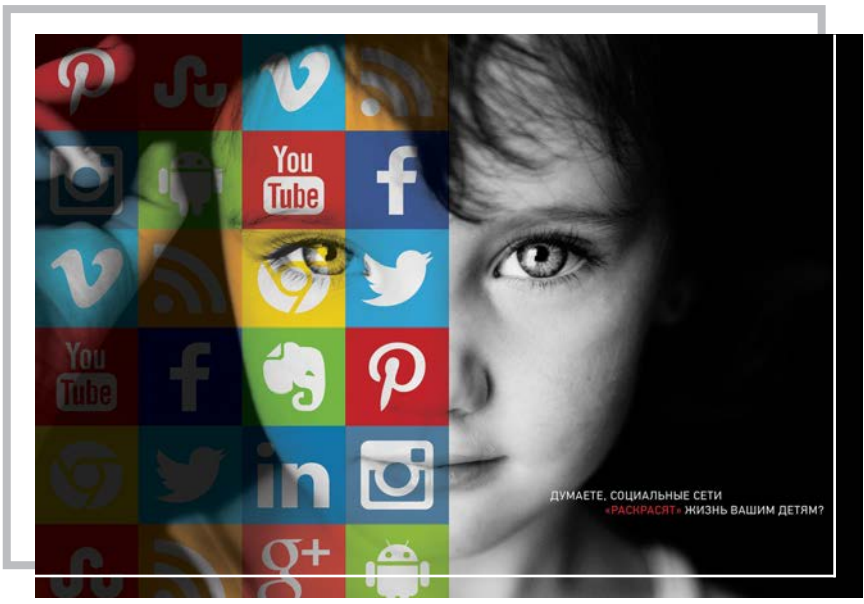


МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ «НЕХИМИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ»



Северсталь

2017 г.



Методическое пособие «НЕХИМИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ»

Авторы: Афанасьев Ю.В., Матвеева Ю.А.

Методический материал по проекту **«Защита»**.

Череповец, 2017. – 58 с.

Данное пособие включает в себя описание результатов деятельности по профилактике нехимической зависимости у детей и подростков, собраны примеры социальной рекламы, плакаты.

Пособие издано на средства гранта Союза «Союз специалистов в сфере охраны психического здоровья» (Договор гранта от 31.05.2017 г. № 01к4). При реализации проекта используются средства, выделенные в качестве гранта на основании результатов Общероссийского конкурса профилактических программ в сфере охраны психического здоровья детей и подростков «Здоровое поколение», проведенного «Союзом охраны психического здоровья», и средства компании «Северсталь».

Проект «Защита» (далее Проект) направлен на сохранение психического здоровья детей и подростков Северо-Западного федерального округа РФ.

Срок реализации Проекта: сентябрь 2017 г. – декабрь 2017 г.

ВВЕДЕНИЕ

Проблема обеспечения информационной безопасности детей в сети интернет становится все более актуальной в связи с существенным возрастанием численности несовершеннолетних пользователей. Психологи отмечают, что существует ряд аспектов при работе с сетью интернет, негативно влияющих на физическое, моральное, духовное здоровье подрастающего поколения, порождающее проблемы в поведении у школьников, совершении ими противоправных действий.

На высоком уровне остается проблема распространения через интернет-ресурсы материалов экстремистской и террористической направленности. 90% распространения и сбыта наркотических и психоактивных веществ происходит бесконтактным путем.

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ МОЖНО ПРОДЕМОНСТРИРОВАТЬ СЛЕДУЮЩИМИ ФАКТАМИ:

- Число зависимых от интернета составляет от 2 до 10 процентов пользователей (350 миллионов) по всему миру.
- В 11 версии Международной классификации болезней (МКБ 11) рассматривается вопрос о включении НХЗ как самостоятельной нозологической единицы.
- В обиход входят такие понятия, как Facebook-депрессия (в России она могла бы называться «Депрессия от «ВКонтакте»»), СМС-лунатизм, фантомный звонок, веб-серфинг – социальные сети становятся реальным политическим инструментом.
- Что каждая пятая пара знакомится через интернет (влияние на личную жизнь).
- Все религиозные конфессии имеют свои электронные ресурсы, отрицательным примером служит вербовка в ряды ИГИЛ.
- Большинство газет переходят на электронные ресурсы (фейковые новости).
- Социальные сети становятся политическим инструментом и используются для организации протестных акций, мероприятий, координации переворотов.
- Интернет активно осваивают пожилые люди, которые становятся объектами внимания мошенников.

Проблема привлекла внимание на самом высоком уровне. В частности, председатель Федерального собрания Валентина Матвиенко отметила необходимость объединения всех ведомств для решения проблемы негативного воздействия на подрастающее поколение негативной информации. В силу вступила новая концепция по информационной безопасности.

В рамках доктрины об информационной безопасности (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 5 декабря 2016 г. № 646) рассмотрены следующие вопросы:

- нейтрализация информационного воздействия, направленного на размывание традиционных российских духовно-нравственных ценностей;

- обеспечение защищенности граждан от информационных угроз, в том числе за счет формирования культуры личной информационной безопасности;

- участие в формировании системы международной информационной безопасности, обеспечивающей эффективное противодействие использованию информационных технологий в военно-политических целях, противоречащих международному праву, а также в террористических, экстремистских, криминальных и иных противоправных целях;

- повышение эффективности взаимодействия государственных органов, органов местного самоуправления, организаций и граждан при решении задач по обеспечению информационной безопасности;

- выработка и реализация мер государственной поддержки организаций, осуществляющих деятельность по разработке, производству и эксплуатации средств обеспечения информационной

безопасности, по оказанию услуг в области обеспечения информационной безопасности, а также организаций, осуществляющих образовательную деятельность в данной области.

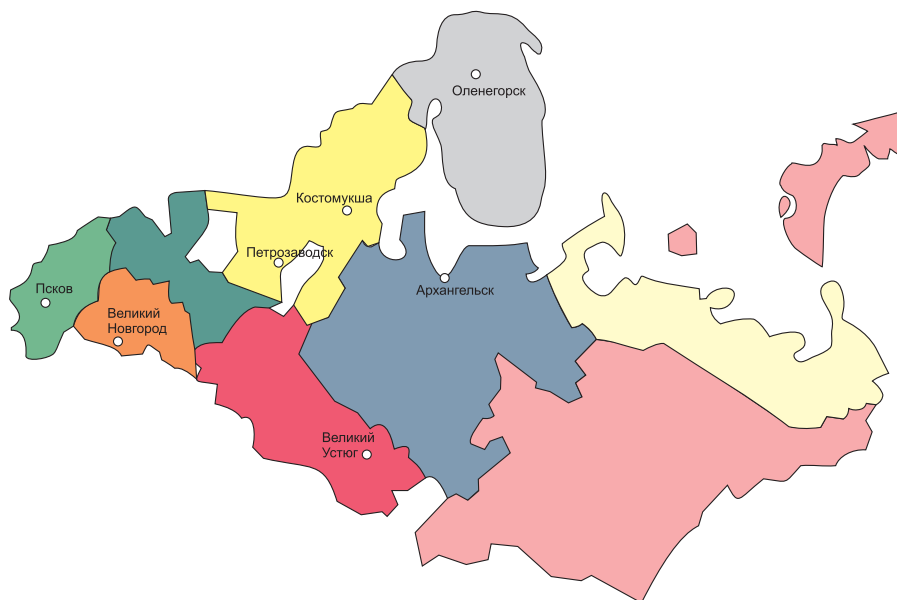
По данным обращений к детскому психиатру г. Череповца в период за 2014-2017 гг., большинство подростков сталкиваются со следующими угрозами в сети интернет и социальных сетях: самоубийство, анорексия, педофилия, виртуальное насилие (троллинг); виртуальное мошенничество и преступность, распространение спайсов и энергетиков, пропаганда и вербовка в радикальные и экстремистские организации, завлечение в различные религиозные и сектантские организации.

Огромный поток информации постепенно меняет отношения людей. И больше всего изменения коснулись подрастающего поколения. Если взрослые еще имеют механизмы защиты от негативной информации, то дети оказываются беззащитными перед напором технического прогресса. В связи с этим необходимо направить все усилия на защиту детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию.

Настоящее пособие делает попытку разобраться в проблеме, наметить основные пути решения. Предложены проверенные и реализованные проекты, методики. Самым эффективным способом борьбы является первичная профилактика. Она работает по известному принципу: болезнь дешевле предотвратить, чем потом лечить.

Благодаря поддержке Союза «Союз специалистов в сфере охраны психического здоровья» был реализован проект «Защита», направленный на решение данных проблем с помощью создания системы профилактики нехимических зависимостей у детей и подростков. В рамках проекта проведены комплексные программы для школьников, специалистов социальной сферы, родительской общественности и СМИ в 7 городах Северо-Западного федерального округа. Более 2000 участников (представители администрации области, города, руководители и специалисты различных служб и ведомств, учреждений социальной сферы, родительская

общественность и школьники 5-11 классов) получили знания о профилактике нехимических зависимостей у детей и подростков, культуре безопасного общения с техническими средствами, об ответственности за свои действия в сети интернет.



ХАРАКТЕРИСТИКА НЕХИМИЧЕСКИХ ЗАВИСИМОСТЕЙ

На протяжении последних пяти–семи лет на психиатрический стационар стали поступать дети с так называемым техническим следом. Это большая часть проблемных пациентов, которые в современной профессиональной классификации еще не имеют медицинского статуса. Речь идет о так называемых больных, страдающих нехимическими видами зависимости.

Опьянение техническим прогрессом в виде огромного количества гаджетов стало проходить, и все чаще мы видим негативное влияние на людей. В зоне повышенного риска, прежде всего, подрастающее поколение – дети и подростки. Мы традиционно больше внимания уделяем соматическому здоровью, пренебрегая психической составляющей определения. Хотя именно она выходит на первый план.

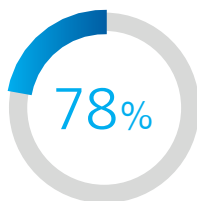
Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Психическое здоровье рассматривается как состояние психической сферы человека, характеризующееся общим душевным комфортом, обеспечивающее адекватную регуляцию поведения и обусловленное потребностями биологического и социального характера.

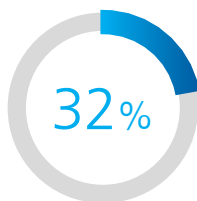
Именно по психической составляющей здоровья подрастающего поколения наносится основной удар.

Еще одна опасность бесконтрольного использования гаджетов и виртуального мира состоит в том, что проблема **не имеет возрастных ограничений**. Дети с самого раннего возраста допускаются к технике, взрослое поколение не выходит из онлайн, передавая функции воспитания интернету, пожилые люди становятся жерт-

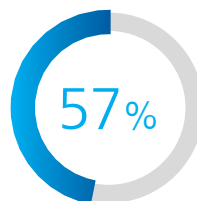
вами обмана виртуальных мошенников. Но больше шансов, в силу психологических возрастных особенностей, попасть в группу риска у детей, чем у других групп населения:



ДЕТИ И
ПОДРОСТКИ



МУЖЧИНЫ
30-35 ЛЕТ



ЖЕНЩИНЫ
ОТ 45 ЛЕТ И СТАРШЕ

Самой большой опасностью на сегодняшний момент считается низкая информированность о самих заболеваниях, социальной одобряемости проблемы. Многие не понимают масштаб угроз, который несет в себе виртуальный мир и технические гаджеты.

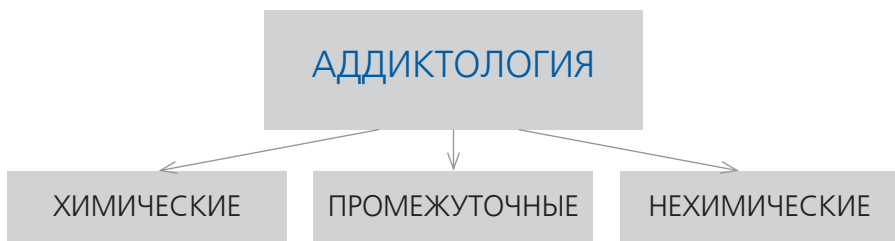
ВОТ НЕСКОЛЬКО НАЗВАНИЙ ОДНОГО И ТОГО ЖЕ ЯВЛЕНИЯ:

- социальные болезни личности
- технозависимости
- IT- болезни
- компьютерная зависимость
- информационные зависимости
- цифровые зависимости

Определение, объединяющее и позволяющее обозначить проблему, – это нехимические виды зависимости (НХЗ).

Этот термин пришел из молодой науки «аддиктология». Дисциплина появилась в 80-е годы XX века в США и считается более предпочтительным, чем наркология. Аддиктология – более широкое понятие нежели наркология, оно стоит на стыке психиатрии и клинической психологии и рассматривает проблему с разных сторон.

Аддиктология – наука о химических и нехимических зависимостях, изучающая механизмы их формирования, развития, диагностики, профилактики, лечения и реабилитации. Кроме этого, в сферу исследования попадают и промежуточные формы зависимости, связанные с едой.



Нехимическими (поведенческими) называются аддикции, где объектом зависимости становится какая-либо форма влечения или поведенческий акт, а не психоактивное вещество.

Еще одной проблемой, на которую важно обратить внимание при понимании путей профилактики нехимических зависимостей, – это **отсутствие официальной классификации**.

Приведем примеры классификаций нехимических видов зависимости.

КЛАССИФИКАЦИЯ 1

- патологическая склонность к компьютерным играм;
- навязчивый серфинг – путешествия в сети, когда человек переходит с одной страницы на другую без какой-либо определенной цели, ведомый ссылками, баннерами и интригующими названиями;
- киберсекс (увлечение порносайтами) – один из основных инстинктов человека может обернуться развитием подобной зависимости;
- виртуальные знакомства, патологическая зависимость от социальных сетей;
- склонность к азартным играм, биржевым торгам, покупкам через интернет.

КЛАССИФИКАЦИЯ 2

- азартные игры (гэмблинг);
- аддикция отношений – сексуальная, любовная, избегания;
- работоголизм;
- аддикция к трате денег;
- ургентная аддикция;
- аддикция к еде (переедание и голодание);
- многообразные компьютерные зависимости или интернет-зависимости;
- аддикция упражнений (спортивная);
- духовный поиск;
- «состояние перманентной войны»;
- синдром Тоада, или зависимость от «веселого автовождения»;
- фанатизм во всех его проявлениях.

