

# Инструкция «Что делать, если ваш ребенок рисует «синих китов»?»

Posted on [12.03.2018](https://meduza.io/feature/2017/02/22/что-делат-если-ребенок-рисует-синих-китов-инструкция) by [admin](#)

## Инструкция «Что делать, если ваш ребенок рисует «синих китов»?»

<https://meduza.io/feature/2017/02/22/что-делат-если-ребенок-рисует-синих-китов-инструкция>

В середине февраля в России опять массово заговорили о «группах смерти» в интернете и игре «Синий кит», где подросткам раздают «задания», которые якобы ведут к самоубийствам. Шквал публикаций в СМИ на эту тему вызывает у многих родителей чувство растерянности и тревоги. Как не поддаваться панике и что делать, если вы заметили у своего ребенка интерес к игре? По просьбе «Медузы» психологи Артем Кондрашкин, Анастасия Крысько и Екатерина Бианки советуют, как вести себя в такой ситуации.

### Чего не надо делать

**Смотреть переписку ребенка, его личный дневник или аккаунт в соцсетях.** Первое желание многих родителей — проверить все, до чего получится дотянуться. Но, во-первых, это сильно нарушает доверие в отношениях, а во-вторых, все равно вам никак не поможет. Даже если вы обнаружите что-то пугающее, любая попытка использовать этот факт в разговоре только испортит контакт.

Да, иногда появляется стремление просмотреть социальные сети подростка, убедиться, что он вне зоны риска. Но важно не переходить личные границы ребенка: есть много других возможностей участвовать в его жизни. Для этого надо уметь разговаривать и выстраивать доверительные отношения, а не следить, что он делает за вашей спиной.

**Запрещать обсуждение темы «китов» в семье.** Разговоры на «опасные темы», вопреки популярному мнению, не провоцируют опасные ситуации, а наоборот — помогают их избежать. Как ни странно, лучший способ выяснить, не напрасна ли ваша тревога — поговорить об этом прямо. Не пытайтесь всячески ограничить ребенка от «плохой» информации, поговорите с ним откровенно, не запугивая и не угрожая. Подростку действительно важно, что вы способны понять его чувства, проблемы и интересы. А вот демонстративно избегать этой темы в беседе, одергивать при каждом упоминании китов или вовсе запрещать об этом говорить, наоборот, ни к чему хорошему не приведет. От этого ребенок только острее будет ощущать свое одиночество и придет к выводу, что его вряд ли поймет и поддержит кто-то из взрослых.

**Делать вид, что вас это совсем не волнует.** Владеть собой и своими чувствами — важный навык, он помогает принимать решения в непростых, эмоционально напряженных ситуациях. Так что сдержанность и спокойствие — верные союзники в любом разговоре с подростком на волнительную тему. Но не стоит путать их с безразличием. Уместно показать, что вам не все равно, но вы не будете впадать в панику.

**Контролировать каждый шаг ребенка.** Контроль — очень сложная тема в отношениях с подростками. Тут требуется большое родительское искусство, чтобы не скатиться в одну из крайностей. Слишком сильный контроль — отслеживать все звонки и смс ребенка, требовать «отзваниваться» вам каждый час, вводить «чрезвычайный» домашний режим.

Все это приведет только к тому, что ребенок станет скрытным и раздражительным, а это большой удар по доверию. Слишком слабый контроль, с другой стороны, может восприниматься как безразличие или вседозволенность. Тут важно распознавать ситуации, в которых ребенок уже вполне самостоятелен, а где он еще нуждается в помощи и руководстве.

Например, подросток вполне может сам решать, когда лечь спать, если с утра он вовремя встанет и пойдет на учебу. Но может быть и обратная ситуация. Допустим, вы договорились, что ситуацию с учебой нужно исправить, выбрали политику невмешательства, а к концу четверти или триместра ничего не изменилось. Значит, ребенок еще не справляется с этой ответственностью и нужно ваше участие.

## **Что нужно делать**

**Интересуйтесь жизнью ребенка.** Когда с ребенком происходит что-то пугающее родителей, важно соотнести этот тревожный сигнал с общей картиной его жизни. Что еще вызывает у вас беспокойство? А что, напротив, вселяет оптимизм? Это может касаться и окружения ребенка, и его эмоционального состояния и поведения. Если ребенок слушает грустную музыку и у него часто меняется настроение, это еще не означает, что дело плохо — все это вполне характерно для обычных подростков. Так что однозначно оценить ситуацию родителям не так просто. Приходится хорошо различать, когда подросток встречается с обычными для его жизни и возраста сложностями и справляется с ними, а когда — не справляется.

