

Родители, обратите ВНИМАНИЕ!!!



ОСТОРОЖНО!

Опасная игра

Группа «Синий кит», «Тихий дом» зарегистрированные в «ВКонтакте» - способ доведения детей до самоубийства. Шаг за шагом подростки проходят роковой квест (игра): режут руки лезвием, оставляют «царапки» на руках, ногах (внутренней поверхности бедер), могут оставить предсмертную записку в социальных сетях с планами сброситься с крыши высотного здания.

«У ПОДРОСТКОВ НЕТ СФОРМИРОВАННОГО ОЩУЩЕНИЯ КОНЕЧНОСТИ»

Какие признаки поведения подростка могут насторожить родителя?

Устойчивые фантазии о смерти (например, странные рисунки или записки с упоминанием слов «суицид», «самоубийство»), невербальные «знаки», мысли, прямые или косвенные высказывания о самоповреждении или самоубийстве (фразы о нежелании продолжать жизнь вроде «я предпочел бы быть мертвым», за которыми подсознательно могут прятаться послы «я собираюсь убить себя»), сожаления о том, что «еще жив».

Состояние подавленности, апатии, желание уединения или раздражительность.

Рискованное поведение, в котором высока вероятность причинения вреда здоровью или жизни.

Резкое изменение поведения (ребенок стал неряшливым, не хочет говорить с близкими, стал раздаривать дорогие ему вещи, теряет интерес к любимым занятиям, отдаляется от друзей, портится поведение в школе; необъяснимые и часто повторяющиеся исчезновения из дома или прогулы в школе).

Проявления чувства вины, тяжелого стыда, обиды, сильного страха.

Высокий уровень безнадежности в высказываниях, ощущения одиночества (в форме фраз вроде «мне никто не поможет», «бессмысленно с кем-то разговаривать»).

Заметная импульсивность в поведении, беспокойство, ажитация на фоне дезадаптации (утраты умения приспособливаться к условиям социальной среды), нарушенных межличностных связей.

Факт недавнего или текущего кризиса (при этом может наблюдаться необычное снижение активности — например, успеваемости в школе; неспособность к волевым усилиям) или факт недавней утраты.

Эмоционально-когнитивная фиксация на кризисной ситуации, объекте утраты.

Выраженное физическое или психическое страдание (болевого синдрома, «душевная боль»).

Отсутствие социально-психологической поддержки (не принимающее окружение)

Нежелание подростка принимать медицинскую помощь (недоступность терапевтическим вмешательствам).

Если вы увидели хотя бы один из признаков — это уже достаточный повод для того, чтобы уделить внимание своему ребенку и поговорить с ним. Спросите, можете ли вы ему помочь и как, с его точки зрения, это сделать лучше. Не игнорируйте ситуацию. Даже если ваш сын или дочь отказываются от помощи, уделяйте ему больше внимания, чем обычно. Вы всегда можете обратиться к специалисту самостоятельно или с ребенком.

Напомним, сообщения о «группах смерти» в соцсетях интернет всколыхнули в середине прошлого года. Российское издание «Новая газета» [опубликовало расследование](#) о группах во «ВКонтакте», где детей якобы готовят к самоубийствам посредством психологического давления и зловещих квестов. Журналист выдвинула предположение, что в соцсети действует группа взрослых людей, причастная к смерти более 130 детей. Позже оказалось, что администраторами подобных групп были и [подростки](#).

Памятка для родителей

расспросите ребенка о его виртуальных друзьях;

заходите в Интернет вместе с ребенком. Объясните, что и как там устроено, побуждайте ребенка делиться своими впечатлениями, спрашивать совета;

попросите ребенка рассказывать вам о любых неприятных ситуациях, связанных с его общением в Интернете;

запретите ребенку выдавать свои личные данные (адрес, телефон, дорогу, по которой он ходит в школу, и прочее);

пообещайте, что вы не будете сердиться и не запретите пользоваться компьютером, что бы ни случилось;

расскажите своему ребенку, что многое из того, что можно увидеть или прочесть в Сети, не является правдой, не стоит всему безоговорочно верить;

объясните ребенку, что его виртуальный друг в реальном мире может оказаться не тем, за кого себя выдает;

также контролируйте своих детей в Сети с помощью специальных программ. Они помогут вам отделить вредоносное ПО, понять, какие сайты посещал ваш ребенок, что он там делал;

помните, что запрет на пользование компьютером не дает желаемых результатов;

будьте другом своему ребенку, интересуйтесь его увлечениями и обсуждайте возникающие у него проблемы.

Телефоны экстренной психологической помощи



Республиканская телефонная горячая линия по оказанию психологической помощи несовершеннолетним, попавшим в кризисную ситуацию, — телефон доверия для детей:

8-801-100-16-11

(круглосуточно, бесплатно).

Учреждение "Гомельская областная клиническая психиатрическая больница"

«ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ» 8 (0232) 35-91-91

Экстренная психологическая помощь осуществляется круглосуточно высококвалифицированными специалистами в области психологии

Анонимные подростковые наркологические консультативные кабинеты в г. Гомеле:

Советский район:

тел. **47-36-12**

Понедельник с 13.00 до 16.00, четверг с 12.00 до 16.00

Новобелицкий район:

тел. **37-45-35**

Вторник с 13.00 до 17.00

Центральный район:

тел. **77-30-00**

Среда с 14.00 до 17.00

Железнодорожный район:

тел. **57-79-25,**

тел. **57-72-29**

Пятница с 12.00 до 16.00

Информация подготовлена по материалам государственного учреждения здравоохранения «Гомельская центральная городская детская клиническая поликлиника»