

## 6 PADOMI, kā pasargāt bērnu no “Zilā vaļa”

### Kas ir “Zilais valis”, Esmu spēlē”, “Piecel mani 4:20”?

“Zilais valis” jeb saukta arī par “Nāves spēli” patiesībā nav spēle, bet **mudināšana veikt ar savu ķermeni dažādas destruktīvas darbības, kā arī dalīties ar fotogrāfijām un video, kuros šī rīcība tiek atspoguļota.** Izpētot informāciju par šīs aktivitātes pirmsākumiem Krievijā, pieredzes stāstiem un žurnālistu veiktiem pētījumiem – pastāv pamatotas aizdomas, ka “Zilais valis” iniciatīvas aizsācējs ir kāda persona (vai personu grupa), kas pats sava depresīvā noskaņojuma dēļ radīja un izplatīja ekstrēma rakstura saturu, meklējot domubiedrus, iesaistot bērnus un jauniešus un pievēršot sev sabiedrības uzmanību.

### Kāpēc tiek izplatīts šāds negatīvs, pret sevi vērsts vardarbīgs saturs?

- ✗ Lai **meklētu un pulcētu internetā līdzīgi domājošos**, lai tos “uzkurinātu” un mudinātu uz tādu pašu pašiznīcinošu rīcību – mudināt nodarīt sev miesas bojājumus, kāpt augstās celtnēs, fotografēt sevi un uzņemt video, izplatīt internetā;
- ✗ Iesaistīt bērnus un jauniešus, lai ar tiem varētu **manipulēt**;

Šīs tā saucamās spēles **lielākā riska grupa ir** emocionāli nenobrieduši un **depresīvi noskaņoti jaunieši:**

- ✗ kas **nesaņem atbalstu** ģimenē vai draugu vidū;
- ✗ kas uzskata, ka ir **nevērtīgi un nevajadzīgi**;
- ✗ kas grib **pievērst sev līdzcilvēku uzmanību**, liekot iedomāties – kā tas būtu, ja viņš/viņa vairs nebūtu šajā pasaulē.

Šobrīd šīs aktivitātes izplatība ir tik strauja – jo tas skaitās **“stilīgi” un “varonīgi”** nenobīties un spēt sagriezt sev rokas vai veikt citas sāpīgas darbības ar savu ķermeni.

- ✗ Noskaņot citus negatīvi – likt **justies nevērtīgiem, nevienam nevajadzīgiem**;
- ✗ Radīt **apjukumu un maldināt bērnus** un jauniešus, ka uz pašiznīcību vērsta darbības ir normāla parādība.

## 6 PADOMI, kā pasargāt bērnu no “Zilā vaļa”

1. Ja pamani, ka klasē, ģimenē vai paziņu bērnu vidū tiek runāts par “Zilo vali”, tiek meklēti internetā atslēgas vārdi gan latviešu, gan krievu valodā, kas saistīti ar “zilo vali”, “esmu spēlē” vai “piecel mani 4:20”, **bridiniet bērnus un jauniešus, ka saturs, ko viņi atradīs, būs nepatīkams, un iesaistīšanās var būt dzīvībai bīstama.**
2. **Aicini bērnus nemeklēt informāciju un neizplatīt to tālāk caur sociālajiem tīkliem un ziņojumapmaiņas programmām.** Paskaidrojiet, ka katra ķēdes vēstule un ziņu pārsūtīšana citiem arvien paplašina to bērnu loku, kas saskaras ar vardarbīgu un uz destruktīvām darbībām vērstu saturu.
3. Ja pamani, ka **bērnām ir grieztas rokas, skrāpējumi** ar asu priekšmetu uz miesas, zilumi, **runā par kāpšanu augstās celtnēs** u.tml., noteikti ir jāiesaistās, jāziņo ģimenei, jāiesaista skolas psihologs, jāuzdod jautājumi bērnam vai jauniešiem, lai noskaidrotu, kāpēc viņš to dara.
4. **Ziņo par aizdomīgiem kontiem** un grupām sociālo tīklu administrācijai, izmantojot **pogu “Report”** vai
5. **Ziņo Drossinternets.lv** uz e-pasta adresi **zinojumi@drossinternets.lv**.
6. **Zvani 116111**, lai saņemtu psihologa palīdzību.



**DROSSINTERNETS.LV**

**UZZINI VAIRĀK:**

Twitter.com/drossinternets | Facebook.com/drossinternets

YouTube.com/saferinternetlv | Instagram.com/drossinternetslv