

"У групі смерті я мав підтримку". Чому підлітки зважуються на суїцид?

- Євгенія Ковалевська, Анастасія Грібанова
- BBC News Україна

14 січня 2022



АВТОР ФОТО, BBC

Підпис до фото,

Головний герой нашої історії

Сашко потрапив у "групу смерті" випадково, але у відповідний момент.

Булінг у школі, відсутність друзів, погані стосунки з батьками у реальному житті та підтримка і розуміння у віртуальному світі.

Головний герой нашої історії каже, що з десятка його знайомих з групи живими залишилося лише двоє.

Перевірити цю інформацію зараз неможливо. Але статистика підліткових самогубств є невтішною - лише за перших пів року 2021-го їхня кількість сягнула 150, що на кілька десятків більше, ніж за увесь попередній рік.

- У Києві діти почали часто падати з висоти й розбиватись. Що відбувається

- [З'їсти 40 пігулок і померти. Що відомо про отруєння школярів у Боярці та Умані](#)

Загострив проблему і карантин, і необмежений доступ до інтернету, кажуть фахівці. Але проблема залишається на поверхні - брак живого спілкування і відсутність знань про поведінку в мережі.

Хоча експерти одностайні - причини більшості дитячих самогубств зовсім не у групах смерті, а в проблемах у школі та родині.

То хто відповідальний за життя дітей? І чи проблема взагалі у соцмережах? BBC News Україна спробувала знайти відповіді на ці та інші складні питання.

"Завдання надсилали о 4:20"

"Був такий момент в житті, коли у мене були дуже погані стосунки з батьками та булінг у школі. У групі я шукав підтримку, шукав людей, які мене зрозуміють. І я отримував там усе, що мені було треба", - розповідає Сашко про свій досвід перебування у так званій "групі смерті".

Ці спільноти звинувачують у низці смертей українських підлітків.

Сашко - несправжнє ім'я хлопця. Ми змінили його з міркувань безпеки.

[Пропустити YouTube допис, 1](#)

Дозволити контент Google YouTube?

Ця стаття містить контент, наданий Google YouTube. Ми питаємо про ваш дозвіл перед завантаженням, тому що сайт може використовувати файли cookie та інші технології. Ви можете ознайомитися з політикою щодо файлів [cookie Google YouTube](#) і [політикою конфіденційності](#), перш ніж надати дозвіл. Щоб переглянути цей контент, виберіть "Прийняти та продовжити".

Прийняти та продовжити

Підпис до відео, Увага: інші сайти можуть містити рекламу

Кінець YouTube допису, 1

У розмові з нами за кілька днів до свого повноліття він до деталей згадує усе, що робив у "групі смерті": "Щоночі я прокидався о 4:20. Саме в цей час надсилали нове завдання. Часом це було просто послухати музику чи піти на закинуту будівлю посеред ночі, а часом - завдати собі шкоди".

Впродовж 44 днів учасники отримували завдання, останнє з яких мало стати для них фатальним. Сашко дійшов майже до останнього, але зупинився.

Каже, що усі ці дні в групі смерті його тримала підтримка. Впродовж нашої розмови він промовив це слово 15 разів.

"Підтримка для мене - це, коли хтось думає, чи я живий. Чи зі мною все добре, як пройшов мій день. Більшість вважає, що це дрібниці, але насправді це дуже багато значить... Я постійно зідзвонювався зі своєю кураторкою. Вона заспокоювала, жаліла і давала поради. Вона була хорошим другом через інтернет", - розповідає хлопець.



Водночас знайти такого друга в реальному житті серед однолітків Сашко не міг. Тут він стикався з булінгом, як від однокласників, так і від вчителів. "Ти приходиш додому, розказуєш про це батькам, а тобі кажуть: ну і що я можу зробити?" - згадує підліток.

Чому підлітки думають про суїцид?

Психолог Альона Кривуляк підтверджує: булінг є однією з причин, чому діти думають про суїцид.

"Чомусь дорослим заведено вважати, що всі ми проходили через булінг і ніхто від цього не вмирав. Але для дитини це дуже травматична ситуація. І якщо батьки її знецінюють, то це вбиває в дитині маленьку надію, що її захистять і допоможуть", - розповідає вона.