Наиболее полная и рациональная **классификация** принадлежит А.Ю. Егорову (2006):

1. ПАТОЛОГИЧЕСКОЕ ВЛЕЧЕНИЕ К АЗАРТНЫМ ИГРАМ (гемблинг)

2. ЭРОТИЧЕСКИЕ АДДИКЦИИ:

- любовные аддикции;
- сексуальные аддикции;
- любовно-сексуальная аддикция.

3. «СОЦИАЛЬНО ПРИЕМЛЕМЫЕ» АДДИКЦИИ:

- работоголизм;
- аддикция упражнений (спортивная аддикция);
- аддикция отношений;
- аддикция к покупкам (компульсивный шопинг);
- аддикция к модификации собственного тела;
- религиозная аддикция.

4. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ АДДИКЦИИ:

- интернет-аддикции;
- аддикция к мобильным телефонам;
- другие технологические аддикции (телевизионная аддикция, тамагочи-аддикция и др.).

5. ПИЩЕВЫЕ АДДИКЦИИ.

- аддикция к перееданию;
- аддикция к голоданию.

Как мы видим, в нее включены несколько определений, которые имеют отражение в МКБ-10 (F 63.0). Это раздел «Расстройство привычек и влечений». Но даже данная классификация не учитывает новые формы зависимости, которые носят статусы болезней в других странах:

- гаджет-зависимость;
- зависимость от социальных сетей;
- селфит (США);
- геймер-зависимость (Южная Корея).

В язык разговорный и околонучный активно внедряются новые термины, которые в дальнейшем смогут составить терминологическую основу проблемы, такие как:

- фейсбук-депрессия;
- номофобия;

- смс лунатизм;
- селфит;
- веб-серфинг;
- лайки, репосты;
- груминг;
- троллинг и кибербуллинг.

Такая же неразбериха отмечается и в качественном определении проблемы. А именно в ее симптоматике. Известный американский психиатр Кимберли Янг выделяет четыре ведущих признака компьютерной зависимости. К ним относятся:

1. Навязчивое ожидание возможности снова очутиться в онлайн-режиме;
2. Непреодолимое желание проверять электронную почту;
3. Жалобы родных и друзей на то, что человек чересчур много времени проводит за компьютером;
4. Жалобы членов семьи или друзей на то, что человек слишком много денег тратит на деятельность за компьютером.

По нашим наблюдениям, данные критерии являются устаревшими. Приведем несколько схем, по которым предлагают диагностировать наличие симптомов компьютерной зависимости:

СХЕМА № 1

-
- Побуждение к контрпродуктивной поведенческой деятельности (=тяга).
 - Нарастающее напряжение, пока деятельность не будет завершена.
 - Завершение данной деятельности немедленно, но ненадолго снимает напряжение.
 - Повторная тяга и напряжение через часы, дни или недели (=симптомы абстиненции).
 - Внешние проявления уникальны для данного синдрома аддикции.

- • Последующее существование определяется внешними и внутренними проявлениями (дисфория, тоска).
- • Гедонистический оттенок на ранних стадиях аддикции.

СХЕМА № 2

- • Нежелание отвлекаться от виртуального пространства.
- • Пренебрежение личной гигиеной.
- • Отказ от пищи и нарушение пищевых традиций; расстройства сна.
- • Избегание общения в реальной жизни.
- • Маниакальный поиск литературы по дальнейшему освоению интернета.
- • Стремление и готовность вкладывать все свободные деньги в компьютер и интернет.
- • Готовность лгать близким.
- • Синдром отмены, выражающийся в проявлениях депрессии.
- • Конфликт с окружающими и с собой.
- • Рецидивирование зависимости.

СХЕМА № 3

- • **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СИМПТОМЫ:**
- • Хорошее самочувствие или эйфория за компьютером.
- • Невозможность остановиться.

- • Увеличение количества времени, проводимого за компьютером.
- • Пренебрежение семьей и друзьями.
- • Ощущения пустоты, депрессии, раздражения не за компьютером.
- • Ложь работодателям или членам семьи о своей деятельности.
- • Проблемы с работой или учебой.
- • **ФИЗИЧЕСКИЕ СИМПТОМЫ:**
- • Синдром карпального канала (туннельное поражение нервных стволов руки, связанное с длительным перенапряжением мышц).
- • Сухость в глазах.
- • Головные боли по типу мигрени.
- • Боли в спине.
- • Нерегулярное питание, пропуск приемов пищи.
- • Пренебрежение личной гигиеной.
- • Расстройства сна, изменение режима сна.

Наиболее работоспособной является схема № 3, где осуществляется деление на психическую и физическую составляющую зависимости.

У этой большой группы расстройств нет официального статуса болезни, а соответственно, недостаточно разработаны методы диагностики, реабилитации, лечения каждого вида нехимических зависимостей. Конечно, существуют общие принципы ведения зависимостей, но, как показывает практика, без учета конкретики и сопровождение, и лечение идут формальным образом.

ФАКТОРЫ, ПРЕПЯТСТВУЮЩИЕ РЕШЕНИЮ ПРОБЛЕМ НЕХИМИЧЕСКИХ ЗАВИСИМОСТЕЙ:

1. Отсутствует единая терминология (нехимические виды зависимости, технoзависимость, IT-зависимость, социальные болезни человека, компьютерная зависимость, информационная зависимость).

2. Нет единой медицинской, психологической классификации.

3. Решением проблем нехимических зависимостей часто занимаются психологи, педагоги, добровольцы, не имеющие специальной подготовки (медицинской составляющей в образовании).

4. Низкая осведомленность и недостаточно грамотное использование информационных технологий специалистами, работающими с детьми.

5. Уход в техническую составляющую при работе над проблемой нехимической зависимости.

6. Отсутствие финансирования для реализации деятельности, направленной на решение нехимической зависимости.

7. Низкая компетентность и вовлеченность родителей в решение вопросов безопасного детского интернета.

8. Недостаточность контроля со стороны государственных структур по ограждению детей от негативной информации.

По наблюдениям специалистов проекта, фактором, мешающим быстро и оперативно реагировать на проблему нехимических зависимостей, является раннее вовлечение детей в виртуальный и технический мир. Дети уверенно пользуются смартфонами, планшетами уже в детском саду. Первые системные уроки по информационной безопасности начинаются в разных школах с 6-7 класса, таким образом, в течение значительного промежутка времени дети осваивают интернет самостоятельно. Отмечается нехватка специалистов по вопросам профилактики информационной безопасности.

ФАКТОРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ РЕШЕНИЮ ПРОБЛЕМ НЕХИМИЧЕСКИХ ЗАВИСИМОСТЕЙ:

1. Реализация межведомственного подхода при решении проблем нехимических зависимостей.
2. Информационно-просветительская работа должна носить системный характер.
3. Включенность общественных организаций в деятельность по профилактике нехимических зависимостей. Примером может являться деятельность нашего проекта, которая поддержана «Союзом охраны психического здоровья».
4. Практическая направленность деятельности в работе с нехимическими зависимостями.
5. Создание и апробация малобюджетных программ профилактики нехимических зависимостей.
6. Поиск инновационных, нестандартных, творческих методов решения проблемы.
7. Четкая взаимосвязь возраста клиента и выбора методов и форм работы.

Одним из эффективных и полезных способом борьбы с распространением нехимических зависимостей является профилактика нехимических зависимостей. А точнее, первичная профилактика, направленная на информированность по данному вопросу родителей, специалистов, общественников и представителей власти. Еще классики говорили «легче болезнь предотвратить, чем потом ее лечить». В этом простом утверждении сформулирован основной принцип профилактики.

Психопрофилактика – это раздел общей профилактики, включающий совокупность мероприятий, которые обеспечивают психическое здоровье, включая профилактику личностных и профессио-

нальных кризисов, предупреждение возникновения и распространения нервно-психических заболеваний. Профилактика делится на первичную, вторичную, третичную.

Первичная профилактика включает мероприятия, направленные на предупреждение вредных воздействий на психику человека. Первичная профилактика предусматривает участие большого числа специалистов: социологов, психологов, физиологов, врачей, гигиенистов и других. По сути, это диспансеризация здорового населения с широким комплексом мероприятий.

Вторичная профилактика направлена на раннее выявление ранних фаз нервно-психических заболеваний и их активное лечение. Обращаем внимание, здесь на первый план выходит эффективное медикаментозное воздействие, чтобы предупредить переход в хроническое течение.

Третичная профилактика – это предупреждение рецидивов нервно-психических заболеваний и восстановление трудоспособности больных. Третичная профилактика направлена на предупреждение инвалидности. На многих предприятиях методы психогигиены давно разработаны, но не внедряются, а иногда в погоне за результатами просто игнорируются.

Мы понимаем, что **наиболее эффективна и менее затратна** первичная профилактика, представляющая собой систему социальных, медицинских, гигиенических и воспитательных мер, направленных на предотвращение заболеваний путем устранения причин и условий их возникновения и развития, а также на повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей природной, производственной и бытовой среды.

КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЙ

«ПРОФИЛАКТИКА НЕХИМИЧЕСКИХ ВИДОВ ЗАВИСИМОСТИ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ»

Ведущий семинара:

Афанасьев Юрий Валентинович – врач-психиатр высшей категории, заведующий детским отделением БУЗ ВО «Вологодский областной психоневрологический диспансер № 1», директор АНО «Центр информационной безопасности в сети интернет «Защита», специалист проекта «Профилактика нехимических зависимостей» муниципальной программы «Здоровый Череповец».

ПРОГРАММА

1. Встреча с детьми (интерактивная информационная встреча с детьми от 9 до 13 лет).

«Основные правила безопасного поведения и меры ответственности в сети интернет для детей и подростков»

Время: 13.00-13.45

2. Встреча со специалистами, руководителями, уполномоченными, администрацией.

«Скрытые методы продвижения противоправного контента через родительскую общественность и профессиональные сообщества»

Время: 14.00-15.30

3. Встреча с родителями (родительские комитеты, активные родители, волонтеры, все желающие)

«Основные угрозы для детей и подростков в виртуальном мире. Нехимические виды зависимости»

Время: 16.00-17.00

КОРОТКО О ГЛАВНОМ

Проведено большое количество встреч, лекций, семинаров, круглых столов, посвященных профилактике нехимических зависимостей. Они всегда проходят эмоционально, и мы получаем десятки вопросов от родителей, учителей, специалистов. Основные запросы сгруппированы и представлены в режиме «вопрос-ответ». На вопросы отвечает специалист проекта «Защита», врач-психиатр, заведующий детским отделением БУЗ ВО «ВО ПНД № 1» Юрий Валентинович Афанасьев.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ, ФАКТЫ, СТАТИСТИКА, АКТУАЛЬНОСТЬ

1. Что такое нехимические виды зависимости, насколько вообще они актуальны, не является ли эта тема надуманной?

Нехимическими называются нарушения, где объектом зависимости становится поведенческий паттерн (акт, действие), а не психоактивное вещество. В литературе можно еще встретить название аддикция. Занимается изучением зависимого поведения молодая наука аддиктология. Чтобы понять, насколько эта тема важная и актуальна, приведем статистические данные, предоставленные по результатам исследований «Лига безопасного интернета».

Статистика:

- В 2012 году количество Интернет-пользователей в мире достигло **2,27** млрд (от 2% до **10%** из них являются зависимыми).
- Facebook по численности 3-я страна в мире, после Китая и Индии, с населением около миллиарда человек.
- У каждого пользователя социальных сетей в друзьях находится в среднем **195** человек.
- Самый быстрорастущий сегмент пользователей социальных сетей – женщины **55–65 лет**.
- Каждая пятая пара в мире знакомится друг с другом в социальных сетях.
- У **24 из 25** крупнейших мировых газет упали тиражи из-за того, что новости начали приходить к людям по иным каналам, в частности – через социальные сети.

Актуальность

- В Китае, Южной Корее борьба с нехимическими зависимостями входит в стратегию развития здравоохранения.
- В США, Великобритании, Китае созданы специализированные клиники по лечению нехимических зависимостей.
- В МКБ 11 рассматривается вопрос о включении НХЗ как самостоятельных нозологических единиц.
- В обиход входят понятия фейсбук-депрессия, смс-лунатизм, веб-серфинг, троллинг, фантомный звонок.
- В марте 2015 года свою страницу открыл патриарх Кирилл. За первый день ее посетили **около миллиона** человек.
- Исследования показали, что увлечение социальными сетями подрывает иммунитет человека.

Дети в интернет-пространстве

84% детей каждый день пользуются интернетом.

80% детей имеют аккаунты в социальных сетях.

10 лет – это средний возраст, с которого начинается самостоятельное использование социальных сетей.

75% детей считают себя уверенными интернет-пользователями.

70% самостоятельно учились пользоваться интернетом.

49% детей предпочитают сами справляться с негативными ситуациями в интернете, без помощи родителей.

Каждый пятый ребенок подвергается виртуальному террору в сети.

80% людей доверяют мнению своих онлайн-друзей больше, чем своих реальных товарищей.

Вот сколько времени (часов в неделю) проводят дети в социальных сетях и группах: 7-14 часов – 23%, 14-12 часов – 57%, более 21 часа – 20%.

Эти цифры четко показывают, что под основной угрозой находятся дети. Данных достаточно, чтобы задуматься о проблеме и начать ее решение на всех уровнях.

КЛАССИФИКАЦИЯ, ГРУППЫ РИСКА

2. Какие виды НХЗ существуют и есть ли возрастные, половые, культурные, социальные особенности в формировании зависимости?

Официальной медицинской классификации НХЗ пока не существует, она планируется в МКБ 11 или 12 пересмотра. Сейчас в МКБ 10 есть медицинские диагнозы, связанные с расстройствами привычек и влечений (игромания, пиромания, клептомания, дромомания). Именно в этом разделе в дальнейшем и появятся новые виды нехимической зависимости. Мы приведем упрощенный вариант классификации. Всего в теме зависимого поведения выделяют три группы зависимостей – химические (алкоголизм, табакокурение, наркомания), нехимические и промежуточные (связанные с пищей).

К НЕХИМИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ ОТНОСЯТ:



Нехимические зависимости настолько разнообразны, что говорить о какой-то категории людей, подверженных этому расстройству, не приходится. Любой человек любого возраста, пола, вероисповедания, мировоззрения найдет себе интерес и увлечение, который сделает его зависимым.

НОРМА ИЛИ ПАТОЛОГИЯ

3. Как отличить зависимого человека от пользователя?

