

«Профилактика суицидов в интернет пространстве»

В наши дни многие люди всерьез увлекаются Интернетом. Одним он необходим для работы, другим для общения, третьи находят в виртуальном пространстве нечто большее, чем просто дополнение к реальной жизни. Все эти вещи становятся такими же важными, как и настоящие друзья, родители, учеба, для наименее защищенной в информационном плане возрастной группы - несовершеннолетних. Так, все большее количество детей получает возможность работать в Интернете. На сегодняшний день он предоставляет огромное количество неконтролируемой информации. В связи с тем, что возраст, в котором человек начинает работать с Интернетом, становится все моложе, возникает проблема обеспечения безопасности детей. А кто им может в этом помочь, если не их родители и взрослые?

Прежде всего, надо понимать, что Интернет не причина, а благодатная почва для созревания намерений. Его опасность для детей и подростков, имеющих склонность к суицидальным настроениям, в том, что:

- предлагается очень много доступных способов самоубийства;
- легко можно найти компанию единомышленников;
- возникает и укрепляется убеждение, что «это и есть выход»;
- создается ореол романтики вокруг смерти и всего, что с ней связано.

Во-вторых, необходимо осознавать какие угрозы наиболее часто встречаются в интернет сети, это:

- доступ к нежелательному содержимому.
- контакты с незнакомыми людьми с помощью чатов или электронной почты.

«Подросток в соцсетях: что должно насторожить родителей»

Страничка ребенка в социальных сетях способна рассказать о нем многое. 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 родителей, постарайтесь аккуратно выяснить, по какой причине.
- Закрывание лица руками либо одеждой на фотографиях, демонстрация 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, посвященных смерти, а также цитат из мистических книг должно насторожить взрослых.
- 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) — один из ярких «симптомов» суицидальных наклонностей.

Необходимо чтобы родители просматривали страницы своих детей, анализировали сохраненные фотографии, по возможности устанавливали круг общения.

Необходимо на компьютерах и гаджетах установить программы-фильтры - "NetPolice" или "Интернет Цензор", которые позволяют запрещать просмотр нежелательных сайтов. Рекомендовать родителям настроить ограничение доступа детей и подростков к нежелательным сайтам в Интернете, с помощью Родительского контроля. Компьютер с подключением к Интернету должен находиться в общей комнате под присмотром родителей.

Важно также помнить, что особое место в предупреждении фактов доведения до самоубийства в интернет-сети, в том числе занимают меры правовые ответственности.

Так, п. «д», ч. 2 ст. 110 УК РФ предусмотрена ответственность за «Доведение лица до самоубийства или до покушения на самоубийство путем угроз, жестокого обращения или систематического унижения человеческого достоинства потерпевшего, совершенное в публичном выступлении, публично демонстрирующемся произведении, средствах массовой информации или информационно-телекоммуникационных сетях (включая сеть «Интернет»).

П. «д», ч. 3 ст. 110.1 УК РФ введена ответственность за «Склонение к совершению самоубийства путем уговоров, предложений, подкупа, обмана или иным способом при отсутствии признаков доведения до самоубийства» а равно Содействие совершению самоубийства советами, указаниями, предоставлением информации, средств или орудий совершения самоубийства либо устранением препятствий к его совершению или обещанием скрыть средства или орудия совершения самоубийства, если такое деяние совершено в публичном выступлении, публично демонстрирующемся произведении, средствах массовой информации или информационно-телекоммуникационных сетях (включая сеть «Интернет»).

Ч. 2 ст. 110.2 УК РФ также предусматривает ответственность за «Организацию деятельности, направленной на побуждение к совершению самоубийства путем распространения информации о способах совершения самоубийства или призывов

к совершению самоубийства, сопряженное с публичным выступлением, использованием публично демонстрирующегося произведения, средств массовой информации или информационно-телекоммуникационных сетей (включая сеть «Интернет»).

Кроме того, через форму на сайте Роскомнадзора (<https://rkn.gov.ru/>) есть возможность направить сообщения о наличии в сети Интернет — информации о способах совершения самоубийства, а также призывах к совершению самоубийства. После рассмотрения заявления, на указанный электронный адрес почты, придет сообщение о результатах рассмотрения. В случае подтверждения наличия материалов с противоправным контентом доступ к указанному ресурсу будет ограничен.

Таким образом, взрослым важно понимать, что, подключаясь к сети Интернет, ребенок встречается с целым рядом угроз, о которых он может даже и не подозревать, и объяснить ему это обязаны именно родители, перед тем, как разрешить ему выход в Интернет.