Для начала постарайтесь взвешенно оценить: киты — это единственное, что вас беспокоит, или есть и другие проблемы? Например, ребенок мог внезапно начать мало (или много) есть или спать, вы замечали, что он подавлен или резко стал закрытым. Тревожными сигналами могут быть попытки бросить школу, конфликты с друзьями, одиночество, угрозы уйти из дома или даже побег. С другой стороны, оцените, есть ли у него в жизни и что-то, что поддерживает, дает силы справляться с трудностями.

**Поговорите с ребенком.** Самое важное, что вы можете сказать своему ребенку — что вы его замечаете и вам важно, что с ним происходит. Этот разговор лучше не откладывать, но выберите время, когда ему будет удобно поговорить. Если у вас хороший контакт с ребенком, можно открыто рассказать, что вас беспокоит в его поведении и напрямую спросить, что для него значит кит. Почему он это делает, какой смысл в этом видит, нуждается ли он в помощи родителей? Подросткам важно, чтобы в этой ситуации был человек, который может внимательно выслушать, не оценивая и не перебивая, а задавая уточняющие вопросы.

Важно научиться разговаривать с подростком на серьезные темы: «Что такое жизнь, в чем ее смысл?», «Что такое смерть?», «Что такое дружба и любовь?» Дети не просто так увлекаются этими темами: подростковый опыт — время осознания себя, своих ценностей, поэтому им важно слышать и понимать, что ценно для их родителей. Не бойтесь делиться собственным опытом, размышлениями. Важно показать подростку, что жизнь сама по себе ценность, что можно получать удовольствие от повседневных событий и преодолевать сложности.

**Пообщайтесь с кем-нибудь из его окружения.** Это может быть классный руководитель, социальный педагог, школьный психолог, тренер или друг подростка — главное, чтобы у вас с ним был хороший контакт. Иначе вопрос «а как дела у Пети?» вызовет только тревогу.

Бывает и так, что обеспокоенный классный руководитель или еще кто-то из школы сам выходит на связь. Тут самое время выяснить, как вообще-то у ребенка обстоят дела с уроками или одноклассниками. Заодно можно и узнать, в курсе ли в школе об игре «Синий кит», что по этому поводу думают или предпринимают. Хорошо бы понять, могут ли помочь в школе или раздувают страхи и беспокойство родителей.

**Не бойтесь обратиться за помощью.** Нет ничего стыдного в том, что вы испытываете страх, не понимаете, где искать достоверную информацию или помощь. На самом деле есть медицинские, социальные и психологические центры, куда [можно обратиться](#) за поддержкой, если ситуация становится небезопасной. Вы не обязаны справляться со всем самостоятельно. Причем помощь может пригодиться не только подросткам, но и вам самим. Это могут быть индивидуальные или семейные консультации, частные или государственные центры, группы поддержки, телефон доверия. Знайте, что у вас всегда есть возможность опереться на других людей и их опыт.

## Городская легенда. Что стоит за игрой «Синий кит» и всплеском интереса к «суицидальным пабликам»

<https://meduza.io/feature/2017/02/17/gorodskaya-legend-a-cto-stoit-za-igroy-siniy-kit-i-vspleskom-interesa-k-suitsidalnym-pablikam>

В середине февраля 2017 года в России опять заговорили о «группах смерти» — сообществах «ВКонтакте», где молодым людям раздают «задания», которые якобы ведут к самоубийствам. Об игре «Синий кит», в процессе которой подросток в течение 50 дней должен выполнять те самые «задания» (в основном связанные с нанесением физического вреда себе), пишут крупнейшие СМИ страны; Следственный комитет нашел след «суицидальных пабликов» в нескольких делах о попытках самоубийств. При этом исследователи, изучающие «группы смерти», убеждены, что классифицировать это явление следует, скорее, как городскую легенду. «Медуза» попыталась выяснить, в чем смысл игры «Синий кит».

В начале февраля 2017 года в русскоязычном интернете опять началось бурное обсуждение игры, известной журналистам как «Синий кит» — по хэштегу #синийкит. Это один из хэштегов, которые пользователи социальных сетей (как правило, подростки) оставляют на своих страницах, чтобы поучаствовать в ней; есть и другие: #явигре, #тихийдом, #синий, #синей.