Для того, чтобы понимать о чем идет речь, давайте определимся с терминологией. Итак.

Зависимость – это неадекватно высокая восприимчивость к тому или иному внешнему воздействию, как правило, в связи с личностной неспособностью отказаться от влияния как результата подобного воздействия.

Любая форма зависимости, как мы видим из определения, носит патологический характер (отличный от нормы, установленной обществом). Выход за эти рамки ведет к самому тяжелому последствию – социальной дезадаптации.

Социальная дезадаптация – интегративный показатель состояния человека, отражающий его возможности выполнять определенные биосоциальные функции:

- неадекватное восприятие окружающей действительности и собственного организма;
- неадекватная система отношений и общения с окружающими;
- негибкость (адаптивность) поведения в соответствии с ролевыми ожиданиями других.

Я всегда говорю: «Пока человек выполняет свои социальные функции (отец, ученик, мать, работник), он находится в поле жизни общества. Когда виртуальный мир становится важнее реальной жизни, когда человек выходит из профессиональных, общественных, культурных, семейных сфер жизнедеятельности, когда интересы уходят в виртуальное пространство, он становится бесполезным и непродуктивным для социума. Причиной ухода в этом случае и будет зависимость».

СИМПТОМАТИКА

4. Как понять, что у человека, ребенка начинает формироваться зависимое поведение, по каким признакам можно определить проблему?

Я часто спрашиваю на лекциях, семинарах, чем опасен интернет для здоровья? И получаю ответ в основном касающихся физических или соматических нарушений (зрение, осанка, нарушение аппетита), а ведь нехимическая зависимость, как и любая зависимость, имеет две составляющие: физическую и психическую. Вторая часть важнее и опаснее, но именно о ней нет представления у родителей, специалистов.

Физические признаки

■ Синдром карпального канала (туннельное поражение нервных стволов руки, связанное с длительным перенапряжением мышц).

- Сухость в глазах.
- Головные боли по типу мигрени.
- Боли в спине.
- Нерегулярное питание, пропуск приемов пищи.
- Пренебрежение личной гигиеной.
- Расстройства сна, изменение режима сна.

Психические признаки

■ Хорошее самочувствие или эйфория за компьютером.

■ Невозможность остановиться.

■ Увеличение количества времени, проводимого за компьютером.

■ Пренебрежение семьей и друзьями.

■ Ощущения пустоты, депрессии, раздражения не за компьютером.

■ Ложь работодателям или членам семьи о своей деятельности.

■ Проблемы с работой или учебой.

Проведите простой опыт. Хотите почувствовать признаки абстиненции (синдрома отмены). Оставьте свой телефон дома. Все эмоции, переживания, мысли, которые будут Вас донимать, пока Вы не доберетесь до гаджета, и есть признаки абстиненции, которая, кстати, характерна для алкоголиков и наркоманов.

НЕОБЫЧНЫЕ ФОРМЫ ЗАВИСИМОСТИ

Факт: 80% вербовки в террористические и радикальные организации происходят через интернет-пространство.

5. При чем здесь фанатизм? Какое отношение он имеет к нехимической зависимости?

Фанатизм (лат. fanaticus – исступленный) – это понятие, употребляемое для оценки характера убеждений и поведения людей, в которых проявляется слепая, некритическая приверженность исповедуемой идее и предубежденное, исключаящее разумный подход отношение ко всем иным учениям.

Ключевыми словами здесь является крайняя степень выраженности интересов, которые определяют поведение, то есть односторонняя позиция, неспособность к компромиссам, агрессивная форма отстаивания своих взглядов. Все это является признаками зависимости.

Изменим термин. Фанатик думаю, у большинства людей в голове сразу возникнет образ религиозного фанатика. В современной ситуации это конечно ИГИЛ. Вербовка 80% боевиков происходит через социальные сети. Возьмите факты только сегодняшнего дня

- Тысячи наемников со всего мира, включая Россию, участвуют в вооруженном конфликте в Сирии.
- Целые семьи увлекаются в тоталитарные и религиозные секты.
- Радикальными экстремистами завербованы через социальные сети и подготовлены десятки смертников для совершения терактов по всему миру.

Второе изменение. У многих возникает образ спортивного фаната. В последнее время именно спортивные банды используются в качестве пушечного мяса при организации всех политических и социальных беспорядков. Пример – погром в центре Москвы после проигранного матча сборной России, нападение на российских болельщиков на чемпионате Европы в Польше, участие футбольных ультрас в событиях на Украине.

Вот вам и пример, как социальный термин легко может перейти в медицинскую плоскость.

ОСНОВНЫЕ УГРОЗЫ И ОПАСНОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

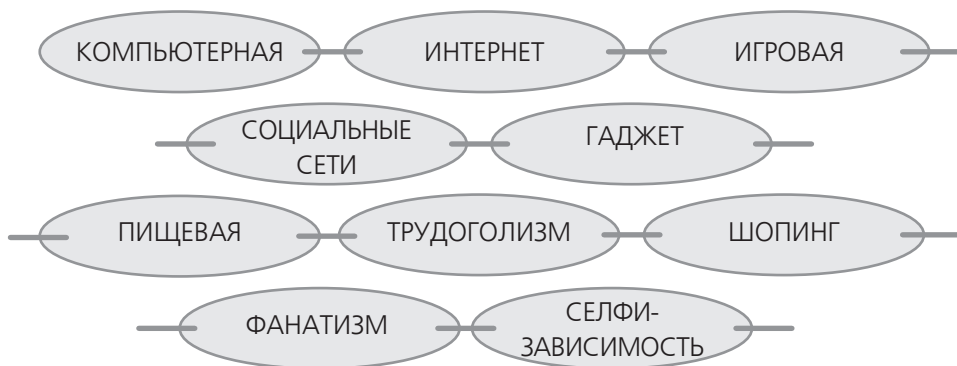
6. Какие угрозы и опасности могут подстерегать детей и подростков в интернет-пространстве?

Я просто перечислю угрозы, которым подвергаются дети в виртуальном пространстве. Многие из них впоследствии становятся пациентами моего отделения.

- Пропаганда и подстрекательство к самоубийствам.
- Орторексия (зависимость от диет), и как следствие – норексия.
- Игромания, конкретно от онлайн – шутеров и компьютерных игр.
- Гаджет-зависимость.
- Зависимость от соц. сетей.
- Сетевая педофилия, груминг.
- Агрессия и троллинг в сети.
- Мошенничество и лжеблаготворительность.
- Распространение спайсов, алкоголя и др. психоактивных веществ через интернет.

Все родители, приходя ко мне в кабинет, говорят всегда одну и ту же фразу «мы никогда не думали, что это произойдет с нами».

При реализации проекта «Защита» чаще всего работали с такими видами нехимических зависимостей, как:



На первый взгляд, **селфи-зависимость** не несет угрозы нашим детям, но это не так. Мы добавили этот вид нехимических зависимостей в наш список после 21 сентября 2015 года, когда в Вологде разбился первый риффер (человек, делающий экстремальное селфи на высотных зданиях и объектах). Проблемой экстремального селфи уже озабочено и государство. Памятки, разработанные сотрудниками МЧС, приведены в разделе «Информационные материалы».

ПРОПАГАНДА САМОУБИЙСТВ

Факт: на 100 тысяч подростков в России в возрасте от 15 до 19 лет приходится почти 20 случаев суицида, что превышает мировой уровень в 2.7 раза.

7. «Подросток стал замкнутым, неожиданно запаролил компьютер. Постоянно сидит в комнате и смотрит мрачные картинки, сюжеты, слушает агрессивную музыку. С нами грубый, негативный, не идет на разговор. Недавно увидела на руках порезы. Что с ним?»

Пропаганда самоубийств – это один из самых опасных контентов, которые встречаются в интернете. Все мы помним волну самоубийств подростков, которая прокатилась несколько лет назад. В подавляющем количестве смерти были спровоцированы импульсом из сети. В ситуацию даже вынуждено было вмешаться правительство. И огромное количество групп, сайтов, наконец-то, были закрыты. То, что творилось, в интернете по этой теме, вы даже не сможете представить. Способы самоубийств, группы, партнеры для совместных самоубийств, как написать предсмертную записку и обвинить кого-то. Все было в свободном доступе. Сейчас, конечно, этого нет, но при желании подросток может найти информацию или вступить в закрытую группу по данной тематике. Все сайты создаются профи. Мотиваторы, высказывания, картинки, песни – все бьет по болевым точкам подростка, толкая его к необдуманному шагу.

РАССТРОЙСТВО ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ, АНОРЕКСИЯ

Факт: в развитых странах анорексией страдает каждая 2 девушка из 100 в возрасте от 12 до 24 лет.

8. «Девочка сильно изменилась за последнее время. Неожиданно стала вегетарианкой, отказалась от сладкого, мучного. Читает статьи на специализированных сайтах, считает калории. Стала нервной, раздражительной, не справляется с программой. В ходе разговоров выяснили, что считает себя толстой и некрасивой и хочет быть похожей на какую то западную звезду. Врачи разводят руками, не могут понять, в чем дело. Направляют к психиатру, но причем здесь он, да и мы боимся идти к нему. Что делать?»

В этой части буду писать максимально жестко. Если не хотите идти к психиатру, можете сразу идти на кладбище. Когда Ваш ребенок сбрасывает вес десятками, упорен в диетах, изнуряет себя упражнениями, Ваш специалист – психиатр.

Анорексия – это психическое заболевание, расстройство пищевого поведения, при котором наблюдается патологическое желание сбросить вес и панический страх ожирения.

Но в сети произошло обесценивание термина. Вот названия групп и их мотиваторы.

- Клуб анорексичек.
- Наш рай – анорексия.
- Путь к анорексии, 35 кг.
- Анорексия-сити – худеем весело.

В этих группах – миллионы, подчеркиваю, миллионы подписчиков, которые предлагают и используют способы похудения от примитивных, научно необоснованных до самых варварских. Если видите похожие признаки, идите сразу к психиатру, в этом случае только он сможет Вам помочь.

НАРКОТИКИ, СПАЙСЫ, ЭНЕРГЕТИКИ

Факт: за полтора месяца в России от спайсов погибло более 30 человек, и более 700 получили тяжелейшие отравления.

9. В больницу неоднократно поступали подростки с отравлениями спайсами. Всю отраву приобретали через интернет. Что можно сделать в этом направлении, и кто должен отвечать за эту профилактику?

Еще один пример, как легко обесценивается термин посредством социальных сетей. Для меня как для врача нет подразделения на легкие, элитные, клубные, модные препараты. Наркотик есть наркотик, его основное предназначение – изменение сознания, получение удовольствия на первых порах. Но в сети сотни групп под легкими названиями. Уже нет серьезного отношения. Наркотики для подростков – это баловство, а не серьезный порок.

Конечно, заниматься этим должны и представители силовых структур, и наркоконтроль, и общественность, и профессиональные сообщества врачей.

ИГРОМАНИЯ, ГЕЙМИНГ

Факт: на настоящий момент законодательно никакие игры в России не запрещены.

10. Муж и ребенок в танке – помогите достать! Это мольба о помощи.

Сначала это высказывание вызывало улыбку, но после многих лекций я понял, что это реальная проблема. После каждой лекции подходят жены и взалхлеб рассказывают, о том, что рушится их семья из-за онлайн-игр. Грань между зависимостью и потреблением проходит через социализацию человека в обществе. Когда он выпадает и перестает выполнять свою социальную функцию мужа, отца, сына, учащегося, рабочего уверенно можно говорить о зависимости, в данном случае – от компьютерных игр. А теперь подумайте. Если на это подсаживаются взрослые мужики, то как легко посадить на игры ребенка или подростка с его неокрепшей психикой?

РАСПРОСТРАНЕНИЕ ПОРНОГРАФИИ, ПЕДОФИЛИЯ, ВИРТУАЛЬНАЯ ПРОСТИТУЦИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

Факт: статистика показывает, что благодаря социальным сетям в 26 раз выросло количество преступлений против несовершеннолетних на сексуальной почве.

11. Педофилия.

В своей практике **пока** не сталкивался с жертвами компьютерных педофилов. Сталкиваюсь с другой стороной этой проблемы разгулом порнографии в сети, виртуальная проституция. Многие девочки, особенно из асоциальных или неблагополучных семей, охотно подрабатывают в частном порядке в социальных сетях.

АГРЕССИЯ В СЕТИ

Факт: тревожная статистика показывает, что каждый пятый подросток (21,9%) подвергнулся виртуальному террору — кибербуллингу.

12. «Ребенку постоянно кто-то пишет с угрозами, спамят его страницу, присылают картинки издевательств над животными. Ребенок очень эмоционально на все реагирует, плачет, нарушился сон, боится идти в школу».

Советы родителям

■ С 9-10 лет начинайте осваивать с ребенком интернет совместно. Заходите на все сайты, где он бывает сам, регистрируйтесь в тех же социальных сетях, группах. Главная задача — стать ребенку другом не только по эту, но и по другую сторону экрана.

■ Наблюдайте за его настроением во время и после общения в сети.

■ Объясните, что анонимность не должна приводить к вседозволенности, не допустима агрессия по отношению к другим людям.

■ Объясните, что писать и читать грубости так же неприятно, как слушать их. Игнорируйте хулиганов (не кормите троллей). Возможно, стоит вообще покинуть данный ресурс, удалив аккаунт.

■ Если ваш ребенок все же подвергся кибербуллингу, стоит поговорить с классным руководителем и школьным психологом. Многие подобные проблемы как раз рождаются в образовательных учреждениях.

■ Необходимо узнать информацию об обидчике, историю их взаимоотношений, выяснить, существует ли договоренность о встрече в реальной жизни и случались ли подобные встречи раньше, узнать о том, что известно агрессору о ребенке (реальное имя, фамилия, адрес, телефон, номер школы и т.д.). Соберите полную информацию о произошедшем со слов ребенка, зайдите на страницы сайта, где он был, посмотрите список его друзей, прочтите и скопируйте все сообщения. Если кибератаки продолжатся, обратитесь в правоохранительные органы.

КИБЕРПРЕСТУПНОСТЬ

Факт: в 2011 году четверо из 5 грабителей в Великобритании использовали для подготовки ограбления социальные сети.

13. Мошенничество и киберпреступность.

