Тэма з падрабязнасцямі

ТАКАЯ ЖОРСТКАЯ «ГУЛЬНЯ»,

або Як сацыяльныя сеткі вымушаюць дзяцей адмовіцца ад жыцця

У расійскіх СМІ не так даўно пачалі з'яўляцца шакіруючыя публікацыі пра смяротную небяспеку інтэрнэту для падлеткаў. Журналісты правялі расследаванні шматлікіх выпадкаў суіцыдаў сярод дзяцей, «апрацаваных» сацыяльнымі сеткамі. Сапраўды, мы сёння маем справу з неверагоднай разбуральнай сілай віртуальнага свету. Так што давайце разбірацца.

Вось якім чынам раскрыла праблему перыядычнае выданне краіны-суседкі: «З дзецьмі ў сацыяльных сетках працуюць сістэмна і планамерна, крок за крокам падштурхоўваючы да апошняй рысы. Мы налічылі 130 (!) суіцыдаў дзяцей, якія здарыліся ў Расіі з лістапада 2015-га па красавік 2016 года, — амаль усе дзеці былі членамі адных і тых жа груп у інтэрнэце...»

Людзі неяк навучыліся спраўляцца з гіганцкімі звалкамі радыеактыўных адходаў, але, перасяліўшыся часткова ў сеткі інтэрнэту, яны завялі іх і тут. Дарослыя, заходзячы сюды, часцей за ўсё, не атрымліваюць «выпраменьвання», — папрацуюць, пакантактуюць і выходзяць. Дзеці пайшлі за дарослымі і прынялі агеньчыкі дрыгвы за святло, збіліся са шляху. Яны на гэтых звалках дыхаюць. А пасля — пакідаюць жыццё. Звалка гэта — велізарнае згуртаванне шматлікіх груп у сацыяльнай сетцы «УКантакце», як закрытых, так і адкрытых, якія падштурхоўваюць дзяцей да суіцыду. Як у любых «прафесійных» згуртаваннях, паміж імі ёсць сваркі і інтрыгі, яны адзін аднаго абзываюць шарлатанамі, мяркуючы, верагодна, што самі — прафесіяналы. Але ж, улічваючы колькасць дзяцей, якія наведвалі гэтыя групы і сышлі ў выніку з жыцця, прафесіяналы, як ні дзіка гэта гучыць, у гэтай вобласці сапраўды ёсць. Але хто гэтыя людзі: выродкі, маньякі, сектанты, фашысты?

Гэта першае пытанне, якое ўзнікае адразу. І другое: для чаго?

Версій шмат. Мы не ведаем, якая з іх праўдзівая. Усё, што мы ведаем цяпер абсалютна дакладна, дык гэта тое, што з дзецьмі працуюць дарослыя людзі — сістэмна, планамерна і дакладна, крок за крокам падштурхоўваючы іх да апошняй рысы. Працуюць з веданнем іх прыхільнасцяў і захапленняў, выкарыстоўваючы любімую імі лексіку і культуру. Працуюць з веданнем псіхалогіі, унушаючы дзяўчаткам, што яны «тоўстыя», а хлопцам, што яны — «лузеры» для гэтага свету. Таму што ёсць іншы свет, і ўсе там яны — «абраныя».

Тут самыя «бяскрыўдныя» слоганы — вось такія: «Найлепшыя рэчы ў жыцці з літарай «с» — сям'я, субота, секс, суіцыд». Песні кшталту: «...Мы пайшлі ў адкрыты космас, у гэтым свеце нам няма чаго лавіць». Пытанні: «Колькі сумных будняў ты гатовы яшчэ так праіснаваць?». Карцінкі: рэйкі і цягнік з подпісам «Гэты свет не для нас». Фота: дзеці на дахах з надпісам «Мы дзеці мёртвага пакалення»... І самае галоўнае: бацькі загінулых дзяцей проста не заўважалі ніякіх змен».

Далей — заклік да бацькоў: «Будзьце ўважлівымі. Правярайце, ці спяць яны ў 4.20? Што малююць на руках? Ці ўсе нажы дома? Можа быць, нейкія парады цяпер і неразумна гучаць, але гэта як каранцін. Сачыце за старонкамі «УКантакце», якія наведваюць вашы дзеці, паглядзіце разам з імі ролікі і відэа, якія яны глядзяць. Папрасіце іх даць вам паслухаць тыя песні, якія гучаць зараз у іх навушніках».