Хэштег нередко сопровождается стихами; вот довольно типичные: «Синий дом, что стоит

на волнах                    / Синей кит, что плывет в облаках                    / Забирай меня, кит,  
к себе                    / Я жду инструкций. Я готова к игре.                    »

Образ кита, по всей видимости, позаимствован из песни «Гореть» группы «Люмен» — и символизирует отчужденность и одиночество. Резкий рост числа таких сообщений в феврале [зафиксировал](#) «Центр интернет-технологий» — равно как и другие [исследователи](#), при этом информацию об игре [ищут](#) не только в России, но и в Киргизии, Казахстане и на Украине.

Игра начинается после публикации сообщения: с пользователем якобы связывается «куратор» игры, обычно с аккаунта, который нельзя идентифицировать. Он объясняет правила: «никому не говорить об этой игре», «всегда выполнять мои задания, каким бы оно не было», «за невыполнение любого задания ты исключаяешься из игры навсегда и тебя ждут плохие последствия». Также куратор выдает задания; их, скорее всего, 50 — по одному на день (вероятно, это отсылка к книге «50 дней до моего самоубийства»).

Существует типовой список заданий — его (текстом и картинкой) прислали сразу несколько играющих и желающих играть в «Синего кита» пользователей «ВКонтакте», с которыми общался корреспондент «Медузы». Задания связаны с нанесением физического вреда себе («на руке лезвием вырезать f57»), китами («нарисовать кита на листочке») и страхом («целый день смотреть страшные видео»). Для выполнения некоторых заданий игрок должен забраться на крышу высоток. Задания с 30-го по 49-е такие: «Ты каждый день в 4:20 просыпаешься, смотришь видео, слушаешь музыку, и каждый день делаешь по одному порезу на руке, разговариваешь с китом».

Последнее задание — самоубийство. Бывают нетиповые задания, например, некоторым пользователям «кураторы» предлагают перебежать дорогу перед автомобилем и снять это на видео (такой вид развлечения получил среди подростков название «беги или умри»).

Если пользователь решает покинуть игру, «куратор» обещает прийти к нему домой и убить его родителей. Как [пишут](#) пользователи имиджборда «Двач», чтобы узнать адрес, «куратор» отправляет пользователю ссылку на сервис, фиксирующий геоданные либо ip-адрес. Один из собеседников «Медузы» (просил не называть своего имени) рассказал, что одноклассник его младшего брата, участвовавший в «Синем ките», не решался покинуть игру именно из-за таких угроз — оба учатся в седьмом классе одной из крымских школ.

«О том, что он играет, узнала сначала классная руководительница, а потом директор. Парень, весь перепуганный, сидел у него в кабинете несколько часов. Затем все-таки рассказал, что не может перестать играть, иначе его родителей убьют», — сказал собеседник «Медузы». Он добавил, что после того, как об игре стало известно, во всей параллели объявили внеочередные родительские собрания; подростка в качестве наказания родители «отправили под домашний арест».

После всплеска интереса к игре со стороны пользователей газеты начали писать (например, [вот](#) и [вот](#)) о «возвращении „групп смерти“». Первой о существовании «скоординированной сети» сообществ «ВКонтакте», администраторы которых раздают подросткам задания, якобы ведущие к самоубийствам, рассказала в мае 2016 года обозреватель «Новой газеты» Галина Мурсалиева. В тексте утверждалось, что жертвами стали 130 подростков. Нынешняя волна, [пишет](#) Мурсалиева, приведет к новым жертвам, а потому «незамедлительно нужно создать специальное подразделение по борьбе со смертельно опасными угрозами детям».

Следственный комитет и МВД обратили внимание на «группы смерти». 17 февраля в Северной Осетии [задержали](#) четверых «координаторов „групп смерти“», 14 февраля СК по Московской области [возбудил](#) уголовное дело по статье «Доведение

до самоубийства» по факту попытки суицида двух девушек-подростков; по версии следствия, «неустановленные лица через аккаунты в соцсетях оказывали на девочек психологическое давление, давали опасные для здоровья задания».

Версий о происхождении игры — огромное количество. Например, директор «Центра исследований легитимности и политического протеста» Евгений Венедиктов [говорит](#) о возможной причастности западных спецслужб, а менеджер по интернет-маркетингу компании «Мегафон» Антон Елизаров [убежден](#), что за созданием групп стоят украинские националисты.

С игрой пытаются бороться социальные сети: «ВКонтакте» блокирует пользователей, оставляющих соответствующие хэштеги; администрация Instagram [пообещала](#) обратить внимание на проблему.