- "Перші ластівки": як зрозуміти, що у дитини психічні проблеми
- "Це схоже на дитячу гру": що стоїть за масовим отруєнням школярів?

Альона є координаторкою національної гарячої лінії для дітей та молоді. Вона та її колеги відзначають, що за час карантину побільшало звернень від підлітків. Так, у 2020 році було близько 100 тисяч звернень на гарячу лінію. А за перше півріччя 2021 року - уже понад 77 тисяч, каже психолог.

"Моменти, які пов'язані із депресивними станами, із ізоляцією, із відчуттям самотності, нестачею спілкування - дуже сильно вплинули, особливо на дітей підліткового віку", - розповідає Альона Кривуляк.



Підпис до фото,

Альона Кривуляк працює на Національній гарячій лінії для дітей та молоді. За її словами, на гарячу лінію найчастіше телефонують підлітки 13-16 років. Кожне четверте звернення - стосується підліткових суїцидів.

Невтішна статистика

За даними єдиного державного реєстру досудових розслідувань, за перше півріччя 2021-го в Україні зафіксували близько 150 дитячих суїцидів.

Для порівняння - за увесь 2020 рік ця цифра сягала 123 людей, а у 2019 - 111.

Таку статистику озвучили в офісі уповноваженого президента України з прав дитини (2014 - 2021) Миколи Кулеби.

- Прокуратура просить батьків захистити дітей від гри "Синій кит"
- Четверо людей скоїли суїциди через "групи смерті" - поліція

За його словами, поліція озвучує цифри скоєних підлітками самогубств. А статистика спроб скоїти самогубство не ведеться. Хоча вважається, що на одне самогубство припадає кілька десятків спроб.

"Можна стверджувати, що якщо за пів року в нас є майже 150 самогубств, то ми маємо принаймні кілька тисяч підлітків, які спробували покінчити життя самогубством", - каже Микола Кулеба, який є директором з питань захисту прав людини громадської організації iDemocracy.

Суїциди і соцмережі. Як вони пов'язані?

За словами правозахисника, довести, що соціальна мережа стала причиною суїциду, дуже важко. Адже існує багато інших викликів - конфлікти з ровесниками, булінг, сімейні проблеми.

Цю тезу підтверджує і національна поліція. У відповідь на запит BBC News Україна, чи пов'язані випадки самогубств підлітків у лютому - березні цього року з діяльністю так званих "груп смерті", у поліції відповіли, що "не встановлено жодного випадку суїциду (...), який вчинений під впливом соцмереж, зокрема груп з небезпечним контентом".



Підпис до фото,

Микола Кулеба нагадує, що статистику спроб дитячих самогубств ніхто не веде, а їх значно більше

Водночас правоохоронці зауважують, що найчастішими мотивами самогубств серед підлітків є нещасливе кохання, образи оточення, сімейні конфлікти, страх перед кримінальною відповідальністю, покаранням чи ганьбою, іноді - труднощі у навчанні.

