени?

Потеря самоуважения. Молодые люди с заниженной самооценкой или же относящиеся к себе и вовсе без всякого уважения считают себя никчемными, ненужными и нелюбимыми. Им кажется, что они аутсайдеры и неудачники, что у них ничего не получается и что никто их не любит.

Психологическая травма. Каждый человек имеет свой индивидуальный эмоциональный порог. К его слову может привести крупное эмоциональное потрясение или цепь мелких травмирующих переживаний, которые постепенно накапливаются. Расставание с родными, домом, привычным укладом жизни, столкновение со значительными физическими и моральными нагрузками, незнакомая обстановка и атмосфера. Если к этому добавляется развод родителей, смерть или несчастье с кем-либо из близких, личные невзгоды, у него могут возникнуть мысли и настроения, требующие обязательной работы со специалистом. Ну и есть вариант просто поговорить и спросить об этом ребенка, если контакт не утрачен.

Подростков привлекает тема смерти. Самоубийство является одной из форм *девиантного* («особого», отклоняющегося от норм) поведения подростков. Подростки отличаются высоким уровнем самовыражения и эмоциональности, но при этом часто наибольший перевес имеют депрессивные мысли и переживания. Мысли о том, что «я никому не нужен» посещают каждого подростка. Часто дети думают, что без них окружающим будет легче и лучше, что их существование лишено всякого смысла. Часто во время конфликтов подростков посещают мысли о смерти, и тогда дети начинают представлять собственную смерть как бы со стороны — как все будут плакать, как всем будет его не хватать, все будут просить прощения за свои слова и поступки и так далее. Но одного подросток не понимает — он умрёт по-настоящему. Причиной этого непонимания служит, что они уникальны и являются исключением из обычных законов природы, поэтому будут жить вечно. Подростки действительно не понимают, что после всех извинений и слёз его родственников и друзей хэппи-энда не будет, он действительно умрёт и больше никогда не оживёт. Не осознавая этого, подростки часто решаются на добровольный уход из жизни и совершают попытку суицида. Для подросткового возраста типичны попытки суицида, которые заведомо не могут привести к смерти. Тем самым подросток даёт о себе знать окружающим, он хочет внимания, а также хочет напугать взрослых своими действиями.

Если вдруг узнал, что твой ребенок играет в "смертельные игры", куда звонить и к кому обращаться?

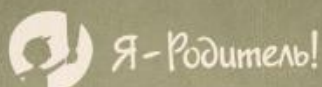
Прежде всего ситуацию нужно признать. Как показала практика - именно это сложно многим родителям. Они говорят себе "это не правда, с моим ребенком такого быть не может. Он же у меня хороший (спокойный, неконфликтный, позитивный и так далее). Это какая-то ошибка, он/она в этой группе случайно, его затащили туда". Это очень типичная картина. Далее - отнестись к этому по возможности без эмоций - это не вы плохая семья, не вы плохой родитель, и уж тем более не ваш ребенок плохой/нарушитель. Это просто происходит. У этого есть причины, их надо понять. И надо что-то сделать, так, чтобы не стало еще хуже.

Если контакт сохранен, если вы в доверительных отношениях с ребенком, если он делится с вами чем-то личным, а не только школьными новостями и оценками, лучше поговорить откровенно. Сказать, что вы узнали факт его присутствия в группе, что вас это беспокоит, спросить, что ребенок обо всем этом думает. Причем в разговоре 20 процентов должно быть текста родителя и 80 процентов - текста **ребенка, важно ВЫСЛУШАТЬ.** А потом вместе принимать решение - идти ли к психологу.

Разговор ни в коем случае не должен сводиться к причитаниям и истерике родителя по поводу того, каков окружающий мир в целом и ребенок в частности, не должен строиться в агрессивной, или требовательной, или иной авторитарной форме. Это разговор не для снятия тревожности или гнева родителя, а для того

чтобы **УСЛЫШАТЬ** ребенка и дать ему понять, что вы по-прежнему помните, что он - один из самых главных и близких ваших людей в этой жизни.

Если контакт утерян, важно все же попробовать поговорить в таком же ключе, но здесь просто **обязателен визит специалисту**.



КУДА ОБРАТИТЬСЯ, ЕСЛИ ЕСТЬ ПОДОЗРЕНИЯ О НАХОЖДЕНИИ РЕБЕНКА В «ГРУППАХ СМЕРТИ»?

ПРОФИЛАКТИКА ДЕТСКИХ И ПОДРОСТКОВЫХ СУИЦИДОВ:



**ТЕЛЕФОН
ДОВЕРИЯ**
8-800-2000-122

**ДЕТСКИЙ
ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ:
8-800-2000-122**

Бесплатно и анонимно, принимаются звонки как от детей, так и от взрослых.

**ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
ДЕТИ.ОНЛАЙН
8-800-2500-015**

Бесплатная всероссийская служба телефонного и онлайн консультирования для детей и взрослых по проблемам безопасного использования интернета и мобильной связи.

КАК ЗАКРЫТЬ САЙТ ИЛИ ГРУППУ С СУИЦИДАЛЬНЫМ КОНТЕНТОМ?



**ЕСЛИ ВЫ ОБНАРУЖИЛИ
В ИНТЕРНЕТЕ ГРУППУ ИЛИ САЙТ,
ПРИЗЫВАЮЩИЙ К САМОУБИЙСТВУ,
ТО МОЖЕТЕ СООБЩИТЬ ОБ ЭТОМ В
РОСКОНАДЗОР.**

ДЛЯ ЭТОГО НЕОБХОДИМО:

ЗАЙТИ НА САЙТ РОСКОНАДЗОРА

В «ЕДИНЫЙ РЕЕСТР ДОМЕННЫХ ИМЕН, УКАЗАТЕЛЕЙ СТРАНИЦ САЙТОВ В СЕТИ «ИНТЕРНЕТ» И СЕТЕВЫХ АДРЕСОВ, ПОЗВОЛЯЮЩИХ ИДЕНТИФИЦИРОВАТЬ САЙТЫ В СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», СОДЕРЖАЩИЕ ИНФОРМАЦИЮ, РАСПРОСТРАНЕНИЕ КОТОРОЙ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ЗАПРЕЩЕНО» И ОТКРЫТЬ ВКЛАДКУ ПРИЕМ СООБЩЕНИЙ ИЛИ ПЕРЕЙТИ ПО ССЫЛКЕ

[HTTPS://E AIS.RKN.GOV.RU/FEEDBACK/](https://eais.rkn.gov.ru/feedback/) и заполнить все поля в форме

ЕСЛИ У ВАС ВОЗНИКЛИ ВОПРОСЫ ИЛИ ПРОБЛЕМЫ С ЗАПОЛНЕНИЕМ ФОРМЫ, МОЖНО НАПИСАТЬ НА ЭЛЕКТРОННУЮ ГОРЯЧУЮ ЛИНИЮ РОСКОНАДЗОРА:

ZAPRET-INFO@RKN.GOV.RU

НА САЙТЫ И ГРУППЫ С КОНТЕНТОМ, МОЖНО ТАКЖЕ ПОЖАЛОВАТЬСЯ В ЛИГУ БЕЗОПАСНОГО ИНТЕРНЕТА:

[HTTP://WWW.LIGAINETNET.RU/HOTLINE/SUICIDE.PHP](http://www.ligainternet.ru/hotline/suicide.php)

Как обезопасить детей от "смертельных игр"?

Многие родители заводят фейковые подростковые профили "ВКонтакте", добавляются к своему ребенку и отслеживают, что он публикует. Такой вариант, безусловно, про нарушение границ и доверия, но на войне все средства хороши.

- контроль еды: детям (особенно девочкам) внушают, что они толстые, и начинают усиленно худеть, даже если не имеют проблем с лишним весом.
- контроль сна: в 4:20 утра подростки, вступившие в группу смерти, обязательно должны быть в сети. Иногда они даже просят кого-то из своих виртуальных знакомых позвонить им и разбудить их в это время.
- 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 интересуют призывы к насилию или суицидальному поведению.

- 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.

- Следите за изменениями в поведении ребенка

Резкое изменение поведения, падение успеваемости, изменение музыкальных пристрастий, круга общения, появление новых увлечений – ко всему этому нужно относиться внимательно и обязательно разговаривать с ребёнком. Подросток должен чувствовать поддержку родных, а родители должны дать понять, что примут его любого, со всеми проблемами, комплексами и недостатками.

Вас должно насторожить:

- появление порезов и шрамов на теле ребенка;
- явное нарушение режима сна
- изменение аппетита
- желание подростка дарить и раздавать свои вещи, в том числе и те, что особенно памятны для него;
- поведение ребенка, похожее на поведение перед отъездом (например, он наводит порядок в комнате, спешит закончить какие-то дела, встретиться с родственниками, которых давно не видел, раздать долги).

Следите за здоровьем подростка, так как в этом тоже могут крыться причины депрессии. **И не бойтесь обращаться к специалистам из сферы душевного здоровья - психологам, психотерапевтам, психиатрам, особенно когда речь идет о жизни ребенка.**