

Памятка для родителей несовершеннолетних

«Как уберечь ребенка от «групп смерти» в социальных сетях»

1. Определить время пребывания подростка в сети Интернет (по журналу, по запросу к провайдеру, по выписке сотового оператора).
2. Обращать внимание на сонливость подростка, рассеянное внимание, «отсутствующий вид», это может быть следствием ночной активности в социальных сетях.
3. Выявлять следы самоповреждений на руках (царапины, порезы).
4. Так как в группе используется особая символика, для определения принадлежности подростка к «группам смерти» следует обращать внимание на рисунки в тетрадах, на теле (рисунки китов, бабочек).
5. Проверить присутствие на странице хештегов - специальных меток со значком #, с помощью которых дети сигнализируют организаторам суицидальных групп о готовности вступить в игру: #f57; #домкитов; #морекитов; #китобой; #тихий дом; #рина; #хочувигру; #infinityeye; #млечныйпуть; #храмсмерти; #няпока; #истина; #ФилиппЛис; #мертвыедуши.
6. При мониторинге сети Интернет обращать внимание на «аватарку» подростков, так как характерным проявлением принадлежности к таким группам является отсутствие на ней фотографии подростка, взамен которой, как правило, выставляют графические или символические знаки, либо лицо подростка скрытано.

Самое простое и главное, что родители могут сделать — это общаться и слушать своего ребенка, обнимать его и говорить почаще, как он им нужен и любим!

Чтобы не стать жертвой психологического давления, важно знать, что:

- Администраторы «групп смерти» используют определенный набор действий манипулятивного характера, в том числе эмоциональный шантаж.
- Осуществляется жесткая привязка подростка к группе в социальной сети (ОК, ВК), через вербальный контакт (переписка в ВК, связь по скайпу);
- Подростка заставляют просыпаться или под звонок администратора, или под свой будильник, в раннее утреннее время (4.00 - 4.20 и до 5.00-5.20).
- Подросток вынужден просматривать видео агрессивного и депрессивного содержания, аудиофайлы с неприятными звуками, так как находится под угрозой исключения из группы ВК.
- Для подтверждения своих намерений (суицидальных), подросток должен выложить администратору скриншоты (фото) с самопорезами.

В случае выявления данных признаков у подростка, следует незамедлительно информировать классного руководителя, либо обратиться к специалистам учебного заведения: педагогу-психологу - **каб.406 (т. 8-923-320-22-88)**, социальному педагогу - **каб.311 (8-953-856-85-35)**.

При необходимости, прибегать к услугам служб экстренного реагирования:

Горячая линия «Ребенок в опасности»: 123 — для абонентов Красноярского края; 8(953) 585-30-00, либо 8(391) 285-30-00

Телефон горячей линии МВД: 8(391)227-19-95.

Психологическая служба экстренного реагирования: 8(391) 297-24-00

Телефон доверия Главного следственного управления: 8 (391) 273-02-99

Телефон оперативного дежурного по Главному следственному управлению: 8 (391) 227-06-45

Единый бесплатный всероссийский телефон доверия: 8 (800) 2000-122

Как не допустить суицид у подростка»

Ситуации риска, когда родителям нужно быть внимательными и обратиться за помощью к специалистам:

- непонимание своего ребенка, напряженная атмосфера в семье;
- конфликтность подростка по отношению к другим (семейные конфликты, конфликты со сверстниками, унижения, травля со стороны сверстников);
- агрессивность подростка по отношению к окружающим;
- зависимости подростка (компьютерная, пищевая, алкогольная, наркотическая);
- резкая негативная смена увлечений, окружения, друзей;
- смена настроения подростка, переживания, печаль, обиды, подавленность и т.д.;
- негативные изменения в поведении подростка (склонность к уходу из дома, хулиганство, воровство и т.д.);
- резкое снижение учебной успеваемости;
- изменения в самооценке;
- нарушения сна, повышенная утомляемость, длительная бессонница;
- длительное (более одного месяца) повышение или понижение настроения, сильная тревога;
- длительные острые переживания подростком утраты (смерти значимого близкого), несчастной любви и т.д.;
- рискованное поведение, в котором высока вероятность причинения вреда своей жизни и здоровью;
- неуверенность подростка в своем будущем, негативная оценка настоящего и будущего, угрозы покончить жизнь самоубийством;
- наличие примера суицида в ближайшем окружении или среди значимых взрослых или сверстников

- ✓ Если Вы заметили хотя бы один из перечисленных признаков (ситуаций), это уже достаточный повод для того, чтобы прежде всего уделить повышенное внимание своему ребенку, спокойно обсудив ситуацию, причины, уточнив, чем Вы можете помочь, совместно обдумать пути исправления, сглаживания ситуации.
- ✓ Рассмотрите возможности обращения к специалистам вместе с ребенком или самостоятельно, очно или заочно (посредством Интернет-консультирования, телефона доверия – 8-800-2000-122).

КРОМЕ ТОГО, ВСЕГДА СТАРАЙТЕСЬ:

- Сохранять контакт со своим ребенком;
- Поощрять подростка к самостоятельному выстраиванию жизненных перспектив;
- Совместно обсуждать такие понятия, как смысл и ценность жизни, любовь, дружба, предательство;
- Научить радоваться не только успехам, достижениям, наградам, но и получать удовольствие от жизни (от общения с природой, друзьями, от интересных книг, спорта, хобби, выполнения домашних обязанностей).