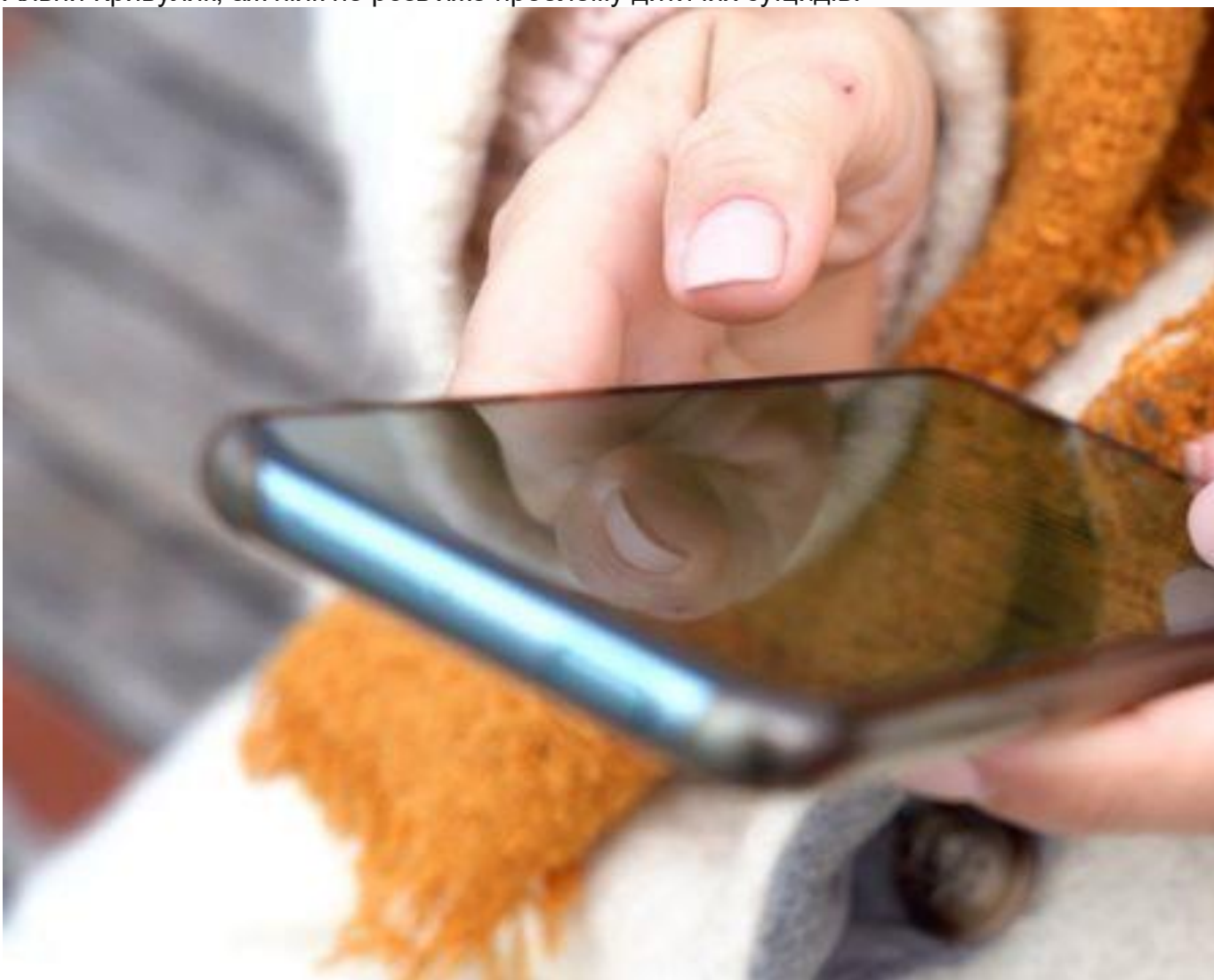
Психолог Альона Кривуляк наголошує, що "групи смерті" не є новим явищем. Вони постійно існують в інтернеті, просто кочують з однієї соцмережі в іншу. Діти, які звертаються за допомогою "гарячу лінію", скидають посилання на ці групи та скріншоти з переписок.

- Соцмережі і смартфони не викликають психічних проблем у підлітків - дослідження
- Україна увійшла до п'ятірки найбільш нещасливих країн у світі

Водночас за словами психолога, не варто привертати до них надмірну увагу, зокрема і ЗМІ. Адже дітям завжди цікаво те, що заборонено.

"Якщо ми говоримо про дитячі суїциди, то це те, що відбувається щороку, щомісяця, щодня. Безглуздо закривати на це очі, але ми не пов'язуємо це із якимись "групами смерті" і соцмережами", - каже експертка.

І заклики до блокування соцмереж, які лунали від чиновників і батьків, на думку Альони Кривуляк, аж ніяк не розв'яже проблему дитячих суїцидів.



"Суїцид завжди був, є і буде. Ця проблема не вирішена у жодній країні світу. Ситуації, коли дитину хтось через інтернет спонукає до вчинення суїциду, становлять дуже мізерний відсоток. У більшості випадків діти стикаються із величезними проблемами у реальному світі й доходять до думки про самогубство самостійно", - каже координатора "гарячої лінії" для дітей.

Що штовхає підлітків на самогубство?

Одна з причин, чому підлітки зважаються на суїцид, є постійне знецінення дорослими їхніх переживань, каже психолог. "Мовляв, які там у тебе можуть бути проблеми або нічого страшного, ти все це переростеш", - розповідає Альона Кривуляк.