Новые посты с хэштегами, связанными с игрой, появляются во «ВКонтакте» каждую минуту, однако многие аккаунты, с которых они написаны, выглядят как фальшивые страницы. У этих аккаунтов практически нет друзей, а все публикации на стене относятся к минувшей неделе. Кроме того, в переписке с корреспондентом «Медузы» многие пользователи прямо подтвердили, что «пишут с фейков», чтобы их реальные имена никто не узнал, а их реальные аккаунты не были забанены.

Кроме того, больше половины пользователей, с которыми связался корреспондент «Медузы», оказались так называемыми «антикитами» или «дельфинами» — подростками, которые пытаются отговорить от гипотетического самоубийства потенциальных игроков с помощью личных сообщений («Я хочу, чтобы ты не делал этого. Подумай о близких.

Представь что будет...») или сообщений на стене («Я слышал, ты звал (а) кита? /  
Который в тихий дом тебя ведет / Но вспомни маму, и представь ее глаза /  
Когда она увидит, что с тобой. »).

Прочие объясняли, что оставили хэштег, связанный с игрой, из любопытства. Два человека (одному из них 25 лет) заявили, что ищут организаторов, поскольку «из-за игры» попытку суицида предприняли их знакомые; впрочем, на просьбу рассказать подробности они не ответили.

Некоторые пользователи, анонимно говорившие с «Медузой», также заявили, что уже слышали об игре — год или два назад, и нынешний всплеск интереса — не первый. Многие отмечали, что «кураторы» — такие же подростки, как и игроки, и пишут они зачастую с фейковых аккаунтов (в русскоязычном «Твиттере» даже развернулся импровизированный флешмоб — пользователи просят «кураторов» прислать задание, а затем начинают их троллить, например, [присылая](#) ответ вырезанных из бумаги (а не на руке) китов; результатами пользователи [делятся](#) все под теми же, «игровыми», хэштегами). Собеседники «Медузы» допускают, что некоторые игроки верят словам «кураторов» (в том числе, из угрозам), но лишь те, у кого шаткая психика.

«Страшные истории о том, что игра „Синий кит“ подталкивает к самоубийству, представляют собой классическую городскую легенду, при этом существует явление остенсии, при котором человек воплощает в жизнь фольклорный сюжет, например, кто-то, наслушавшись историй про игру „Синий кит“, может создать соответствующий паблик, — говорится в комментарии, который по просьбе „Медузы“ подготовили

специалисты исследовательской группы „Мониторинг актуального фольклора“ Института общественных наук при РАНХиГС Александра Архипова, Мария Волкова и Анна Кирзюк. — Историй о чем-то, что угрожает нашим детям, очень много. Например, совсем недавно интернет обошли предупреждения о „наркожвачках“, подкрепленные письмом из департамента образования, содержащим фальшивую ссылку на письмо из МВД. Другие пользователи обмениваются предупреждениями о 18 террористах из ИГИЛ или о „банде педофилов“, коварно заманивающих детей в машину. Во всех таких историях действуют анонимные враждебные силы, злодеи, чьи мотивы никак не рационализируются. Такие истории возникают, потому что речь идет о боязни потери контроля над детьми. Взрослые, погруженные в интернет меньше, чем подростки, воспринимают его как непонятную и опасную реальность».

Ведущий научный сотрудник Института этнологии и антропологии РАН, доктор исторических наук Дмитрий Громов также считает, что истории про «Синего кита» — это разновидность легенды. «Эпидемии слухов (в том числе, построенных по типу городских легенд) основываются на фобиях, существующих в обществе. Здесь может подключаться часто встречающийся у подростков интерес к тематике суицида. Но надо понимать, что молодые люди, которые интересуются суицидом, в подавляющем большинстве случаев к нему вовсе не стремятся. Для подросткового сознания это что-то вроде страшилок про Черную Руку или Синие Занавески, такая экстремальная грань, подходя к которой, можно пощекотать себе нервы, а потом обсудить это в кругу сверстников. Для подростков такая деятельность — часть процесса освоения мира», — сказал Громов в разговоре с «Медузой».

По словам Громова, самоубийства подростков (включая тех, которые участвовали в играх, подобных «Синему киту») происходят по другим причинам: «Несколько лет назад была подобная волна — кто-то из депутатов сказал, что есть субкультуры готов и эмо, из-за которых происходят самоубийства, и если мы запретим готов, то суицидов станет меньше (*депутаты Госдумы действительно [обсуждали](#) такой запрет в 2008 году, хотя этой молодежной культуры в то время уже практически не существовало — прим. „Медузы“*). Подростковый суицид — большая социальная проблема, обусловленная множеством факторов; эта проблема существует независимо от игр и мало с ними связана».