Думаю, что такая профессия в преступном мире, как наводчик, скоро отпадет как ненужная. А зачем? Мы сами выкладываем фото наших квартир, наших юбилеев и праздников, шикарных авто. Уезжая на отдых, сами пишем: «Две недели в раю». Я всегда говорю после таких публикаций: «Оставьте ключи под ковриком, дверь целой останется». Разговор о воровстве с карт, разводов – это тема беседы с техническим специалистом. Просто обращаю Ваше внимание, что ребенок, особенно технически продвинутый, легко найдет доступ к Вашему виртуальному кошельку, и этих средств уже не вернуть.

ЗАВИСИМОСТЬ ОТ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ

14. «Ребенок постоянно сидит в социальных сетях, Садится за стол, идет в туалет, все с телефоном, смотрит телевизор и постоянно что-то листает в планшете. Нас не слышит, только отнекивается

и что-то бормочет в ответ. Фейсбук, ВКонтакте, инстаграм, гуггл+ , мой мир, одноклассники. Может что-то сфотографировать и сразу постить, стоя посреди улицы, не обращая внимания на прохожих. Если фото не набирает лайки или репосты, начинает злиться и кидать вещи, ругаться».

Просто цифры, прочитайте и задумайтесь! Все угрозы, о которых мы говорим, чаще всего реализуются через социальные сети. И это тоже факт!

- **80%** детей имеют аккаунты в социальных сетях.
- **10 лет** – это средний возраст, с которого начинается самостоятельное использование социальных сетей.
- **75%** детей считают себя уверенными Интернет-пользователями.
- **70%** детей самостоятельно учились пользоваться Интернетом.
- **49%** детей предпочитают сами справляться с негативными ситуациями в Интернете, без помощи родителей.
- Каждый **пятый** ребенок подвергается виртуальному террору в сети.
- **80%** людей доверяют мнению своих онлайн-друзей больше, чем своих реальных товарищей.
- Вот сколько времени (часов в неделю) проводят дети в социальных сетях и группах: 7-14 часов – **23%** , 14-12 часов – **57%** , более 21 часа – **20%**

ГАДЖЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ

Факт: номофобия – боязнь остаться без смартфона на какое-то время – стала официально считаться болезнью в Великобритании в 2008 году.

15. Опишу свои наблюдения. Веду прием детишек 3-4 лет. В коридоре очереди 15-20 человек. Тишина стоит, что даже звенит в ушах. Выглядываю, картина маслом. Родители все поголовно сидят в телефонах, рядом дети – все в планшетах. Технический прогресс,

конечно, сила великая и интересная, но он никогда не заменит общения и воспитания. 3-4 года называется «возрастом почемучек». Дети должны сыпать вопросами, бегать, играть со сверстниками, изучать окружающий мир. Вместо этого теперь игры в планшете, мультики на смартфонах, чтобы ребенок сидел и не мешал. На вопрос родителям «зачем?», всегда ответ «но ребенок же развивается». Каким образом? Развивая два пальца и гоняя шарики и машинки? В этом возрасте закладываются основы коммуникации, социальные навыки, речевое развитие. Мы все эти функции передаем машинам, гаджетам. А потом удивляемся, что происходит с ребенком, почему такие истерики, когда пытаемся забрать планшет, почему ребенок готов на все, лишь бы получить последнюю модель телефона?

И ПОСЛЕДНИЙ ВОПРОС: КАК С ЭТИМ БОРОТЬСЯ?

16. **К** – контроль (родительский, эмоциональный, временной, технический).

А – альтернатива (спорт, искусство, занятия по интересам, учеба, живое общение).

К – культура (свод правил и поведения общения с техническими средствами; обязателен для всех членов семьи и родственников).

У нас не было задачи Вас напугать. Страх – плохой помощник, но хороший стимулятор. Мы прописали маркеры поведения и проблем, по которым Вы сможете понять, что с Вашим ребенком, что-то не так. Надеемся, что эти реальные примеры, истории, вырезки, ссылки привлекут Ваше внимание и заставят задуматься, чем же занят Ваш ребенок, тихо сидящий в комнате. Насколько он защищен? С чем он может столкнуться в виртуальном мире, и что может произойти, а главное к чему может привести!

ТЕСТ НА ДЕТСКУЮ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ (С.А. Кулаков, 2004)

Ответы даются по пятибалльной шкале: 1 – очень редко, 2 – иногда, 3 – часто, 4 – очень часто, 5 – всегда.

1. Как часто Ваш ребенок нарушает временные рамки, установленные Вами для пользования сетью?

2. Как часто Ваш ребенок запускает свои обязанности по дому для того, чтобы провести больше времени в сети?

3. Как часто Ваш ребенок предпочитает проводить время в сети вместо того, чтобы провести его в кругу семьи?

4. Как часто Ваш ребенок формирует новые отношения с друзьями по сети?

5. Как часто Вы жалуетесь на количество времени, проводимое Вашим ребенком в сети?

6. Как часто учеба Вашего ребенка страдает из-за количества времени, проведенного Вашим ребенком в сети?

7. Как часто Ваш ребенок проверяет электронную почту, прежде чем заняться чем-то другим?

8. Как часто Ваш ребенок предпочитает общение в сети общению с окружающими?

9. Как часто Ваш ребенок сопротивляется или секретничает при вопросе о том, что он делает в интернете?

10. Как часто Вы заставляли своего ребенка пробивающимся в сеть против Вашей воли?

11. Как часто Ваш ребенок проводит время в своей комнате, играя за компьютером?

12. Как часто Ваш ребенок получает странные звонки от его новых сетевых друзей?

13. Как часто Ваш ребенок огрызается, кричит или действует раздраженно, если его побеспокоили по поводу пребывания в сети?

14. Как часто Ваш ребенок выглядит более уставшим и утомленным, чем в то время, когда у Вас не было интернета?

15. Как часто Ваш ребенок выглядит погруженным в мысли о возвращении в сеть, когда он находится вне сети?

16. Как часто Ваш ребенок ругается и гневается, когда Вы сердитесь по поводу времени, проведенного им в сети?

17. Как часто Ваш ребенок предпочитает своим прежним любимым занятиям, хобби, интересам других нахождение в сети?

18. Как часто Ваш ребенок злится и становится агрессивным, когда Вы накладываете ограничение на время, которое он проводит в сети?

19. Как часто Ваш ребенок предпочитает вместо прогулок с друзьями проводить время в сети?

20. Как часто Вы чувствуете подавленность, упадок настроения, нервозность, когда находится вне сети, а по возвращении в сеть все это исчезает?

При сумме баллов 50-79 Вам необходимо учитывать серьезное влияние интернета на жизнь Вашего ребенка и всей семьи.

При сумме баллов 80 и выше, у ребенка с высокой долей вероятности интернет-зависимость, и ему необходима помощь специалиста.

ИНФОРМАЦИОННЫЕ МАТЕРИАЛЫ

НЕХИМИЧЕСКИЕ



ВИДЫ ЗАВИСИМОСТИ



1. Гаджет - зависимость
2. Компьютерная зависимость
3. Телешоу зависимость
4. Интернет - зависимость
5. Фаст - фуд зависимость



Череповецкое городское местное отделение ВПП «Единая Россия»

Основные угрозы безопасности детей в Интернете



Киберхулиганы

И дети, и взрослые могут использовать Интернет, чтобы изводить или запугивать других людей.



Злоупотребление общим доступом к файлам

Несанкционированный обмен музыкой, видео и другими файлами может быть незаконным или повлечь загрузку вредоносных программ.



Неприличный контент

Если дети используют Интернет без присмотра, они могут столкнуться с изображениями или информацией, от которой их желательно оградить.



Хищники

Эти люди используют Интернет для того, чтобы заманить детей на личную встречу.

Вторжение в частную жизнь

Заполняя различные формы в Интернете, дети могут оставить конфиденциальные сведения о себе или своей семье.



СОВЕТЫ ПО БЕЗОПАСНОЙ РАБОТЕ В ИНТЕРНЕТЕ

СЛОЖНЫЙ ПАРОЛЬ

Если ты регистрируешься на сайте, в социальной сети или в электронной почте, придумай сложный пароль, состоящий из цифр, больших и маленьких букв и знаков. Чем сложнее пароль, тем сложнее взломать твой аккаунт. Помни, что твой пароль можешь знать только ты.



СОВЕТ ВЗРОСЛЫХ

Всегда спрашивай взрослых о непонятных вещах, которые ты встречаешь в Интернете: ты не знаешь, какой пункт выбрать, на какую кнопку нажать, как закрыть программу или окно. Они расскажут тебе, как поступить - что можно делать, а что нет.



ЛИЧНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Никогда не рассказывай о себе незнакомым людям в Интернете: где ты живешь и учишься, не сообщай свой номер телефона. Не говори никому о том, где работают твои родители и номера их телефонов. Эта информация может быть использована во вред тебе и твоим родителям.



НЕ ОТПРАВЛЯЙ СМС

Если в Интернете ты решил скачать картинку, игру или мелодию, а тебя просят отправить смс - не делай этого! Смс на короткий номер могут стоить несколько сотен рублей. Ты потратишь деньги, которые мог бы потратить на что-то другое.



НЕ ЗАБУДЬ ВЫЙТИ

При использовании мультимедийного компьютера или мобильного устройства, не забывай выходить из своего аккаунта электронной почты или профилей в социальных сетях. Иначе, следующий пользователь этого устройства сможет просмотреть твою личную информацию.



ОСТОРОЖНО, НЕЗНАКОМЕЦ!

Никогда не отвечай на сообщения от незнакомцев в Интернете и не отправляй им смс. Если незнакомый человек предлагает встретиться или пишет тебе оскорбительные сообщения - сразу скажи об этом взрослым! Не все люди являются теми, за кого себя выдают в Интернете!



БЕСПЛАТНЫЙ WI-FI

При выходе в Интернет через общественную Wi-Fi сеть, не совершая никаких покупок и оплат, не проверяй личную электронную почту и не передавай конфиденциальную информацию. Злоумышленники могут похитить ваши пароли и данные.



ЗАЩИТИ КОМПЬЮТЕР

Попроси родителей или сам установи систему фильтрации SkyDNS на сайте www.skydns.ru. Она защитит тебя от потери денег и кражи паролей, а также будет блокировать большую часть рекламы, ускорит загрузку страниц в Интернете.



Правила безопасности в Интернете

Никогда не рассказывай о себе незнакомым людям в Интернете: где ты живешь и учишься, не сообщай свой номер телефона. Не говори никому, где работают твои родители и номера их телефонов.



Всегда спрашивай родителей о непонятных вещах, которые ты встречаешь в Интернете. Они расскажут тебе, что можно делать, а что нет.

Никогда не отвечай на сообщения от незнакомцев в Интернете и не отправляй им смс. Если незнакомый человек предлагает встретиться или пишет тебе оскорбительные сообщения — сразу скажи об этом родителям!



Если в Интернете ты решил скачать картинку, игру или мелодию, а тебя просят отправить смс — не делай этого! Ты можешь потерять деньги, которые мог бы потратить на что-то другое.



Если ты регистрируешься на сайте, в социальной сети или в электронной почте, придумай сложный пароль, состоящий из цифр, больших и маленьких букв и знаков. Помни, что твой пароль можешь знать только ты и твои родители.

МВД РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ

МВД РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ

МВД РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ



СЕЛФИ
за рулем – может
сделать твою дорогу
гораздо короче!

Место для твоего
**БЕЗОПАСНОГО
СЕЛФИ!**



делай
безопасные
СЕЛФИ

Крутые СЕЛФИ
может стоить тебе **ЖИЗНИ**

СЕЛФИ
на трассе – можешь
не успеть кликнуть!






<http://mvd.ru/apps>

МВД России
119049, г. Москва, ул. Халова, 18
Телефон: (495) 967-02-91
Интернет-сайт: mvd.ru
Общественный совет
при МВД России
117342, г. Москва, в/л 25
Телефон: 8 800 253 01 02
Интернет-сайт: so.mvd.ru





МВД РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ

МВД РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ

МВД РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ



СЕЛФИ
на железнодорожных
путях – плохая идея,
если тебе дорога
жизнь!

Подросток из Рязанской области хотел
сфотарифировать себя на путях железной дороги и
зацепился за лямку электроперевода. Он ударя током
и ушел с места, скрывшись в больнице.



СЕЛФИ
с оружием убивает!

21-летняя москвичка случайно выстрелила себе
в голову из травматического пистолета, пытаясь
сделать иррациональное селфи.



СЕЛФИ
под напряжением?
Не стоит
напрягаться!

Девятиклассник из Подмосквы полюб, делая селфи.
Он ухватился за оголенные провода, находясь под
напряжением.

СЕЛФИ на воде –
трудно удержать
равновесие!



СЕЛФИ
на крыше здания –
высоко падать!



СЕЛФИ
выбери свой путь!
Соверши безопасный
подъем!



СЕЛФИ
с животными
не всегда мило!



СЕЛФИ
на вагонах поездов –
бьет током!





СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

Сазонова Валентина Юрьевна
Мехова Альбина Анатольевна

СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА КАК ИНСТРУМЕНТ РЕШЕНИЯ СОЦИАЛЬНЫХ ПРОБЛЕМ

В настоящее время понятие «социальная реклама» не имеет общепринятого определения в научной литературе и нормативных документах. В рамках нормативно-правового подхода в **Федеральном законе** РФ «О рекламе» от 18 июля 1995 г. (ст. 3) сформулировано следующее определение: «Социальная реклама представляет общественные и государственные интересы и направлена на достижение благотворительных целей». Сегодня регулирование социальной рекламы обсуждается на уровне механизмов реализации федеральных концепций развития в Общественной палате РФ, в Минэкономразвития РФ, в экспертных группах при Администрации Президента РФ и в Коалиции НКО по развитию социальной рекламы. На уровне субъектов Федерации отмечают серию кампаний в рамках формирования пространства безопасного интернета, поднимаются вопросы содержания онлайн-игр и социальных сетей.

Основными **субъектами** социальной рекламы в России являются государство и НКО.

ЦЕЛЬ социальной рекламы – гармонизация социального пространства и социальных отношений в обществе посредством формирования социально одобряемых моделей поведения и адекватной системы ценностей.

Проблематику определяет **объект**. В нашем случае это:

- проблемы борьбы с различного рода угрозами;
- безопасность жизнедеятельности несовершеннолетних.

Предмет социальной рекламы – идея, которая обладает определённой социальной ценностью и доносится до целевой аудитории.