Усе мы былі падлеткамі, але што мы разумелі пра сябе на той момант? Дый цяпер, калі сталі дарослымі, што разумеем пра гэты няпросты для нашых дзяцей час?

Паводзіны падлеткаў нярэдка бываюць **дэманстрацыйнымі**. Яны ўсялях імкнуцца звярнуць увагу на сябе і свае праблемы, паказаць, што ім цяжка. І праявы могуць быць рознымі — ад парэзаў запясцяў рук да... атручэння неядавітымі лекамі і г.д. Звычайна гэта робіцца не для таго, каб нанесці сабе рэальную шкоду, а каб напалохаць навакольных,

прымусіць іх штосьці ўсвядоміць, тлумачаць спецыялісты. Другі варыянт — **афект**, калі крыўда і гнеў перашкаджаюць адэкватна ўспрыняць сітуацыю і падлетак паддаецца імпульсу — глытае таблеткі або любую атруту, якая трапляецца пад руку. Ёсць і **сапраўдныя** суіцыдальныя паводзіны, калі прадумваецца план дзеянняў. Тады пакідаюцца запіскі, адрасаваныя сваякам і сябрам, у якіх падлеткі развітваюцца з усімі, і часцей за ўсё тут яны выбіраюць не таблеткі, а падзенне з вышыні або павешанне.

Але практычна заўсёды суіцыд — вынік шматлікіх праблем!

Вельмі рэдка бывае так, што ніхто з навакольных абсалютна нічога не ведаў. Падлетак можа не гаварыць адкрытым тэкстам, але намёкі на «стомленасць ад жыцця» будуць. І гэта ўжо крык аб дапамозе! Сапраўдны суіцыд — гэта працяглы перыяд перажыванняў, барацьбы з самім сабой, пошук выйсця. А вось суіцыд афектыўна папярэдзіць практычна немагчыма. Калі бацькі застаюцца глухімі да таго, што спрабуе данесці ім падлетак, то падчас чарговага высвятлення адносін абуранае, раззлаванае дзіця можа скочыць у акно проста ў іх на вачах... Апытанні тых, хто выжывае ў такіх выпадках, паказваюць, што падлеткі не хацелі загінуць — проста гэта быў адзіны даступны сродак, які павінен быў прымусіць пачуць іх!

Існуе погляд, што той, хто аднойчы вырашыў пайсці з жыцця, будзе рабіць спробы зноў і зноў, пакуль намер не завершыцца поспехам. Але, як правіла, падлеткі, якія выжылі пасля першай спробы, больш нічога падобнага не ўчыняюць.

У вашага падлетка можа быць дэпрэсія. Прыгнечанасць, раздражняльнасць, нежаданне падтрымліваць стасункі павінны насцярожыць. Дэманстратыўнасць у адзенні і праяўленні эмоцый — таксама спосаб штосьці сказаць. Сябры, музыка, захапленні — усё можа быць ускосным сігналам.

Вы можаце падарыць свайму дзіцяці яшчэ пару красовак, але вашу шчырую зацікаўленасць яго жыццём гэта не заменіць. Адчуваеце «штосьці не тое» — разбірайцеся. Не цісніце, не павышайце голас, а тлумачце і прыводзьце станоўчыя прыклады са свайго жыцця.

Святлана БАРЫСЕНКА.

protas@zviazda.by

ВАЖНЫЯ ПРАВІЛЫ ДЛЯ БАЦЬКОЎ

● Дзіця, якое пастаянна сядзіць у сацыяльных сетках і мала цікавіцца рэальным жыццём, на самай справе ўпадае ў нейкі віртуальны транс, які стварае ў яго адчуванне «паралельнай рэальнасці».

Прапануйце занятак, які зможа выцягнуць «з сетак». Няхай будуць хобі, якія дапамогуць не толькі заняць час і мазгі, але і пабудаваць стасункі з равеснікамі.

● Як толькі адзін з падпісчыкаў «груп смерці» цікавіўся ў арганізатараў, хто яны і якія ў іх мэты, яго адразу выганялі з суполкі. Для таго, каб падлетак быў больш устойлівым да маніпуляцый «анлайн-сектантаў», трэба навучыць яго крытычна разважаць і задаваць нязручныя пытанні.