"Коли у дитини з'являється думка вчинити суїцид - це від відчуття безвиході. Коли я намагаюся розрулити свої проблеми, але в мене не виходить. Мені треба зробити хоча б щось, щоби стало легше. І, на жаль, оце "хоча б щось" - це і є думка про те, що, якщо не буде мене, не буде і проблеми", - пояснює психолог. Іноді, щоби пережити душевний біль, дитина починає собі шкодити і завдавати фізичного болю. Зокрема такі випадки селф-харму були завданнями у небезпечних групах в інтернеті.

- Як впоратися з невизначеністю і тривогою

Ще одна причина суїцидів - депресія. Тоді дитина не завжди може контролювати свої дії. А в часи пандемії кількість підлітків із депресією зростає. Психолог наголошує, що депресія є хворобою, а отже потребує звернення до фахівця і лікування.



Підпис до фото,

Сашко каже, що отримував в "групі смерті" підтримку, якої не мав в реальному житті

Микола Кулеба, який понад шість років працював дитячим омбудсменом, вказує на ще одну загрозливу тенденцію - кібербулінг.

"Те саме, що колись робили офлайн, тільки з більшою жорстокістю, тепер можуть робити в онлайн. І якщо свідками булінгу в класі могли ставати 20-30 осіб, то уявіть, що таке кіберпростір. Це можуть бути мільйони переглядів", - додає він.

У такій ситуації, підкреслює Кулеба, будь-який тригер в інтернеті може підштовхнути до того, що дитина може завдати собі шкоду.

За статистикою, від булінгу в мережі страждають 30% дітей, а 16% навіть пропускають через це школу.

При цьому у підлітковому віці немає усвідомлення того, що суїцид - це кінець життя.

"Жоден підліток насправді не хоче померати. Він хоче, щоби вирішилася проблема, яка до цього призвела", - пояснює Альона Кривуляк.

Контроль чи спілкування?

На початку року про самогубства дітей та "групи смерті" масово повідомляли ЗМІ, цю тему обговорювали в телеефірах, вчителі розсилали попередження у батьківських групах, а батьки вимагали заборонити соцмережі.

Марина Шемеріга мама підлітка, і її збентежила ця інформація. "Збентежила настільки, що я забрала в сина телефон, дала йому кнопковий і сказала: "Ось тобі, грайся", - розповідає вона.



Підпис до фото,

Марині вдалося знайти з сином спільну мову і теми для розмови. Але потім Марина зрозуміла, що такими діями спричинила конфлікт і образила. "Я показала синові один з сюжетів про самогубства дітей і сказала: бачиш, як діти реагують. Я не знаю, як ти відреагуєш, але я завжди поряд. Я не хочу, щоб ти подивився це сам десь на YouTube", - каже вона.

Марина встановила на телефон сина батьківський контроль. Однак у стосунках з сином вона вивела своє "золоте правило" - зайняти дитину, спілкуватися і слухати. "Ніщо не замінить спілкування. Треба просто говорити одне з одним, а ще краще просто мовчати і слухати", - розповідає мама підлітка, хоча і визнає - діти різні, не усі розмовлятимуть.

Що робить школа?

Системна робота щодо безпеки дітей в інтернеті ведеться і в школі. Щоправда, кожен заклад освіти сам вирішує, як доносити цю інформацію дітям.



Підпис до фото,

Директор гімназії Євген Сидоркін впевнений, що безпека дітей в інтернеті - спільна робота батьків і школи

Євген Сидоркін, директор київської гімназії 287, що вони працюють і з учнями, і з вчителями, і з батьками.

"Ми розуміємо, що дитина залишається сам на сам з інтернетом і може потрапити в неабияку ситуацію. Тому проводиться робота на самоубезпечення дітей", - пояснює директор.

Зокрема, у класах є пам'ятки для учнів, як захистити себе в цифровому просторі, а інтернет-провайдер школи за умовами договору блокує певний шкідливий контент. "Якщо ми спробуємо щось заборонити, то це лише дасть поштовх для того, щоби це пошукати. Тому треба навчити, як з цим жити. Але навчання має бути не лише в школі чи лише в сім'ї. Навчання має бути всебічним", - додає Євген Сидоркін.



