

объясняем.рф



АЛИАНС
ПО ЗАЩИТЕ ДЕТЕЙ
В ЦИФРОВОЙ СРЕДЕ



Фото: LIFE.RU

Опасные игры

Дети и **интернет-челленджи**

Самые частые примеры:

- **причинение вреда самому себе**, или селфхарм: например, детей провоцируют наносить себе травмы, порезы, употреблять в пищу несъедобные вещества
- **риск для жизни**: например, селфи на большой высоте — на крыше или на краю обрыва. А ещё дети могут лазить по опасным местам, таким как технические помещения — чердаки, подвалы и другие
- **противоправные действия**: вандализм, хулиганство, причинение вреда другим людям

Чаще всего челленджи **распространяются через сообщества в социальных сетях или мессенджеры.**

- **16% детей** от 7 до 14 лет выполняли челленджи блогеров. В этом возрасте ребята наиболее подвержены чуждому влиянию
- **37% родителей** обеспокоены челленджами с призывами к опасным действиям
- Часть детей присоединялись к таким акциям **под давлением сверстников или участников групп в социальных сетях**

Некоторые челленджи смертельно опасны. К трагедии могут привести, например, **«блэкаут»**, когда люди разными способами перекрывают себе воздух и соревнуются, кто дольше продержится, а также **«зацепинг»** — когда человек катается на поезде снаружи вагона, держась за поручни, лестницы или подножки.

Почему подростки участвуют в челленджах



- Чтобы самоутвердиться среди друзей и не стать изгоем в коллективе — челленджи помогают выделиться
- Из-за подростковых гормональных изменений, например повышенного уровня адреналина или тестостерона
- Они не могут полностью контролировать свои действия, как взрослые. Лобные доли мозга, отвечающие за анализ последствий, окончательно формируются только к 25 годам



Чем опасны челленджи



- **Риск для здоровья и жизни** ребёнка
- **Психологические проблемы:** стресс, давление и общественное осуждение сказываются на ментальном состоянии
- **Правовые последствия**, например, ответственность за вандализм и хулиганство
- **Нормализация насилия** — положительное или нейтральное отношение к опасным и аморальным действиям



Как защитить ребёнка



- Регулярно узнавайте, чем он занимается в интернете и что сейчас считается модным среди его друзей
- Следите за активностью ребёнка в интернете, используйте родительский контроль. Но здесь нужна мера — у детей должно быть личное пространство в Сети
- Учите ребёнка мыслить критически и анализировать риски
- Придумайте альтернативы и поддерживайте участие в безопасных челленджах, например в благотворительной деятельности
- Проводите время с ребёнком, в том числе в интернете: вместе играйте в обучающие и развивающие онлайн-игры
- Подавайте пример — сами не участвуйте в сомнительных акциях

Что делать, если ребёнок уже участвует



- Спокойно **обсудите**, почему он захотел участвовать в челлендже, интересен ли ему какой-нибудь вид спорта или другие занятия, во время которых он может испытать такие же сильные эмоции. Узнайте, всё ли в порядке с уровнем самооценки, — спросите, что он думает о себе
- **Обратитесь** к школьному психологу. А если есть подозрение на гормональный дисбаланс — к эндокринологу, неврологу и другим профессионалам
- **Сообщите** модераторам соцсети и в правоохранительные органы об опасной группе