# «Опасное поведение — закон подросткового возраста»

**Почему подростки думают о суициде и нужно ли контролировать детей в соцсетях?**

## Учите детей распознавать манипуляции

Мы столкнулись с беспрецедентными возможностями воздействия на людей – информационного, пропагандистского. Они существовали и раньше, но не были настолько всепроникающими. Это новое для нас, и очевидно, что детей к этому надо готовить и учить видеть манипуляции.

Вспомните все истории про клубы самоубийств – от «Принца Флоризеля» до акунинской «Любовницы смерти». Всегда оказывалось, что за ними стоит или неустроенный в жизни психопат, который таким образом тешит свою власть, или мошенник, который это монетизирует. Никаких других вариантов нет. Это то, что нужно донести до детей.

Участвуя в подобных группах, дети отстаивают свою субъектность, свои права. Вы считаете, что мы не имеем права распоряжаться своей жизнью? Нет, мы имеем! Вы считаете, что мы должны бояться? Нет, мы не будем бояться!

Для детей это история про самоуважение: я сам распоряжаюсь своей жизнью, я сам себе хозяин.

Противоядием может быть только это: посмотри, тебя же разводят! Тобой манипулируют, как марионеткой. И главное – кто? Не «черный князь тьмы», а мошенник, которые делает деньги на твоей смерти. Либо там сидит псих, у которого в жизни нет никакого успеха, и он получает удовольствие за счет того, что управляет чужими жизнями; который не нравится девочкам, и вот так себя, утешает. Нет никакой философии, нет никакого «сатаны», нет никакого культа смерти – ничего этого нет.

## Учите говорить «нет»

Мы хотим, чтобы ребенок был послушным, никогда не говорил нет маме – и в то же время ждем, чтобы он сказал нет, когда в соцсетях ему говорят «вырежи кита на руке» и «ты обещал, что пройдешь все 50 этапов». Хотя до этого времени ребенку все время внушали: упаси господи сказать «нет» тому, кто старше, «обещания надо выполнять».

Нужно учить критическому мышлению и не падать в обморок, если ребенок чего-то не хочет, отказывается что-то делать. Пусть на нас тренируется сопротивляться и не слушаться.

**Подростки могут делать дикие вещи**

Мозг подростков – это нечто совершенно особое. Какое-то время они живут, можно сказать, в измененном состоянии сознания. Все процессы – «что я делаю», «что я хочу делать» и «насколько я осознаю то, что я делаю» — рассогласованы. Есть период, когда подростки могут делать совершенно дикие вещи.

Почти все эмоциональные, впечатлительные подростки примеряют на себя суицидальные мысли, опасное поведение. Они не могут этого не делать – это закон возраста, когда ты должен что-то такое учудить, чтобы проверить себя

Уверен ли такой ребенок твердо, что его дома ждут и от него не отвернутся? Или у него будет ощущение, что можно и уйти… за синими китами? Неслучайно в самой символике китов используются образы утешения. Тихий дом. Девочка на спине кита, спящая как ребенок на руках родителей. Мир, который тебя примет и полюбит.

## Контроль в соцсетях ничего не гарантирует

Если вы думаете, что можете контролировать ребенка в интернете – запрещать ему что-то или читать его переписку, не обольщайтесь. Вы уверены, что он не завел два аккаунта и не пишет в одном то, что читаете вы, а в другом – то, что он хочет? Вы уверены, что он не завел аккаунт с телефона приятеля, а вы об этом даже не знаете и искренне уверены, что вашего ребенка в соцсетях нет?

Проверки не гарантируют ничего. Хотя есть ситуации, когда ребенок с суицидальными мыслями, с серьезными намерениями «случайно» забывает закрыть свой аккаунт, «случайно» оставляет дневник на столе. Он дает сигналы, знаки – просьбы о помощи. Потому что если он находится в депрессивном, подавленном состоянии, для него попросить о помощи – невозможно.

Какая степень контроля оправдана – я не знаю, и никто не знает сейчас. С одной стороны, это нарушение личных границ. С другой стороны – родители детей, которые всерьез пострадали, понятно, предпочли бы, чтобы контроль был. Хотя нет гарантий, что это спасло бы. А кого-то, может быть, и спасло.

Здесь никто не знает точно, как правильно – это новая для нас реальность. Мы, конечно, когда-нибудь научимся с ней обращаться, но пока не знаю, как

## Ребенок должен знать, что он дорог

Почему одни дети поддаются этим манипуляциям, а другие нет? Во-первых, личные качества. Большая или меньшая впечатлительность, подверженность тревожным расстройствам, депрессивным состояниям – это, скорее, свойства нервной системы и в меньшей степени зависит от воспитания.

Другое дело, когда у ребенка все благополучно в отношениях с родителями, и единственную причину трагедии мы можем найти в воздействии каких-то групп – это редкие, единичные истории. В большинстве случаев это совокупность факторов: и с родителями не очень хорошие отношения, и в школе все не очень гладко, и свои какие-то проблемы, а родители годами не замечают, что ребенку плохо.

Часто все общение подростка с родителями – это постоянные претензии, недовольство, критика

Многие подростки живут в твердой уверенности, что родителям они не нужны, что родители в них разочарованы, что родители предпочли бы, чтобы их не было.

На самом деле родители их любят, конечно, но подростки абсолютно искренне считают, что для мамы и папы они – типичное «не то».



Нужно, чтобы дети слышали от родителей: да, можно поссориться из-за того, что не вынес мусор, но это не значит, что ты плохой и тебя не любят.

Когда подросток просит денег, а родители раздраженно реагируют, у него складывается представление, что от него одни проблемы, что вечно ему что-то нужно, что он родителям осложняет жизнь, и без него будет только лучше. Не нужно будет переживать из-за вызовов в школу и деньги на новый телефон тратить.

***Важно, чтобы ребенок знал, что он дорог, что его любят. Для подростков это совершенно не очевидно.***

Хотя нельзя думать, что если ты сказал ребенку «я тебя люблю», то с ним совершенно точно ничего плохого не случится. Это – не гарантия, но, безусловно, дополнительная страховка.