ФУНКЦИИ социальной рекламы:

- информационная (привлечение внимания к актуальным социальным проблемам, информирование о способах их решения и профилактики, а также о деятельности некоммерческих организаций (НКО) или государственных структур и предоставляемых ими социальных услугах);
- идеологическая (возможность формирования норм общества, позиции гражданской ответственности, создание положительного имиджа конкретных ведомств);
- социоинтегративная (обеспечение стабильности современных общественных систем);
- воспитательная (процесс социализации, создание социально одобряемых поведенческих установок (например, активный здоровый образ жизни)).

Так как социальная реклама воздействует на людей с целью изменения отношения общественности к социальной проблеме, необходимо выявить **критерии эффективности**. Здесь мы говорим о долгосрочных процессах с момента рекламной кампании. Социальная реклама должна по-новому заставить людей взглянуть на проблемы. Качество зависит от компетентности рекламодателя и профессионализма рекламоизготовителя. Оптимальное решение – это проведение опроса населения о том, какое влияние на них имеет определенная кампания. Владимир Вайнер говорит о том, что в России накоплен большой опыт проведения исследований по оценке эффективности социальной рекламы. Традиционно выделяются два основных вида – итоговая (экономическая: насколько решена социальная проблема) и коммуникативная (сообщения и каналы распространения).

С точки зрения **новых требований** к социальной рекламе сегодня можно обозначить такие, как:

- активизация деятельности ключевого субъекта – государства, разработка научно обоснованной государственной концепции развития социальной рекламы,

- совершенствование нормативно-правовой базы, основанное на результатах научного анализа проблемы;
- формирование эффективных технологий разработки и размещения социальной рекламы и обеспечение благоприятных условий для их реализации.

Владимир Вайнер описывает **векторы развития социальной рекламы** – наращивание механизмов развития социальной рекламы. Это региональные учебные и профессиональные конкурсы, специальные структуры по работе с заказчиками и СМИ, общественные активности частных лиц, инициативных групп и общественных организаций.

Механизм профилактики нехимической зависимости в городе Череповце иницируется и координируется Благотворительным фондом «Дорога к дому» с 2014 года и объединяет ресурсы НКО, частных лиц, представителей органов власти, правительства Вологодской области и администрации городов России, крупного бизнеса – компании «Северсталь», ведомств, ВУЗа – Череповецкого государственного университета в рамках сначала городского, а с 2015 года при поддержке ВУЗа и мэрии г. Череповца – межрегионального конкурса социальной рекламы «ТВОЕ дело».



Предметом социальной рекламы в 2015, 2016 гг. была идея призыва к ответственности за ситуацию и отражалась в теме «ТВОЕ дело – безопасность», в 2017 году – тема защиты: «Защитим детей в Интернете!».

С самого начала реализации Конкурса были выработаны основные правила проведения мероприятия – это подробная информация от специалистов по социальной проблеме, экспертов в сфере



социальной рекламы и техническая поддержка в разработке самого продукта. В 2015 году совместно с Медиа-Центром в г. Череповце было разработано техническое задание (бриф) на разработку социальной рекламы. К 2015 году в рамках Конкурса сформировалось социальное партнерство. В 2015 году на Конкурс пришло **225** работ из **23** городов России. В 2016 году – **364** работы из **44** городов России. В 2016-2017 гг. Конкурс привлек внимание представителей Общественной палаты, редакторов печатных СМИ, НКО, представителей бизнеса. В рамках Конкурса и научных конфе-

ренций проходят круглые столы по теме медиабезопасности.

В 2017 году Конкурс посвящен именно этой теме и проходит в рамках социального проекта «Защита». В положении Конкурса прописаны основные темы для разработки сообщений-слоганов и созданы видеоуроки по разработке мультимедийного ролика. К участию привлечены студенты ВУЗов, краудсорсинговая платформа, сотрудники и курсанты военного училища, граждане, кто владеет навыками создания видеоматериала.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Социальная реклама – это социальная технология в решении социальных проблем, поэтому необходимо знать основные понятия коммуникативной и итоговой эффективности рекламной кампании, критерии оценки коммуникативной эффективности социальной рекламы.

РАБОТЫ УЧАСТНИКОВ КОНКУРСА СОЦИАЛЬНОЙ РЕКЛАМЫ



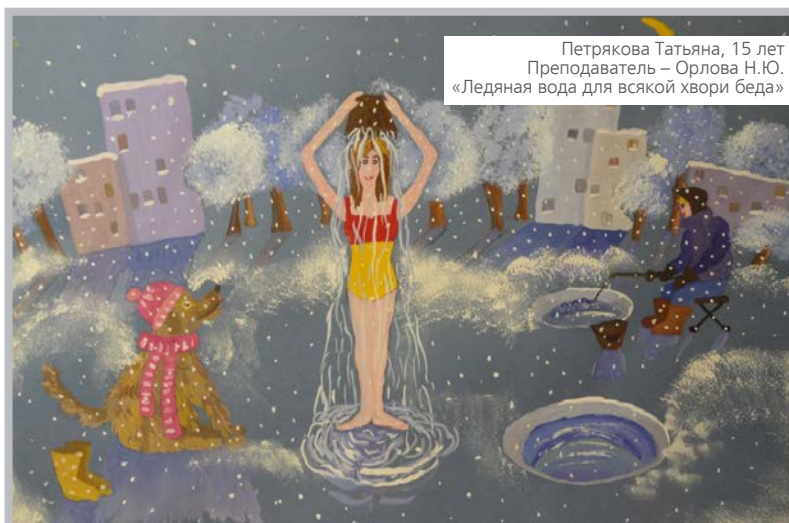


РАБОТЫ УЧАСТНИКОВ КОНКУРСА «НАРОДНАЯ МУДРОСТЬ»





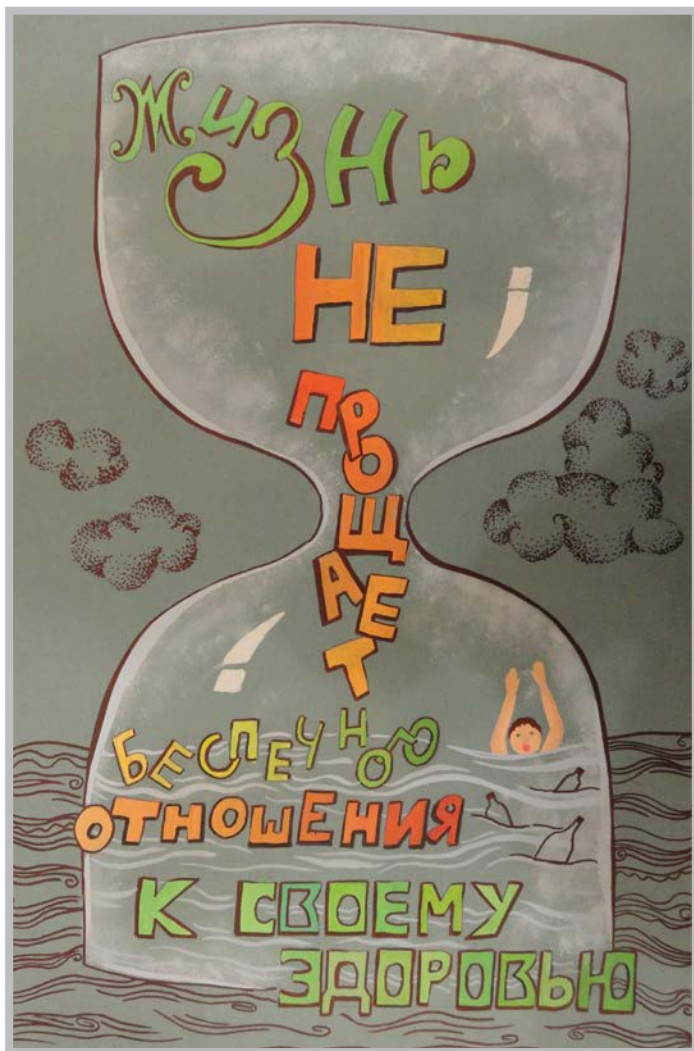
Сотникова Наталья, 12 лет
Преподаватель – Орлова Н.Ю.
«Двигайся больше»



Петрякова Татьяна, 15 лет
Преподаватель – Орлова Н.Ю.
«Ледяная вода для всякой хвори беда»



Попова Полина, 15 лет
Преподаватель – Сафронова Е.В.
«От проблем своих устал»



Соколова Вера, 14 лет
Преподаватель – Сафронова Е.В.
«Жизнь не прощает»

ПУБЛИКАЦИИ В ГАЗЕТЕ «ГОЛОС ЧЕРЕПОВЦА»

Работа со средствами массовой информации выстраивается по определенному алгоритму.

1 ЭТАП – готовится статья в городской газете «Голос Череповца». Формат статьи включает в себя рассказ родителей об истории развития зависимости с комментариями специалистов.

2 ЭТАП – пишется статья в областной медицинский журнал «Здоровье Вологодчины». Здесь основной аудиторией уже является профессиональное медицинское сообщество. Статья пишется с употреблением медицинских терминов, описываются механизмы развития, в дальнейшей даются рекомендации по ведению таких пациентов.

3 ЭТАП – по договоренности с телеканалом «Провинция» записывается передача, в прямом эфире отвечаем на вопросы зрителей.

4 ЭТАП – все материалы выкладываются в интернет на специализированные сайты и группы.

Были подготовлены следующие публикации в газете **«Голос Череповца»**:

- «Метод Диско в арсенале вербовщиков»;
- «Нас дважды вытаскивали с того света»;
- «Смертельно опасное фото»;
- «Сериаломания»;
- «Нехимическая зависимость, актуальность проблемы»;
- «В школу не пойду, буду играть»;
- «5 детских бед»;
- «Китовые группы».

Статьи в журнале **«Здоровье Вологодчины»:**

- «Когда заканчивается компьютерная игра и начинается зависимость»;
- «Анорексия – мода или болезнь»;
- «5 детских бед».

Программы и репортажи городским каналам **«Провинция», «Канал 12»:**

- «Психологи бьют тревогу» (новостной репортаж, «Канал12»);
- Точка зрения 15.06.15 (нехимическая зависимость, «Провинция»);
- Точка зрения 14.12.15 (анорексия и селфи, «Провинция»);
- Точка зрения 20.02.16 (способы вербовки через Интернет, «Провинция»);
- Серьезный разговор 01.06.16 (защита детей от негативной информации, «Провинция»).

Активно выстраивается работа в виртуальном пространстве. Все статьи и видео можно найти в группе https://vk.com/nxz_35. Регулярно размещаются тематические материалы, интересные статьи, даются онлайн консультации.



В европейских странах и США проблемой охотников является большое количество. Так, София Меликова создала целую сеть кафе по шопоголикам, по кафе из которых был снят фильм, об этом рассказывали.

Время не рекомендуется ходить по магазинам днем, пребывая в депрессии. Покупки не решат вашей проблемы, а лишь принесут временную радость.

Шопоголик после очередной покупки испытывает чувство стыда и раскаяния. Для того чтобы выгнать его, он на следующий день снова идет в магазин. Это типичная черта любой зависимости, это и алкоголика.

Раз, покупка, два, покупка — бюджет маля...

Шопоголиками становятся в силу тех или иных причин. Индустрия современного рынка делает все, чтобы заставить нас отдать последние деньги за вещи, которые нам не нужны.

МАРИНА АЛЕКСЕВА,
dick@yandex.ru

«Здравствуй, меня зовут Марина, я шопоголик». Наверное, этот материал было бы уместно начать именно так. В нашей стране отвести себя в категорию людей, которые получают удовольствие не только от самой покупки, но и от процесса ее выбора, похода в торговый центр, например, может каждый второй. А когда желание посетить магазин перерастает в потребность, а в выходные еще в привычку, обилие обновки или похода так и становится навязчивым, пора бить тревогу.

КУПИЛА И НЕ ВСПОМИНАЮ. Приобрела в ванной комнате, обилие труженик на одной из полках, два флакона с шампунем и бальзамом для волос. Потаюсь помыть, когда и, главное, зачем и как выгнать. Скутница две вещи. Первое. Шапучка этой марки и ни бери в принципе, они не подходят для моего типа волос. Второе. Разом на полке стоят четыре) перекрась бутылочки с шампунями. Выход: закончить шампунь и бальзам и сменить по акции в торговом центре, когда шла после работы домой. Покупка даже не отговаривалась в магазине. Но бог студи, с шампунем, его всегда можно перекрасить.

Третья в моем списке незавершенных покупок: заглянула в магазин и купила за машинку все остальное раскладушки по принципу «заглянула — купила». Вот этот смартфон, да, какие телефоны, хочу вот этот смартфон — все это слетает с рук, правда, чем я успеваю приобрести, а много ли у меня денег на карте и останутся ли они там вообще в следующем посещении магазина.

Естественно, мне стало любопытно, считают ли врачи шопоголизм заболеванием. И

МАРИНА

СВЕТЫ ШОПОГОЛИКИ

❶ Прежде всего покупайте заранее, не приобретайте первую вещь, которую увидите.

❷ Попробуйте хотя бы немного сорвать чешу с себя, чтобы понять, почему потом променяете, каких расходов никогда не было.

❸ Не покупайте на вынос, омерзительные распродажи. Попробуйте на какое-то время вообще избежать походы по магазинам. Забудьте это время чем-то заменить — пообщайтесь с друзьями, погуляйте на улице.

если да, то когда пора обратиться за помощью? Все эти вопросы я адресовала врачу-психологу Юрию Афанасьеву.

«**Чтобы соответствовать.** Оказываясь, официального медицинского термина «шопоголизм» не существует. Это явление мне Юрий Валентинович.

— Есть термин «оманомания», пришло к нам из США. О маниакальных началах говорить с конца прошлого века, когда активно стало формироваться так называемое общество потребления. Сейчас индустрия работает на то, чтобы внушить нам определенные стереотипы: как одеваться, на чем ездить, какие часы носить. И это самое главное: как важно следовать этим модным тенденциям, иначе ты будешь считаться чужим человеком своего рода. Лог и выводит, что человек живет в обществе на уровне города, но покупает аэроуголь, например, чтобы соответствовать, и тратит безумные деньги на ее обслуживание.

— Нам вбивают в голову, что необходимо постоянно что-то покупать, и мы совершаем эти покупки, зачастую бессмысленные и ненужные», — рассказывает Юрий Афанасьев. — В торговых центрах созданы все условия для того, чтобы расказать клиентам: приятная музыка, запах, всеядные продавцы, специальная расстановка товаров — все это заставляет нашу женщину купить 10-ю пару туфель или соковыжималку, которая ей в принципе не нужна. Я бы могла предложить систему скидок, распродаж, акций, во время которых люди просто сметают те или иные товары, боюсь, часть из них покупается абсолютно не продуманно.