Падлетак павінен адчуваць вашу любоў і прыняцце. Калі дзіця ведае, што як бы ні зрабіла, яго зразумеюць і прымуць дома, яно будзе сапраўды ўпэўнена адчуваць сябе ў жыцці.

● Калі дзіця не высыпаецца, у яго ўзмацняюцца трывожнасць, унушальнасць, паніжаецца імунітэт — і фізічны, і псіхалагічны, нарастаюць скепсіс і непрыняцце.

Сон варта жорстка кантраляваць.

● Першая рэакцыя бацькоў, якія даведаліся, што іх дзеці сядзяць у групах, якія заклікаюць да суіцыду, — гэта ўзмацненне кантролю і забароны. Адзінай рэакцыяй падлетка на падобныя агрэсіўныя дзеянні стане агрэсія ў адказ.

Не падрывайце давер дзіцяці. Дзіця неабходна паважаць! Тады яго жыццё стане больш бяспечным і не будзе прычын яго пакідаць...

УСЁ ВЫРАШАЛЬНА

Невялікія лічбы па Беларусі (у параўнанні з Расіяй) могуць стварыць ілюзію таго, што праблема нас не датычыцца. Але гэта не так. Свой погляд на праблему выказала **псіхолаг Цэнтра дружалюбных адносін да падлеткаў «Поспех» Кацярына БЛІЗНЮК.**

— Ці можна сказаць, што інтэрнэт-групоўка смерці, пра якую стала вядома ў Расіі, — новая дэструктыўная культура, секта, ахвярапрынашэнне?

— Паміж групамі смерці і сектамі сапраўды шмат агульнага. Любая секта прагне аднаго — поўнай улады над чалавекам. Разумовы працэс замяняюць гатовымі шаблонамі. Вярбоўка зводзіцца да таго, што чалавеку даюць увагу і спачуванне. А пасля прапануюць паслухаць «пра вырашэнне ўсіх праблем». Проста паслухаць. Не спадабаецца — пойдзеш. Але пайсці практычна немагчыма! Ну як адмовіць у такой «драбязе» таму, хто цябе выслухаў і зразумеў? Так што, калі ты прыйшоў, астатняе — справа тэхнікі. Даверся, дазволь зрабіць сябе шчаслівым, перакладзі адказнасць за сваё жыццё на чужыя плечы, знімі з сябе гэты цяжар... Вось ты і папаўся! Думаць больш не трэба — пра ўсё падумаюць за цябе.

Наступны этап — прывязаць. Ахвяры даручаюць нескладаную работу. Такую, каб навічок заведама выканаў яе на «выдатна». Ну вось, малайчына! Бачыш, ты проста створаны для гэтага. Вось і рабі тое, што ў цябе добра атрымліваецца. Цябе заўсёды крытыкавалі? А тут толькі хваляць. Так чалавека падштурхоўваюць да думкі, што ўсе ранейшыя знаёмыя як мінімум дурні, якія не здолелі цябе ацаніць. Бацькі, настаўнікі, старыя сябры — усё гэта цёмныя, неразумныя людзі. Не дзіўна, што і стасункі з імі былі не самыя лепшыя. Натуральна, любы нармальны чалавек у гэтым засумняваецца. Але секта пра гэта выдатна ведае і да гэтага гатовая. Методыка пераканання адпрацавана, і часу на апрацоўку ахвяры не шкада.

Усемагчымыя прысвячэнні і пазнанні ісціны — пастка, трапіўшы ў якую, выбрацца амаль нерэальна. Як толькі ахвяру пераканалі ў магчымасці спасціжэння нейкай ісціны, далей яе час будзе распісаны па секундах.

— Чаму дзяцей, дый не толькі іх, цягне да дэструктыўнага?

— На маю думку, гэта не прага менавіта дэструктыўнага, а пошук прыняцця і разумення, якіх дзіцяці або даросламу не хапае ў яго асяродку. Дарослыя прывыклі лічыць перажыванні падлеткаў дробнымі і нязначнымі, часам проста адмаўляюць ім у праве на гэтыя перажыванні («Ды што ты разумееш», «Ды якія твае гады», «У цябе яшчэ будзе тысяча такіх дзяўчат» і г.д.). І гэта вымушае дзяцей або шукаць гэтае права на баку, або проста моўчкі пакутаваць. Калі нехта аўтарытэтны для гэтага падлетка дасць права на перажыванні або тым больш выдасць інфармацыю аб тым, што «ты асаблівы і можаш яшчэ і ўбачыцца са светам чараўніцтва», то ён дакладна атрымае немалы крэдыт даверу.