Підпис до фото,

Гімназія 287 міста Києва має домовленість з інтернет-провайдером про блокування шкідливого контенту

Колишній дитячий омбудсмен Микола Кулеба наголошує, що в Україні досі не розроблена національна стратегія захисту дітей в інтернеті.

"Звісно, що у жодній країні неможливо заборонити соціальні мережі. Але навчати дітей користуватися та видаляти шкідливий контент - можливо", - додає колишній уповноважений з прав дітей.

Боротьба з небезпечним контентом в інтернеті

Небезпечний для життя дітей контент в інтернеті відстежує спеціальний підрозділ поліції - кіберполіція. Його знаходять через пошук за ключовими словами та гештегами, а також завдяки допомозі волонтерів.

Роман Орлов один з таких волонтерів. Він курсант Харківського національного університету внутрішніх справ та співавтор чат-боту "Stop-наркотик", створеного для боротьби з наркаторгівлею.



Підпис до фото,

Роман Орлов один з розробників чат-боту для виявлення небезпечного контенту в інтернеті

У лютому-березні цього року кіберполіція використала цей чат-бот для виявлення "груп смерті" в інтернеті.

"Ми сформували список адрес "груп смерті" в телеграм. І кілька днів поспіль розсилали користувачам нашого чат-боту повідомлення з адресами "груп смерті". А вже небайдужі користувачі чат-боту відправляли скарги адміністрації соцмережі, у яких вказували, що в зазначених групах іде заклик до самогубства, публікуються способи та методи, як самостійно покінчити з життям", - розповідає Роман.

Після надходження певної кількості скарг на канал чи групу адміністрація соцмережі блокувала їх.

- 15-річна дівчина з Кривого Рогу створила "групу смерті" в Telegram на 500 людей

Акція тривала два тижні і за цей час волонтерам вдалося заблокувати близько 20 "груп смерті", що працювали в телеграмі. У кожній з груп перебувало приблизно від 20 до 400 користувачів, здебільшого підлітків.

Акція закінчилася, каже Роман Орлов, але якщо у вас є інформація про небезпечний контент у мережі, її можна анонімно надіслати на спеціальну поштову скриньку департаменту кіберполіції - savechild@cyberpolice.gov.ua.

Як зрозуміти, що дитина думає про суїцид?

Психолог Альона Кривуляк запевняє, що немає такої дитини, яка б не замислювалася про суїцид і не пішла б шукати розв'язання своїх проблем в інтернеті.

Але саме батьки можуть зробити усе для того, щоби дитина не скоїла цього страшного вчинку, додає психолог.

Варто занепокоїтися, якщо змінюється емоційний стан дитини: була дуже жвавою і раптом замкнулася в собі або, навпаки, була спокійною і раптом вир емоцій.

"Усі ці моменти не означають на 100%, що дитина скоїть спробу суїциду. Але однозначно вказують на те, що її щось хвилює", - пояснює Альона Кривуляк.

"Навіть якщо дитина від вас замикається, просто кажіть: "Я тут для тебе. Мені дуже важливо все, що відбувається з тобою. І, якщо ти захочеш поговорити, навіть о 4 ранку, ти знаєш, де моя кімната", - каже психолог.

Це дасть дитині впевненість у тому, що, якщо якусь проблему вона не зможе вирішити сама, то у неї є мама й тато, яким можна розповісти про це і вони допоможуть.



Наш герой Сашко залишив "групу смерті" з допомогою психотерапії. Вона допомогла йому краще зрозуміти, що таке смерть.

Через 1,5 року після цього він розповів про свою участь в "групі смерті" батькам. І зіткнувся з цілковитим неприйняттям з їхнього боку.

На думку Сашка, проблема підліткових суїцидів не в інтернеті і не в "групах смерті", а в увазі батьків до своїх дітей.

Це підтверджує і психолог: "Коли ми запитуємо підлітків, які телефонують на гарячу лінію, щоб ти хотів почути від мами чи тата? І у відповідь чуємо не про гаджети чи брендові речі. Це абсолютно банальні слова: "Я тебе люблю", "Давай проведемо разом час", "Ти мені потрібен".