ПРИКЛЮЧЕНИЕ. Нужно отметить, что грань между обычным

ДИСКУСС

ШОПОГОЛИК — РАБО И ГРАМ?

Юрий Афанасьев, врач-психолог

шопоголик и шопоголик — это разные вещи. Шопоголик совершает покупку под влиянием импульса. Но в целом осознанно — это социальная приемочная норма поведения. Исключением считают лишь 2%. Это люди, которые тратят примерно 70% бюджета, денег или семейного, на покупки. А на остальные 10% могут пылаться прожорливости. И эту зависимость можно поставить на одну чашу весов с игроманией.

покупателем и шопоголиком достаточно тонкая. Какие сигналы могут предупредить о нависающей зависимости (или уже имеющейся) зависимости?

❶ Если вы в магазине без четкой цели, желания найти что-то конкретное.

❷ Вы потратите вышедшее количество денег, чтобы купить вещь.

❸ Если вы в магазине без четкой цели, желания найти что-то конкретное.

❹ Если вы в магазине без четкой цели, желания найти что-то конкретное.

❺ Если вы в магазине без четкой цели, желания найти что-то конкретное.

говорит Юрий Валентинович.

— Деньги проходят через него транзитом, даже не поворачивая в руках. В этом случае и тратя кажется призрачной. А то, что у вас на карте все зарплате или кредитный лимит, позволяет забыть о верхах границах трат.

Одно дело, если у тебя в кошелеке 1 000 рублей и ты понимаешь, что из этих денег нужно еще купить продукты на ужин. И совсем другой расклад, если на карте лимит в 20, а ты в 50 тысяч.

Как правило, анонимные подержанные люди с низким уровнем самооценки. Это одна из причин, побуждающая человека раскрыть кошелек в очередном магазине, — иллюзия власти, контроля над своей жизнью.

На границе проблем анонимности является большое внимание. Проводится специальные исследования, создается курсы анонимных шопоголиков, открываются специальные группы в социальных сетях. Там вот, по мнению врачей из Германии, чаще всего анонимия развивается у женщин, обладающих высоким уровнем, которые остро испытывают чувство одиночества и внутренней пустоты, потребность в признании.

РЫБАКА ДРОЖЕ БРАМА. Но испытывать потребность совершить покупки в ущерб себе или своей семье могут и мужчины.

— Могут приобрести конкретный пример, когда семья распалась в результате пристрастия к шопоголизму», — говорит Юрий Валентинович. — Мужчины — מאוד любит вырубать. Он отскакивал и приобретал модное снаряжение — сплитборды, сноуборды, лыжи, а в итоге он вырубил все, что имеет отношение к этому увлечению. Боялся мужской аудитории, а в итоге он раскиснул, потому что для людей, жила подлая на разлод.

Второй казис в архиве вербовщиков

Журналист «Голоса...» узнал, как психологическая атака и обработка заставляют женщин стать смертницами или обслуживать террористов.

МАРИНА АЛЕКСЕЕВА,
galka@mail.ru

О террорист в том, что вербовка — это что-то из шпендиля или военизированных устаревших терминов. Проникающая в реальное время события свидетельствуют: понятие психологическое давление и есть, жертвой вербовки может практически каждая. И началось это может с вполне безобидной интернет-переноски. Но примером, что на слуху москвичка Варвара Карулова, предположительно завербованная ИГ (запрещена в РФ террористическая организация «Исламское государство» в Турции) почти такой класс уже востал на стороне ИГ, но франшиза группа студенток добровольно отправилась на Ближний Восток, чтобы работать на террористов. Класс образом вербовщица полностью подчиняет своим идеям тысячи людей по всему миру? Об этом мы поговорили с врачом-психиатром, руководителем проекта «Шахиды», специалистом при поддержке правительства Вологодской области, Юрием Афанасьевым.

Юрий Афанасьев, по вашему мнению, для каких целей идет вербовка людей и каково реальное значение интернет-Интернет?

В современном обществе особенно важно при международных войнах не только занять территорию, но и победить в борьбе за то, что провозглашено в головах людей. Одно из важных составляющих успеха при военных военных действиях грамотно выстроенная информационная политика. И если мы говорим о запрещенной в России террористической группировке «Исламское государство» (ИГ), то так же, как и в информационной войне улавливает огромную роль. Работа подкованные профессионалы интранетика в интернете. Вспомогательные видеоролики, сделанные с учетом всех особенностей аудитории, которую они рассчитаны. Что для них характерно? Некаждине терминов, когда персонаж становится явкой свободным борцом за идею национальной самобытности, развития страны, террориста как героя; эффективные и визуально выразительные картинка и т. д. Последние исследования говорят о том, что в 80% случаев вербовка в террористические организации идет через Интернет. Именно в Сети создаются группы, специальные ресурсы, куда привлекаются люди. После проведения тех, в этих группах или сообществах вступил, происходит отбор и начинается индивидуальная работа с каждым.



Юрий Афанасьев:
— На мой взгляд, провалом вербовки можно считать единичные примеры неэффективности. Это должны быть массовые, систематические работы со студентами, правоохранительными органами, психологами. Необходимо объединение усилий экспертов, барьеры, оковы истории вербовки не смогут пробить.



Для вербовки используются сайты, в 80% случаев террористы ведут вербовку через Интернет

Насколько актуальна эта проблема для нашего города, региона, страны?

Для северных территорий ситуация, возможно, пока не так актуальна, как и в пример, для Кавказа, Чечни, Ингушетии, Дагестана — только за последнее время около двух тысяч подростков из этих регионов были вовлечены в ИГ. Если они были завербованы через Всемирную сеть. Нужно помнить, что Интернет не имеет границ и национальностей. Террористы действуют на территории всего мира. Так, большое количество французов были завербованы в «Исламское государство», где либо становились смертниками, либо обслуживали боевиков во всем — начиная от пригрозения сам и заканчивая удовлетворением сексуальных потребностей.

Кто именно вербует людей? Что представляет собой эти специалисты?

Они могут считаться, что вербовкой занимается боевик, на выходе из Ближнего Востока, который сидит в тюрьме. Сегодня ситуация — это преобладают высокосоциальный класс, люди саванской внешности, имеющие отличное образование. Они версатильные специалисты и точно знают, как заставить человека действовать так, как нужно заказчика. Чаще всего вербовщики не имеют отношения к ИГ, не раскрывают взгляды террористов, они просто за деньги выполняют свою работу. И случаи из тех Варвары Каруловой, студенткой престижного высшего учебного заведения, была обработана настолько, что отправилась в Сирию, показывает, как легко профессионалам добивается поставленной цели. Впрочем,

есть и другая сторона медали. Нельзя сказать, что был когда-то намеренно в прошлом военные действия на Ближнем Востоке, стали вербовщиками. И сейчас, смешиваясь с многократной толпой боевиков, эти люди индифферентны к терроризму — идеологическая обработка, связанная с террористами кроваво, они будут искать новых жертв среди коренного населения Европы.

И все же лично мне с трудом представляется, что может заставить женщину бросить все и отправиться неизвестно куда, чтобы воевать...

Государство берет на себя эту миссию и использует методы вербовки. Это системная, налаженная работа профессионалов высочайшего уровня. Приведу пример одной методики воздействия — ДИСК-Кос, оно получило название по первым буквам основных «крючков», на которые можно зацепить человека: идею, идеологию, секс, компромат. Вербовщик в первую очередь идет к клиенту и изучает его слабые места. Образуется картина границы. Образуется информация со стороны пользователя в социальной сети. Далее ситуация по выветриванию несколько основных этапов. Сначала вербовщик знакомится с потенциальной жертвой, устанавливает дружеские отношения. Разговор постепенно переходит к другим вопросам: страхи или тем самым болевые точки, о которых мы говорили. Присутствие вербовщика агрессивно и навязчиво призвано создать свою помощь, идти бесконечные сообщения и вопросы. Человек постоянно находится под прессом, навязчивым и в конце концов соглашается, чтобы ему оказали помощь.

ОТРАВЛЕНИЕ ЗА РЕШЕТКУ

Шестнадцать студентов медколледжа из Ставрополя были приговорены к реальным срокам заключенным в СИЗО № 7 (позже переведены в СИЗО «Исламского государства» в Турции) в 2013 году. Многие из них оказались в тюрьме в 2014 году по обвинению в терроризме.

Можно ли притягивать вербовку и как понять, что ты человек, который может быть привлечен к терроризму?

Если мы говорим о взрослом человеке, то его должно заинтересовать, что такое терроризм, что такое идеология, что такое вербовка. Если чувствуете нечто подобное, сразу прекратите все общение с теми, кто пытается привлечь к терроризму и Интернету. В ситуации с несовершеннолетними организаторами, привлеченными к ответственности, удаче внимательнее к поведению своего ребенка, проанализируйте его отношения в соцсети. Об опасностях в этой области родители и педагоги должны знать заранее. Если они подозревают или стали замечать, сразу сообщите о подозрениях, вызывавшую такую реакцию.

ФОТО



Уполномоченный при Президенте РФ по правам ребенка Анна Кузнецова: «10 — 20 лет назад мы учились добрым новостям из американских школ. Никогда этот страшный мир: стрельба, бомбы. Присказание заставляет нас снова поднять вопрос: стрелять процесс воспитания на самотек, отдавать на откуп случаям или усиленно направлять воспитание подростков в конструктивное русло, здравомерно напоминая Интернет и телевидение альтернативным контентом, формируя ценностные ориентиры».



15-летний подросток пришел в класс с пневматическим оружием, выстрелил в лицо учительнице и ударил ее кулаком по голове.

Предупрежден и угроз не услышали?

Эксперты уверены: трагедию в Ивантеевке можно было предотвратить, обратив внимание на поведение девятиклассника, в том числе в Интернете.

МАРИНА АЛЕКСЕЕВА,
dick@rambler.ru

5 сентября ЧП произошло в обычной средней школе подмосковной Ивантеевки. 15-летний школьник принес в класс самодельные пистолет, пневматический пистолет и кулачный топорик для рубки мяса. На уроке он выстрелил из пневматики в лицо 38-летней учительнице и ударил ее топориком по голове. Трое испуганных одноклассников выпрыгнули из окон второго этажа, получили травмы. Педагога в тяжелом состоянии госпитализировали в больницу. Стрелка задержали. С ним работают правоохранительные органы. А эксперты и психологи пытаются понять: почему девятиклассник, воспитывавшийся в благополучной семье, вдруг проявил такую агрессию и можно ли было это предотвратить? Естественно, это не единственная охвативший интерес к трагедии: главная задача — сделать выводы на будущее.

ВМУ НЕ ПОТЕРЯЛИ. После трагедии в Ивантеевке журналисты бились за расширять жесткие рамки, учащей школы, одноклассников стрелка, стараясь понять, что же заставило девятиклассника взять оружие и прийти его в школу. И как удалось выжить, даже некоторых подростков из окружения подозреваемого его действия не стали бояться. В итоге школьник преподурачил, что готовит нападение на школу, и об этом знал даже директор образовательного учреждения.

По словам уполномоченного по правам ребенка Московской области Ксении Мишовой, заложив сделав сестру, которую ее заперли во время подготовки к этому торжеству. «Одноклассники проинформировали директоров о готовящемся нападении, но он, видимо, не поверил им. Никаким мир примет не быть», — цитирует «Интерфакс» заявление Мишовой. Как отметил омбудсмен, в подростковом (до происшествия 5 сентября) подросток не был исключен, но не обнаружил ничего, что бы его насторожило. Стало известно, что оружие, с которым школьник пришел в класс, ему подарил родственник. Ввиду того, что подросток сообщил о готовящемся нападении на своей странице, администрация Ивантеевки обратилась к



Вор-полицей Юри Афанасьев: «Цель просмотра страшилки подростка в соцсети, можно было предположить о его нездоровом увлечении оружием и желании совершить насилие в реальной жизни. Необходимо было привлечь внимание родителей, взрослых, специалистов».

руководство социальной сети с просьбой заблокировать страницу несовершеннолетнего. Школьника, ранившего учительницу, направили на психиатрическую экспертизу. На момент написания материала ее результаты еще не были известны.

ПРИЧИНЫ И СЛЕДСТВИЯ. «События в Ивантеевке в очередной раз показали необходимость и неотложность мер по предупреждению детской жестокости», — сообщила 5 сентября уполномоченный при Президенте РФ по правам ребенка Анна Кузнецова. — Но наши действия должны быть точными, носить реальный, а не формальный характер. Поэтому в первую очередь мы должны выяснить предельно полную происшедшего. В чем причина жестокости? Отсутствие психологов и специалистов? Во взаимоотношениях в семье? В бытии ребенка в социальных сетях? В компьютерных играх, в доступности всего этого в Интернете?»

Детский омбудсмен напомнила еще об одном случае — в посёлке Губаева Инна Красноварского края. Зл угнетало обособленного одноклассника. В итоге, по предварительным данным, 12-летний

школьник нанес не менее 6 ударов металлической трубой по голове 13-летней приятельнице. Вследствие полученной открытой черепно-мозговой травмы подросток скончался на месте происшествия. — Решено собрать работу группы экспертов психологов, которые проанализируют причины этого явления на примере Красноварского края и на основании этого предложат систему профилактических мер», — пояснила Анна Кузнецова.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ. По словам одноклассников подростка из Ивантеевки, у него замесилась проблема в общении со сверстниками, он был замкнут. Он ругался, что у школьника были коммуникативные проблемы и стремление выделиться агрессивно, можно и проанализировать его страницу в социальной сети. Именно это сделал врач-психотерапевт, заведующий детским отделением Волгодонского областного психоневрологического диспансера № 1 Юрий Афанасьев. Своими выводами он поделился с нашим журналистом.

— Американские специалисты создали психологический портрет детей, склонных к школьным расстрелам, — говорит Юрий Афанасьев. — Эта тема в США стала обыденной, и материалы для анализа местных психологов датированы подростков, готовых совершить массовый расстрел, характеризуют: высокий интеллект и склонность к вандалству, постоянный интерес к насилию. Выделяются три семьи, которые внешне выглядят благополучными, но в ней существуют внутренние проблемы. В семье имеется оружие. Такой подросток неадекватен, считает себя одиночкой, у него проблемы с самооценкой.

