



"Деструктивные игры в социальных сетях"

Специалисты говорят о том, что социальные сети сегодня – это средство общения и получения эмоций. Для подрастающего поколения они притягательны вдвойне. С их помощью можно найти друзей и единомышленников, поделиться впечатлениями и переживаниями,

свободно выражать свое мнение и задавать интересующие вопросы, не боясь насмешек и непонимания. Для подростка это своеобразная терапия общения, которая ему так необходима и которую не все подростки могут получить в реальности.

Но есть у этой медали и другая сторона. В социальных сетях стали распространяться так называемые опасные «группы» и им подобные «квесты», администраторы которых играют на эмоциях несовершеннолетних, превращают их в марионеток, жонглируют судьбами, используя психологические уловки и шантаж.

Можно ли предотвратить негативное воздействие на психику подростков? Как защитить их от распространяющихся в сети деструктивных идей и опасных игр. По какой причине подростки оказываются втянутыми в игру? Вопросов возникает много. Давайте попробуем найти ответы. Отчасти интересоваться ими молодежь толкает природное любопытство. Даже заранее зная о том, что последним заданием «игры» является самоубийство, подростки, как правило, не воспринимают эту опасность всерьез. Ввязываются в игру, пытаясь доказать, что внутренне сильнее других, что с ними ничего плохого случиться не может. Но все же кураторы подобных игр или групп неплохо разбираются в психологии, в том числе детской, владеют механизмами эмоционального воздействия и психологического давления. Что заставляет подростков играть до конца? Корень проблемы заключается в отсутствии доверительных контактов с ближайшим окружением, в первую очередь, с родителями, сверстниками, учителями. Даже если подросток попал в поставленный кем-то психологический капкан (например, если его шантажируют компроматом), важно, чтобы он мог излить душу кому-то из близких, кто поможет выпутаться из сложной ситуации. Чтобы эта проблема не коснулась детей, родителям стоит не запрещать пользоваться социальными сетями (ведь запретный плод, как известно, сладок), а максимально широко объяснять, какие мотивы движут злоумышленниками. Расскажите о том, что кураторы таких игр и групп самоутверждаются за счет своих подписчиков, хотят получить над ними власть, чтобы играть с детьми, как с куклами, не заботясь об их чувствах и дальнейшей судьбе. К сожалению, в интернет-пространстве немало таких людей, детям и подросткам об этом нужно рассказывать обязательно. Взрослые должны предупреждать их о том, что «ходить» по сомнительным ссылкам может быть опасно не только из-за вирусной угрозы для компьютера. Не лишним будет напомнить несовершеннолетним о правилах безопасности, которые распространяются и на действия в интернете. Например, о том, что личные данные (адрес, телефон, паспорт) и другую подробную информацию о себе и своей семье нельзя сообщать незнакомым людям, потому как этими данными могут воспользоваться мошенники. Что еще можно сделать родителям. Прежде всего, не упускайте из виду круг общения и интересы ребенка, организуйте его досуг, постарайтесь сориентировать его на развивающие занятия вне школы. Бесцельное времяпровождение, когда подросток не знает, чем заняться на улице, или часами сидит за компьютером, провоцирует к необдуманным поступкам. Запрещая подростку выход в интернет, можно

вызвать негативную реакцию в ответ. Поэтому ограничения должны быть в разумных пределах. Например, можно подключить услугу «Родительский контроль», которая позволяет блокировать переход на потенциально опасные сайты и доступ к интернет-контенту, который не лучшим образом влияет на психоэмоциональное состояние подрастающего поколения. Не только любопытство, но и внутренние противоречия, непонимание близкими тоже подталкивают детей к опасным сетевым играм. Поэтому самое главное, что можно сделать: это **интересоваться жизнью ребенка** - следите за его увлечениями, но не пугайтесь, если он, например, начал слушать грустную или тяжелую музыку, это абсолютно типично для подростка. Но все же старайтесь направлять его интересы, предлагая более подходящие на ваш взгляд альтернативы; **не нарушайте доверия** ведь самый лучший способ оградить ребенка от опасности – это поддерживать с ним доверительные отношения. Разговаривать с ним честно и прямо. Можно не соглашаться в чем-то, спорить, искать аргументы, но не пытаться подавить его своим авторитетом. В конечном итоге помните, что рано или поздно он вырастет, и его взгляды поменяются. А пока, вместо того, чтобы взламывать его страницы, просто сядьте с ним и попросите его самого показать вам, в каких группах он состоит, и рассказать о людях, с которыми он переписывается; **разговаривайте, разговаривайте и ещё раз разговаривайте со своим ребенком**- самое главное, чем вы можете показать ребенку, что он важен, нужен и что он не один в этом мире – это открыто вести с ним диалог. Выбирайте время, когда он охотнее будет это делать, и обсуждайте с ним то, что вас беспокоит. Делитесь своими подростковыми воспоминаниями, это позволит вам сблизиться. Не забывайте напоминать ребенку о его уникальности, можно даже простить ему странные прически и непонятный стиль в одежде (все проходит, пройдет и это). На данном этапе, таким образом, происходит его самовыражение, так ему проще ощущать себя частью своего подросткового социума и быть «как все»; **общайтесь с его окружением**. Можно обратиться к друзьям, одноклассникам, классному руководителю или тренеру. Возможно, кто-то знает о происходящем в жизни вашего ребенка в данный момент чуть больше, чем вы. Заодно, можно обсудить ваши опасения с другими родителями, узнать, что думают об этом в школе и предпринимают ли какие-то действия.

Одним словом, если вы почувствовали что-то неладное, то отложите все дела и скорее займитесь своим ребенком. Не перекладывайте ответственность на кого бы то ни было. Вы – тот самый человек, который первым должен прийти на помощь в любой ситуации. Ваша задача, как родителя, окружить его заботой, вниманием и каждый день **показывать своему ребенку, что он важен, нужен и любим**.