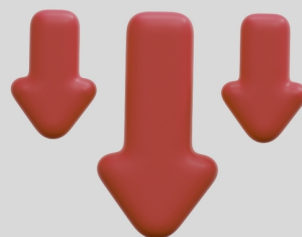


# ДЕСТРУКТИВНЫЙ КОНТЕНТ



*в Сетях*



**КАК РАЗГОВАРИВАТЬ  
ОБ ЭТОМ С РЕБЕНКОМ?**

## ДЕСТРУКТИВНЫЙ КОНТЕНТ

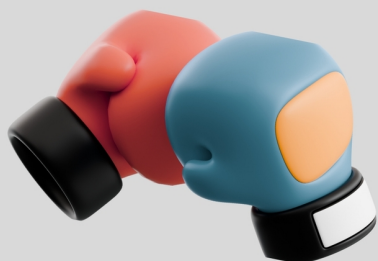
это информация, размещенная в интернете, которая может оказать негативное влияние на пользователя, причинить вред физическому, психическому, духовному или нравственному развитию.



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 желания: 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.



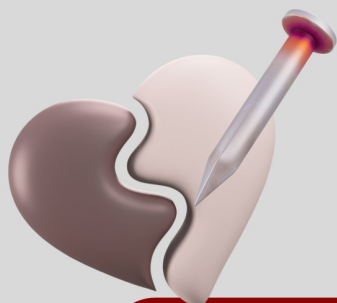
### ЧТО ВАЖНО ОБЪЯСНИТЬ



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.




## 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.