ИНТЕЛЛЕКТ И САМОЦЕНКА. А теперь поговорим, можно ли было вычислить все эти признаки у подростка, устроившего стрельбу в школе Ивантеевки, роль проанализировать его аккаунт. Мы информировали мая эксперта из социальных сетей, — продолжает Юрий Валентинович. — Основным аккаунтом школьника была страница в социальной сети «ВКонтакте». Начнет его интеллектуального уровня говорить сложно, но у него еще в образовательной школе и в программе справлялся, то есть с интеллект

том проблем не было. О семье подростка сведений немного, но известно, что она внешне была благополучной и в полтора года жизни и социальных сетях не попадала. Были ли конфликты внутри семьи, непонятно, об этом информации нет. Но известно, что подросток регулярно общался с одноклассниками и учителями в школе, то есть по характеру был интровертом и имел свои психологические особенности, а именно проблемы с самооценкой. Причиной конфликтов в подростковом возрасте как раз является замешанная или заниженная оценка своей личности и способностей.

СКОЛОННОСТЬ К ВАНДАЛИЗМУ. «Низкая самооценка, склонность к вандализму. На странице подростка в социальной сети есть несколько видеозаписей, на которых он ломает вещи — например, расстреливает из пистолета игрушки в виде детского автобуса с пассажирами», — делится наблюдением Юрий Афанасьев. — По поводу игрушки — откуда оно у подростка — еще будут разбираться правоохранительные органы, но, опять же, в аккаунте несовершеннолетнего размещены многочисленные фотографии оружия, включая так и пневматический пистолет, из которого он пошел и выстрелил в учительницу».

ИНТЕРЕС К НАСИЛИЮ. «Наконец, главный признак — это постоянный интерес к насилию. Известно, что подросток активно интересовался темой школьных расстрелов, даже его имя Mike Kleibold говорило об этом. Несколько лет назад двое американских школьников устроили бойню в учебном заведении «Колумбия» (имя и фамилия одного из них подростка и имя в качестве псевда). Тот погибло большое количество детей. Этот сценарий, вероятно, и хотел повторить школьник из Ивантеевки. Он неоднократно заявлял о своих планах, предупреждал знакомых и одноклассников, но не был услышан».

Конечно, предстоит продолжить еще большую работу, чтобы разобраться в причинах трагедии. Но если даже даже просмотреть страницу подростка, можно было предположить о его нездоровом увлечении оружием и желании совершить насилие в реальной жизни. Необходимо обобщить практику работы педагогов, взрослых, специалистов.



Молодые люди несколько часов вели трансляцию в одной из соцсетей — читали лайков и комментарии.

Смерть в прямом эфире

Дети романтизируют образ 15-летних подростков, которые сначала устроили перестрелку с полицией, а после застрелились сами.

МАРИНА АЛЕКСЕЕВА,
piskoff@yandex.ru

ДОСЬЕ



Криг Афанасьев — Психолог пытался модернизировать группу смерти в соцсетях. В начале трансляции называли себя Бамби и Байкид. Напичко подростковое демократическое поведение, пытался решить все диалогом, пытался — убывать от ответственности, которая завалилась завешивать.

Напомним, юности и девушки — участники престижной школы Пскова, оба из благополучных семей, не имели проблем с законом. В тот день они вместе со своим родственником прыгнули в железнодорожную галерею с остовом от электрички, где обнаружили и вскрыли сейф с оружием. На место прибыли сотрудники СБПР, полиции, которые уговорили несовершеннолетних выйти. Но молодые люди открыли в свой стрелок. На протяжении нескольких часов подростки вели онлайн-трансляцию происходящего в социальной сети. А когда полиция была в результате сбиты бомбы, в дом, то нашли там мертвых подростков.

Юрий Валентинович, на страницах «Новой» — мы с вами неоднократно говорили о компьютерной зависимости, пагубном влиянии Интернета на детей. Как вы считаете, убийство и самоубийство подростков 14 ноября — это страшное проявление этих процессов? Действительно, ключевое значение в данной ситуации имеет тот факт, что велась прямая

трансляция в одной из социальных сетей. Нужно понимать, что социети представляют собой своеобразную форму дневника, прочтения которого вызывает ощущение в виде высказываний о своем настроении, жизни с целью возможного получения какого-то совета. А возможность ведения трансляции провозглашающего в прямом эфире на большую аудиторию активно используется в так называемых группах смерти в соцсетях. Один из подобных случаев — трансляция самоубийства мужчины из Архангельска. И здесь негативно, даже решающую роль играет подражание. Конечно, возможно, и не совершен был акт самоубийства, но его подталкивает к этому, провоцируют перейти от намерений к конкретным действиям — через оставленные другим пользователям или администраторами деструктивных групп комментарии и лайки.

Как профессиональной точки зрения вы расцениваете действия подростков из Пскова? Чем они руководствовались, решив свести счеты с жизнью?
Я несколько раз внимательно просмотрела видео, которое снимали ребята, изучала всю информацию, которая появилась на эту тему у Интернет и на ТВ. Очевидно, что у подростков были проблемы внутри семьи, а именно в виду конфликт с родителями. И при невозможности конструктивно решить эти ребята попытались визуализировать проблему в интернете, в соцсетях, без всеобщего обозрения. Активно обсуждается вопрос, был ли в действительности подросток крик о помощи, который остался неуслышанным. На мой взгляд, это большой вопрос. К примеру, есть очень важный момент — время трансляции,

когда ребята обсуждают, подумывают о самоубийстве, но не спрашивают совета, локализируют своеобразие жизни. Но они интересуются и вольновольно социальной сети. «То, что нам сделать?» — но в контексте «куда нам ступить?». На самом деле, если судить по тону общения между подростками, они не просили помощи. Когда ребята увидели, что подобная реакция на их действия нет (лайков и комментариев запись не собирает), по централизованным каналам их действия нет (лайков и комментариев запись не собирает), на грани истерики. Лично мое мнение: девочка готова была свиснуть и выйти. А вот у мальчика была другая история. Когда он выстрелил в затылок, по моему пониманию, для него последствия оказались хуже серьезнее. Я думаю, что девочка не хотела умереть и это было ее самостоятельное решение о самоубийстве: он сейчас застрелил ее, а потом застрелится сам. Но повторюсь, это лишь мое видение ситуации, в подобных случаях утверждать, что подросток не был осознающим того, кто они творили.

Стоит ли опасаться, что в подростковой среде погибших ребят могут романтизировать? Это уже происходило. Я хожу на страницу погибшего мальчика в социальной сети. Последние восты на ней уже составили по 20–30 тысяч лайков. Еще и похороны, детально освещенные транслируя в ряде программ и тематических блогах, вызвали огромный интерес в этой теме. Я думаю, что, к сожалению, и ближайшем время в работе придется познакомиться, что подобные герои — лишь один из аспектов. Вспомните девочку Риту Пиливанову, которая

ПРОБЛЕМЫ

ИМЕЕТСЯ ОПЫТ

В Психологической группе смерти в первую очередь «Черный» человек, но большинство опытов в борьбе с нехимической зависимостью подростков, проведенных в рамках проекта «Звездный» реализуемо, хотя при поддержке правительства области, проводится встречи с родителями, педагогами, воспитателями детских садиков. Работу во всех областях, не исключая свои дела, которые участвуют в фестивале, играх, спортивных состязаниях. Профсоюз не исключая видеозаписей, — это и направление ментальной программы «Звездный Черный». В течение работы телефоны доверия открыты по графику: «Звездный» — с 8:00 до 20:00, «Звездный» — с 20:00 до 23:00.

В ПРОДОЛЖЕНИЕ ТЕМЫ

ЛИС ЗА РЕШЕТКОЙ

На прошлой неделе в Московской области был задержан подозреваемый в совершении группы смерти — Виталий Бурдюкин, в мире социальных сетей известный как «Лис». Условное дело в его отношении по статье «Злоумышленник добровольно был возбужден весной прошлого года. По данным следствия, Бурдюкин попросил администрацию группы смерти в социальной сети и занимаясь распространением информации об убийстве. В частности, группа была наполнена дискуссионными материалами различных способов суицида. В итоге в связи с числом 15 подростков.

Клики подростки идеализируют

погибших подростков, превращаясь в объект неформальный поклонный пост на своей странице в соцсети. Многие о ней поговаривают — «идеализируют», но политика «безнаказанности» нет новостей, — и ты уже не в стране. А дети этого не понимают, думают, что навсегда останутся детьми.

Клики подростки идеализируют погибших подростков, превращаясь в объект неформальный поклонный пост на своей странице в соцсети. Многие о ней поговаривают — «идеализируют», но политика «безнаказанности» нет новостей, — и ты уже не в стране. А дети этого не понимают, думают, что навсегда останутся детьми.

В уже неоднократно повторяется, что страх — плохой помощник, но хороший стимулятор. Именно страх за своих детей простимулировал родителей просмотреть их страницы в соцсети, поговорить с ними, показать, что такое это мир. Но, конечно же, в будущем пока не производится страх, никто не знает о мерах безопасности. Приведу простой пример, которого я не исключу на лекциях, посвященных теме информационной безопасности детей и подростков: спрашивается: «У кого есть машинка? В ала поднимается ее рука — А у кого есть машинка? Все поднимает руки. «А что сегодня разговаривать по мобильному да? Это плохо, опасно. Да, это техническое решение поднимать руку. Формально все понимают да, это плохо, опасно. Да, это техническое решение поднимать руку. Но многие ни ею пользоваться. Понимаю в аварии, погибает и чужина травмирует. Если говорить о контроле за поведением детей в Интернете (и в социальных сетях в частности), то действует такой же принцип. Работает крик о помощи, который услышать и есть технические средства, позволяющие осуществлять контроль. Но реальность этого не происходит.

«Доктор, достаньте меня из танка!»

Нехимические виды зависимости набирают обороты во всем мире. Череповец не стал исключением.

МАРИНА АЛЕКСЕВА,
врач-психиатр

«Безмолвный» телефон лежит в полуметре от нас, а мы уже третий раз хлестаем его, что будто слышим издалека сигнал владельца звонка. Было так: это один из симптомов нехимических видов зависимости, о которых мы поговорили с врачом-психиатром Юрием Александровым.

Юрий Валентинович, понятие **«нехимическая вид зависимости»** — сразу скажу, что эта тема еще малоизучена, хотя очень современная и актуальная. Это новое явление, которое имеет не только социальное, но и медицинское отражение. Существует два основных вида зависимостей — химические (от веществ, которые изменяют настроение и состояние, например алкоголь или наркотики) и нехимические. В основе нехимической лежит зависимость от поведенческого паттерна (от анги, работы, сна, школы, системы). Прежде всего это определяющая стиль поведения, который также может изменить настроение человека.

Какие виды нехимической зависимости выделяют врачи? Существуют уже такая наука, которая занимается изучением зависимого поведения. Называется она аддиктология. Есть упрощенная классификация зависимостей, она включает в себя компьютерную, игровую, лайф- и интернет-зависимость, а также зависимость от социальных сетей, от пищи (пищевая), работы (трудоголизм), похуона, тату (пинополия) и физикита.

Можно ли говорить о том, что эти виды зависимостей являются заболеваниями?



Юрий Александров, врач-психиатр: «Когда пользователь компьютера начинает сбивать от своего ровней френдли (смысл, мамы, мери, дано), то тогда можно говорить о зависимости»

У человека формируется проблема — работа, трудоспособность в общении с людьми. Все эти признаки говорят о серьезной проблеме человека, иррациональности в лечении и специализации.



По данным официальной статистики, активные пользователи Интернета вносятся 350 млн человек. 19,7 до 10% от этого числа являются зависимыми, кто их игнорирует?

На сегодняшний день большинство из них, за исключением компьютерной зависимости, не включены в Международную классификацию болезней (МКБ-10). Но вероятнее всего, они будут внесены в этот официальный реестр при следующем пересмотре через несколько лет, когда будет формироваться МКБ-11.

А чем заключается необходимость включения нехимических зависимостей в перечень официальных болезней? Проблема стоит настолько остро?

Согласно официальным данным, число активных пользователей Интернета в мире составляет 350 млн человек. Люди, которые испытывают

зависимость от компьютера, социальных сетей, компьютерных игр, составляют от 2 до 10%, то есть речь идет о миллионах людей. Серьезность проблемы нехимических видов зависимости повышается во всем мире. Например, в Южной Корее и Китае борьба с нехимическими видами зависимости входит в стратегию развития здравоохранения. В США, Великобритании, Китае созданы специализированные клиники, которые берут на лечение пациентов только с нехимическими видами зависимости.

Они настолько влестно вошли в нашу жизнь, что уже появились новые термины, как, например, «Фейсбук-депрессия», «СМС-зудитизм», «Фитнесс-зависимость», «Веб-серфинг».

«Фейсбук-депрессия»? А в чем она выражается?

В этом году мне не удалось съездить в отпуск, и многие «Фейсбук-депрессия» в почувствовали в полной мере на себе, даже все мои друзья уехали на юг и стали выкладывать фотографии с отдыха. Настроение у меня портилось, когда я сидел в Череповце, смотрел, как они там отдыхают на море. СМС-зудитизм подразумевает, что люди во сне берут в руки телефон и набирают СМС-сообщения. А что такое веб-серфинг, что вы отвечаете слышите, что ваш телефон звонит, на самом деле очень просто. Я когда предельно мало времени провожу простой эксперимент: «Забудьте на день дома ваш мобильный телефон и сложную задачу на работу. Получится? Я предлагаю поучаствовать в эксперименте пяти своим знакомым: трем женщинам и двум мужчинам. Так вот, ни один из дам до конца эксперимента не дотерпел. Одна вернулась за телефоном кинувшись в обморок. Мужчины до конца рабочего дня дотерпели, но за два дня, приехав домой, пришлось двигаться из дома, выключив из него. Две другие кинулись в обморок. Исследования показывают, что многие современные семейные пары перед сном не выключают на ночь, как это было раньше, а проверяют каждый свой электронный кошелёк или страничку в социальной сети.

ростки (78%), женщины старше 45 лет (57%), мужчины старше 30 — 35 лет (32%).

Стем, что проблема остро стоит у возрастового поколения, согласно. Приведите примера зависимости от смартфона у людей старшего возраста?

