

ДЕСТРУКТИВНЫЙ КОНТЕНТ



в Сети



**КАК РАЗГОВАРИВАТЬ
ОБ ЭТОМ С РЕБЕНКОМ?**

ДЕСТРУКТИВНЫЙ КОНТЕНТ

это информация, размещенная в интернете, которая может оказать негативное влияние на пользователя, причинить вред физическому, психическому, духовному или нравственному развитию.



Ребенка или подростка невозможно оградить от цифровой среды, но всегда можно заранее проговорить и объяснить ему, какие опасности могут подстерегать в сети, как воздействует такой контент, и что можно сделать, чтобы не поддаваться его влиянию.

Что важно объяснить?





АГРЕССИВНЫЙ И ЖЕСТОКИЙ КОНТЕНТ

Это может быть видео с насилием, издевательствами, жестокими сценами, драками, авариями, унижением людей или издевательствами над животными, которые подаются как «шок-контент».



ЧТО ВАЖНО ОБЪЯСНИТЬ



такие видео могут вызывать страх, злость, напряжение или «застрывать» в голове, даже если кажется, что смотришь их спокойно;

организм может реагировать сам, независимо от желаний: ухудшается сон, настроение, появляется тревога;

прекращать просмотр такого контента – это нормальный способ позаботиться о себе.



ОНЛАЙН-ТРАВЛЯ И УНИЖЕНИЯ

Это могут быть насмешки, оскорбления, обесценивание, высмеивание внешности, интересов или ошибок, в том числе в «шутливой» форме, в чатах, комментариях, игровых сообществах.



ЧТО ВАЖНО ОБЪЯСНИТЬ



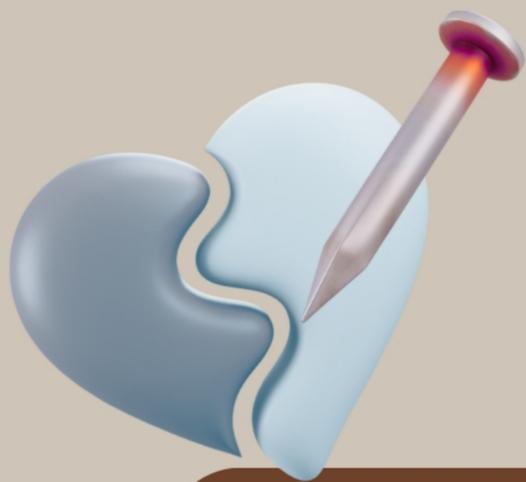
если тебе пишут или говорят вещи, после которых становится больно, стыдно, страшно или хочется «исчезнуть», это не норма общения;



травля не означает, что с тобой что-то не так, и ты не обязан терпеть или отвечать;



люди, которые травят, часто добиваются реакции и чувства власти, поэтому молчание или выход из общения не слабость, а способ защитить себя.



СУИЦИДАЛЬНЫЙ И САМОПОВРЕЖДАЮЩИЙ КОНТЕНТ

Это могут быть аудио, видео, посты или комментарии про порезы, саморазрушение, «желание исчезнуть», обсуждение способов причинения вреда себе или подача боли как выхода из трудной ситуации.



ЧТО ВАЖНО ОБЪЯСНИТЬ



такой контент не показывает реальных последствий и часто искажает представление о том, что происходит с человеком на самом деле;



частый контакт с материалами может усиливать тяжелые мысли и ощущение безысходности, даже если изначально был просто интерес;



мысли о причинении вреда себе – это сигнал о том, что человеку сейчас трудно, а не признак слабости, «плохости» или желания привлечь внимание.



МОШЕННИЧЕСТВО И ОБМАН

Это ситуации, где предлагают призы, выигрыши, бонусы в играх, просят срочно помочь, перевести деньги, сообщить код, пароль или личные данные. Часто это выглядит как обычное сообщение или знакомый аккаунт.



ЧТО ВАЖНО ОБЪЯСНИТЬ

- ▶ просьбы сделать что-то срочно, «пока не поздно» – это частый способ давления и обмана;
- ▶ никакие игры, конкурсы и знакомые не должны просить коды, пароли или данные карт;
- ▶ если что-то вызывает сомнение, лучше остановиться, чем действовать на автомате;
- ▶ угрозы «заблокируют аккаунт», «будут проблемы» – это способ тебя запугать, а не реальная опасность.



ОПАСНЫЕ ЧЕЛЛЕНДЖИ

Это могут быть задания и флешмобы, где предлагают рисковать здоровьем, терпеть боль, унижаться, нарушать правила или делать что-то опасное ради лайков, просмотров или «признания».



ЧТО ВАЖНО ОБЪЯСНИТЬ



такие челленджи устроены так, чтобы давить на страх быть «хуже других» или «не в теме»;

сильные эмоции и импульс «попробовать» возникают из-за давления и вовлечения, а не потому, что задание действительно интересно;

если задание связано с болью, риском или необходимостью доказать что-то другим, это не игра и не проверка смелости.



МАНИПУЛЯТИВНЫЕ СООБЩЕСТВА И РАДИКАЛЬНЫЙ КОНТЕНТ

Предлагают простые объяснения сложных событий, формируют образ «врагов», требуют лояльности и постепенно ограничивают альтернативные точки зрения и прежние контакты.



ЧТО ВАЖНО ОБЪЯСНИТЬ

любые идеи, которые требуют отказываться от чувств, опыта или отношений с близкими ради «правильной позиции», небезопасны;

если в сообществе запрещают сомневаться, задавать вопросы или сравнивать с другими источниками, это признак манипуляции;

когда от человека ожидают полного согласия и лояльности, а несогласие высмеивают или наказывают, это давление, а не убеждение.





ОТПРАВКА ИНТИМНЫХ ФОТОГРАФИЙ

Это ситуации, когда ребенка уговаривают или подталкивают прислать интимные фото или видео. Это может подаваться как проявление симпатии, доверия, «взрослости» или обязательное условие общения.



ЧТО ВАЖНО ОБЪЯСНИТЬ



любое изображение, отправленное в сеть, перестает быть личным и может быть передано другим людям;

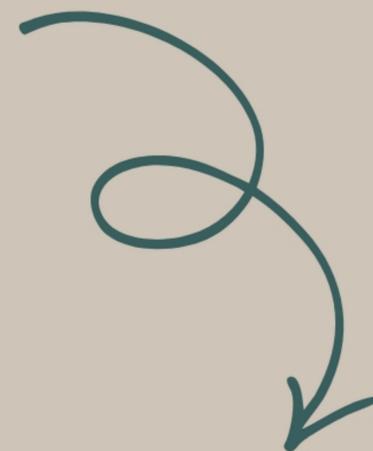


давление, уговоры, обиды, угрозы, просьбы «докажи», «если любишь», «это только для меня» – это форма давления, а не проявление близости;



отказ или прекращение общения в такой ситуации – это защита своих границ, а не потеря отношений или «ошибка».

*Взрослый нужен не для
наказаний и запретов, а для
помощи и защиты*



ВАЖНО ДОГОВОРИТЬСЯ



если что-то в интернете вызывает сильные чувства, путаницу или сомнения, с этим не нужно оставаться одному;



любые ситуации в интернете можно обсуждать со взрослым, независимо от того, как они произошли;



в цифровом пространстве также как в реальной жизни, стоит всегда быть начеку.