Памятка для Родителей по безопасности использования сети Интернет детьми

- 1. Посещайте Интернет вместе с детьми. Поощряйте ваших детей делиться с вами их успехами и неудачами в деле освоения Интернета.*
- 2. Объясните детям, что если в Интернете что-либо беспокоит их, то им следует не скрывать этого, а поделиться с вами своим беспокойством.*
- 3. Объясните ребенку, что при общении в чатах, использовании программ мгновенного обмена сообщениями (типа ICQ, Microsoft Messenger и т.д.), использовании Online-игр и других ситуациях, требующих регистрации, нельзя использовать реальное имя, помогите вашему ребенку выбрать регистрационное имя, не содержащее никакой личной информации.*
- 4. Объясните ребенку, что нельзя выдавать свои личные данные, такие как домашний адрес, номер телефона и любую другую личную информацию, например, номер школы, класс, любимое место прогулки, время возвращения домой, место работы отца или матери и т.д.*
- 5. Объясните своему ребенку, что в реальной жизни и в Интернете нет разницы между неправильными и правильными поступками.*
- 6. Научите ваших детей уважать собеседников в Интернете. Убедитесь, что они понимают, что правила хорошего тона действуют одинаково в Интернете и в реальной жизни.*
- 7. Скажите им, что никогда не стоит встречаться с друзьями из Интернета. Ведь люди могут оказаться совсем не теми, за кого себя выдают.*

8. Объясните детям, что далеко не все, что они могут прочесть или увидеть в интернет-пространстве – правда. Приучите их спрашивать о том, в чем они не уверены.

9. Не забывайте контролировать детей в Интернете с помощью специального программного обеспечения. Это поможет вам отфильтровывать вредоносное содержание, выяснить, какие сайты на самом деле посещает ваш ребенок и что он там делает.

Что должны знать родители о суициде?

В настоящее время пристальное внимание специалистов-практиков, ученых-исследователей, общественности обращено на проблему детских и подростковых суицидов. Самоубийство как причина смерти является третьей по величине среди всех других причин смерти подростков и детей.

Дети, предпринимая суицидальную попытку, действительно не предполагают умереть. После окончания «смерти» дети предполагают зажить без былых конфликтов с теми, кому они адресовали свой суицид как последний аргумент, как крик о помощи. Чаще всего это родители.

Очень важно знать, что дети, как правило, выбирают наиболее травматичные способы совершения суицида: падение с высоты, самоудушение и самоповешание, самоутопление и т.п. Практически в каждом случае детского суицида было обнаружено насилие в семье, однако здесь выявились любопытные подробности.

а) Наиболее часто встречаются проявления психического насилия, то есть запугивание, унижение, оскорбительные наказания, подкуп, злоупотребление доверием, чрезмерный контроль, пренебрежение заботой и т.п. Пожалуй, правильно будет сказать, что психическое насилие — это главная характеристика семейной атмосферы маленького суицидента.

б) Более чем в половине случаев имеет место проявление жестокости, то есть физическое насилие. Дети, в буквальном смысле слова, были доведены до суицида побоями и устрашающими наказаниями (изоляция в темной комнате, лишение пищи и питья). Не нужно думать, что подобные действия родителей и опекунов остаются безнаказанными. Когда они выявлены, Уголовный кодекс действует, однако отсутствие системы защиты прав ребенка, специальных структур, таких как, к примеру, детские суды, очень усложняют ситуацию.

в) Среди причин детского суицида почти нет сексуального насилия в семье. Можно предположить, что маленький ребенок совершает суицид, потому, что чувствует себя никому не нужным и нелюбимым. Становясь объектом сексуального домогательства кого-то из родственников, он чувствует себя очень важной персоной: взрослый делит с ним секрет и явно в нем нуждается. Его растлевают, он же думает, что его любят.

г) Ключевой фигурой в суицидальной коллизии как ребенка всегда является мать. Дисгармония или даже разрушение диады мать—дитя — это главная суицидальная опасность в семье. Вообще «мать суицидента» — это любимая тема многих суицидологических исследований. Мать маленького суицидента — это, как правило, или очень плохая, или очень хорошая мать. Очень плохая мать — это женщина с выраженным эмоционально-волевым дефектом. Сама она не истязает своего ребенка, но не препятствует в этом другим. Она не защищает, не поддерживает, не заботится о нем, она о нем не помнит, он ей не нужен, она его отвергает.

Нетрудно заметить: будучи столь непохожими, эти женщины одинаковы в одном — они делают жизнь своих детей абсолютно невыносимой.

Всем, кто находится рядом с детьми, очень важно знать признаки суицидального поведения: дети становятся менее подвижными, жалуются на утомление и недомогание, становятся более раздражительными, капризными, плаксивыми. Отмечаются нарушения сна и аппетита. В высказываниях звучат недовольства собой и окружающими, жалобы на скуку. Потускнение прежних привязанностей с проявлением увлечения «погребальной» тематикой. Это может выражаться в играх, инициирующих погребение игрушек и домашних животных, рисунках с изображением могил, гробов, крестов, использование в рисунках черного цвета, в патологическом фантазировании на тему собственной смерти и похорон.

Психиатры и суицидологи отмечают, что суицидальное поведение в этом возрасте нередко служит одним из ранних диагностических признаков эндогенного заболевания.

Современные исследователи отмечают следующие симптомы суицидентного поведения у детей подростков:

- дисфория или потеря интереса к жизни и способности получить удовольствие;
- изменение аппетита и веса тела;
- потеря энергии; изменение продолжительности сна;
- изменение психомоторной активности;
- чувство собственной никчемности или вины;