Акрамя таго, падлеткі часта не ўспрымаюць смерць сур'ёзна, рамантызуюць яе. Яны не думаюць аб тым, што гэта канец гісторыі. Гэта для іх, хутчэй, вызваленне ці пераход у іншы свет. Важна данесці, што рэальная смерць — ніякі не пераход. Бацькі павінны патлумачыць, што пакуль жывеш, у цябе ёсць магчымасць выбару: можа быць так, а можа быць і інакш. Але цягам усяго жыцця ў цябе ёсць і будзе шмат магчымасцяў, што б ні здарылася. Калі ж надыдзе смерць, ты ўжо не зможаш выбіраць. Гэта кропка, за якой нічога не будзе.

Часцей за ўсё дзеці ўтойваюць свае думкі пра смерць і не гатовыя абмяркоўваць іх з бацькамі. Калі ж яны закранаюць гэту тэму, падтрымлівайце такія размовы, не забараняйце іх. Дайце выказацца і нічога не ацэньвайце. Толькі пасля ёсць сэнс спакойна прывесці свае довады на карысць таго, што ў жыцця больш фарбаў і магчымасцяў, чым у смерці. Ніякіх крыкаў і папрокаў. Вы павінны прамаўляць толькі адно: жыццё — выдатнае і цудоўнае, і трэба змагацца за яго да апошняга.

ЗАПІС У СШЫТКУ

Паводле звестак Следчага камітэта, у 2015-м і па чэрвень 2016 года па фактах суіцыдаў сярод падлеткаў у Мінску праведзена 7 праверак, Віцебскай вобласці — 6, Мінскай — 5, Магілёўскай — 5 і па адным выпадку ў Брэсцкай, Гомельскай і Гродзенскай. З 12-ці дзяўчатак і 14-ці хлопцаў дваім было менш за 13 гадоў, 11-ці — ад 13 да 15 гадоў і 16-17 гадоў было 13-ці падлеткам.

— Падлеткі нярэдка спрабуюць процiпаставіць сябе большасці, а рэгулярнае згадванне пра такія выпадкі ў інтэрнэце і друку можа яшчэ больш падштурхнуць да падобнага ўчынку, бо юнаму чалавеку можа здацца, што ён нарэшце заслужыць пажаданую «ўвагу», — разважае **афіцыйны прадстаўнік Следчага камітэта Рэспублікі Беларусь Юлія ГАНЧАРОВА.** — Трагізм у тым, што гэта ўвага будзе мець дачыненне да прычыны самавольнага развітання з жыццём, да самога факту, але не да асобы ахвяры. Прымаючы да ўвагі сацыяльную значнасць гэтага пытання, следства дасканала падыходзіць да высвятлення абставін кожнага дзіцячага або падлеткавага суіцыду. Вывучаюцца ўмовы жыцця і выхавання, кола кантактаў і інтарэсы — каб высветліць, чаму падлетак не цаніў жыццё, чаму адбылася трагедыя.

Асноўнымі матывамі трагічных учынкаў, паводле следства, становяцца каханне без узаемнасці, унутрысямейны канфлікт або згасанне цікавасці да жыцця на фоне псіхічнага расстройства, ужывання алкаголю ці наркотыкаў. Нягледзячы на тое, што такім паводзінам папярэднічала сварка з бацькамі, сябрам/сяброўкай, гэта не было сапраўднай прычынай развітання з жыццём. Як правіла, мела месца дэпрэсія. Паспрыяла і адсутнасць эмацыянальнай блізкасці, давяральных стасункаў з бацькамі. Частка суіцыдаў учынялася дзецьмі з праблемных сем'яў, дзе мела месца пазбаўленне бацькоўскіх правоў. Хоць бывае і так, што, нягледзячы на знешнюю ўладкаванасць, трагедыя адбываецца на фоне эмацыянальнай неўраўнаважанасці, праз бясконцыя канфлікты з блізкімі людзьмі.