Некоторые время назад у меня был проект по теме пенсионеров, которые просили меня достать мужей из танка. Оказалось, что взрослые мужчины, приехав в работу, усаживались за компьютер и играли, абсолютно не реагируя на внешний мир. А недавно ко мне на прием пришла мать и сын. «Достаньте, говорю — выкуйте маму из танка». Спрашиваю: «Давно?» «Месца два», — отвечает. «А что там делало ваш папа?» «Через экран дегриллился, а потом надоели на фоточки и пейзажные скриншоты», — отвечает мне отец и сын. Вообще симптоматика любой зависимости делится на два вида: психологическая и физическая (синдром карпалячного канала, спондиллоартроз). Длительная физическая и немонетная палма кисти: судороги в глазах; головные боли по типу мигрени; боли в спине от постоянного сидения перед монитором компьютера). Симптоматика физической, характерной для зависимости и изменение его режима. Что касается психологических симптомов, то они выражаются в постоянном желании проверить электронную почту, беспрестанно смотреть на монитор телефона — нет ли сообщений или сигнала о звонке. Исследования показывают, что многие современные семейные пары перед сном не выключают на ночь, как это было раньше, а проверяют каждый свой электронный кошелёк или страничку в социальной сети.

Школа для родителей «Мой здоровый ребенок»

Каждый вторник в 18.00 в Центральной городской библиотеке:
7 апреля — лекция «Слабоумие глаза у детей. Методы лечения и профилактики» (Сергей Березов, врач-офтальмолог ГР № 2).
14 апреля — лекция «Аллергические реакции у детей» (Галина Цедо-валкина, врач-аллерго-иммунолог детской поликлиники № 3).
21 апреля — лекция «Трофанодика: заблуждения судорожной системы и детей» (Светлана Степанова, детский врач-кардиолог на ТВ № 2).

«Телефон здоровья»

«Телефон здоровья» 55-18 работает по четвергам с 15.00 до 16.00. По этому телефону любой житель города и района может задать свой вопрос по профилактике и лечению заболеваний и получить практические советы.
7 апреля — практические советы по рациональному питанию при патологии сердечно-сосудистой системы дает врач-гастроэнтеролог Лев Воробович Костромов.

Инфаркты под контролем

Первый номер журнала «Здоровье Вологодчины» (№ 1) за этот год можно приобрести в киосках Издательского дома «Череповец». Читатели, подписавшиеся на нашу газету в киосках Издательского дома «Череповец», получат свой номер «Здоровья Вологодчины» бесплатно.

Итак, о чем вы можете прочитать в очередной выпуск журнала? ● 2018 год объявлен в России Национальным годом борьбы с сердечно-сосудистыми заболеваниями — именно они являются основной причиной смертности в мире. Для профилактики и лечения болезней системы

кровообращения в Вологодской области открыты следующие центры: ● в таких центрах успешно работают в Череповце — в областной поликлинике № 2. ● когда сына впервые забрала партиями, ему localized: вот оно — то самое! Новые острые ощущения. Когда поняла, что он был, было поздно. И все же он сумел выйти из той исцеля, но совсем не в интернет. Также в номере: ● Вологодские врачи вернули зрение шестимесячному ребенку ● Почему девочкам подросткам нельзя сидеть на диете? ● Весенняя аллергия: как отличить простуду от аллергии? ● Аллергия: профилактика ● И много другое.



На правах рекламы ООО «Издательский дом «Медиацентр» безвозмездно. ОГРН 1023501248154

«Я не узнаю своего ребенка!»

За полгода домашняя девочка превратилась в агрессивного подростка. Она без спроса уходит из дома и режет себе запястья.

МАРИНА АЛЕКСЕЕВА,
psyk@yandex.ru

«Я» просто в спешке, не зная, куда бежать, к кому обратиться за помощью. Никогда не думала, что окажется бесконечно в общении с собственным ребенком, но это так! — влюбленная сообщила на имя мамы девочки по телефону: «Вы в "Гласе Чернухи" много раз писали о том, как мучают подростков в Интернете. Помогите, пожалуйста! что мне делать? Мы встретились с чернухой, чтобы выслушать ее расказ и выяснить, чем можно помочь семье.



Крип Афанасьев, врач-психиатр.

— Запись в «группы смерти» можно полого ребенка. Но 90 % детей из семьи, где между детьми и родителями наличие близкой связи, демонстрирует опешение, зайдя в интернет-сообщество из любопытства и там случайно поинтересуются. А вот оставшиеся 10 % из семьи может быть, внешне благополучные, но с угрюмыми рудыеными глазами, и попадают в сети администраторов этой групп. Их можно предвидеть, оставить в покое, не вмешиваясь в их жизнь, в том числе и с помощью психиатра.



Примерно такого плана фотографии выкладывает Алена на своей странице в социальной сети. Наполнение странички девочки говорит об ее депрессивном состоянии, или о попытке суицида.

«ОТСТАТЬ, НОРМАЛЬНО ВСЕ». Ирина Волкова (по просьбе мамы имени не изменил) данные — прима автора) воспитатель двоих детей. Дочери Алены в этом году исполнилось 13, Максиму — 6.

— С мамой мы разошлись, он живет в другом городе, но с детьми общается, — говорит Ирина. — Алена была обычным подростком. Не слишком общительная, она имела несколько школьных подружек. Но больше любила сидеть дома, мастерить что-нибудь, рисовать, клеить, вышивать. На все лето дети читали в мою комнату журналы и журналы. Алена хорошо учится, никаких проблем с ней раньше не было. Ну, ценится иногда или на брате привирает — ревновала она поначалу в повзрослевшего ребенка в семье, но так все почти всегда бывает.

Пару лет назад Алена, как и многие ее сверстницы, завела страничку в социальной сети. Активно постала картинками цветными фотографиями самой девочки, семьи, любимой собаки. На страничке оставили комментарии одноклассники, были заявки, просьбы, несомненно, все изменилась прошлой осенью.

— Я стала замечать, что дочь все больше времени проводит в Интернете. Алена уже с мамой фоном делает и спать ложится с мобильником, — рассказывает Ирина. — Алена начала заманивать в себе, и вытаскивать расстраивать, мол, я тоже имею проблемы или с подружкой погуляла, а она мне в ответ: «Отстань. У меня все нормально».

Изменение настроения девочки тогда проследилось по ее страничке в соцсети. Фотографии там черно-белые, несколько темные. Группы Алена завела, чтобы другие пользователи не видели. Девочка разместила глубокие ироничные (но не для 13-летней подростка) статусы о том, что жизнь — боль, «Жизнь не болеть, уже не страшно, уже споконья, уже не жалко...».

«Населена ничем не бывает», — в юмористической прозе писало количество виртуальных друзей Алены.

— Снимала девочка выкладки снимков: ее руки, лица не видно,

режим наш кухонный нож, рука расколосовала, жутко выпли крови, — говорит Ирина. — Я в ужасе бросилась в дочь. Она прерывисто прошептала, что это последний кадр — не кровь, а краски, и что я три минуты кричу на нее. А потом не прошло и месяца, как Алена реально порезала запястья... дадут. И отгол на ее мам попытка поговорить она грубо. Запрещая ей идти гулять — она демонстративно молча одевается и уходит. Сидит раз ушла куда-то ночью, пока я спала, оставил мне записку. Мама ходила с ней в дошкольную школу, но та не смогла разговаривать Алену. Скажите, пожалуйста, что нам делать? Возможно ли, что это именно Интернет так повлиял на мою дочь? Я боюсь даже думать, что она делает по дороге, что она пытается привлечь внимание или первый шаг на пути к самоубийству?

ВСЕМ И ВРАЧУ. С просьбой разобраться в непростой семейной ситуации мы обратились к замечательному детскому психологу Волгоцкого областного психоневрологического диспансера № 1 Юрию Афанасьеву. Именно к нему на протяжении последних нескольких лет мы готовили цикл публикаций на тему нехимической зависимости и о «группах смерти» в социальных сетях, в которые вовлекаются дети и подростки.

В любом случае работу нужно начинать с семьи, — выслушав историю, высказал свою профессиональную точку зрения Юрий Афанасьев. — Опыт подсказывает, что нарушения в поведении ребенка — это следствие нарушения его контакта с родителями и о «группах смерти» в конкретной ситуации, в которой оказалась ваша героиня, это в первую очередь дисфункциональная семья, в которой отсутствуют

мужской авторитет. В какой-то момент (8 — 12 лет) мать утратила что-то важное в отношении с дочерью, не смогла услышать ее достоящего понимания, не услышала и оттого сейчас не позволяет авторитетом в ребенка.

— Что ей посоветуете? — Работа в такой ситуации должна строиться на индивидуальных уровнях. Прежде всего я бы рекомендовала прийти к специалисту маме. Специалист — это психиатр, психолог или же квалифицированный психолог, который сможет описать подобную работу. Маме в общении с дочерью предстоит заниматься огромными количеством терпения. Возможно, придется навязать контакт с ребенком (а это в любом случае нужно выстраивать заново), выполнять регулярно задания специалиста. Если не помогло, на первом этапе лучше уже девочку. В случае если и эти манипуляции не дали результата, а срываемые попытки со стороны подростка продолжают, самым мером — госпитализация и специализированное медицинское лечение. До 15 лет согласие ребенка на помещение его в больницу не требуется.

Как бы вы оценили поведение девочки? — Уходи из дома, порезы рук — это демонстративное поведение. Ребенок хочет привлечь внимание. Вообще, ситуация непростая. Отметим, что у девочки есть какая-то проблема. Так просто мыслить о том, что она не понимает. И решать запястья тоже будет не каждой подростку. Должны быть определенные психотипы, предрасположенность, влияние социальных сетей. Видна прогрессия в деструктивном поведении ребенка. Но пока все это только гипотезы, формы протеста. Если мать или любой

ТЕ БЛИЗЕ ЖЕНА

ШЕСТЬ ЛЕТ ЗА ДОВОДИТЕ ДО САМОУБИЙСТВА

Россия Пили донор Пили подписала закон об уголовной ответственности за создание «групп смерти».

Согласно положению, которые будут внесены в Уголовно-процессуальный кодекс РФ, доведение до самоубийства будет наказуемо в том числе и в отношении несовершеннолетних. Это преступление карается в зависимости от тяжести преступления в возрасте 16 лет и старше, лишения свободы на срок от 1 до 3 лет.

Такая в Уголовном кодексе ведется новые статьи, такое «Создание сообщества с целью совершения самоубийства» — это преступление, совершенное с умыслом, и наказание за него и вменяется. Говорит ребенку, чтобы он не замалчивал, и вела себя с серьезными ошибками сейчас, неправдой и лжи, которые придется расклевывать в будущем. Возможно, не сразу, но в первый беседы, но при наступлении ситуации, когда психологический, и он поддается, как и внешне проблема или ситуация, которая является изменением его поведения.

другой взрослый из окружения девочки будут двигаться на нее слишком сильно, наступит активная форма социализации со стороны мамы, агрессивной, истеричной. Поэтому необходимо, чтобы с мамой поработал специалист. Главное, что должен осознать ребенок: за свои действия он несет ответственность. А пока поведение девочки основано на ощущении вседозволенности, подростковой наглости, невозможности проломить ее защиту. Важно донести до ребенка: сущность — это красная линия, черта, переступая которую ты попадаешь в специализированное учреждение.

— Если у мамы не получается найти контакт с ребенком, может быть, это сможет сделать кто-то из других членов семьи? Как вести себя в проблемном подростковом? — В первую очередь важно, чтобы в жизни подростка, особенно в такой непростой период, был взрослый человек, а именно авторитет, он будет прислушиваться — бабушка, тетя, учитель, врач или тренер. Как говорить с ребенком? Прежде обратит свой страх и панику в краи. Ребенок только замалчивает, но не страдать этой востан — подросток просто не готовит их. Задать в первую очередь — донести до ребенка, что он хочет его услышать, принять, попытку быть с ним, и не отвергает и вменяется.

«Группы смерти» — это преступление, совершенное с умыслом, и наказание за него и вменяется. Говорит ребенку, чтобы он не замалчивал, и вела себя с серьезными ошибками сейчас, неправдой и лжи, которые придется расклевывать в будущем. Возможно, не сразу, но в первый беседы, но при наступлении ситуации, когда психологический, и он поддается, как и внешне проблема или ситуация, которая является изменением его поведения.

«...а где-то вытаскивал стого света...»

14-летняя девочка при росте 156 см весила 27 кг, когда попала в детское отделение психиатрического диспансера с диагнозом «анорексия».

МАРИНА АЛЕКСЕЕВА,
psyk@yandex.ru

«...а где-то вытаскивал стого света...» — это самый сложный случай в моей практике, — так отозвался об истории болезни своей пациентки врач-психиатр Юрий Афанасьев. После неосмотрительно брошенной реплики про свертникова франи о дочери девочки-подросток поставила задачу не что бы то ни стало сбросить лишний вес. Наверное, она и сама не заметила, как желание обрести стройность обернулось навязчивой идеей, а после переросло в психическое заболевание. В больницу девочку привнесли на руках. Она не просто не ела — организм перестал принимать даже воду. Врачи выносили ее, с помощью каталки привели в чувство. Но несколько месяцев спустя пациентка вновь поступила на лечение. О том, как жизнь обычной семьи превратилась в борьбу за выживание единственной дочери, журналистка Ирина рассказала маме девочки.

ОТ ПОЛУКНИИ К ГОЛОВАНИЮ. В распе напротив меня сидит женщина, у нее усталый взгляд. Рассказывая о пережитом, она терзает бранным падежом, которым периодически утрачивает смысл. Она попросила изменить ее имя, и имя дочери. Почему в этой публикации моя собеседница будет фигурировать как Ольга, а девочка, которой сейчас исполняется 15 лет, называем Каринкой.

— Назад дочь никогда не была полновесной, как говорится, все при ней, — вспоминает Ольга. — В свои 13 лет при росте 156 см она весила 30 кг. Хорошо училась, разовая лиса. У нас с мужем нет родителей, и мы все любовь отдали единственной дочери, чтобы у нее всего было в достатке. Возможно, обиделись мы ее своей любовью...

Почти два года назад Каринка сбавила свой вес настолько, что из сверстников выделялся франи о том, что у девочки телесные ноги. Каринка записалась на фитнес, стала понемногу ограничивать себя в еде.

— Мы поняли не придали этому значения, решила получить — ладно, — говорит Ольга. Понимайте, мы с мужем работаем по сменам, и очень редко удается собраться все вместе за обеденным столом. Дочь начала готовить, и если сама не успевала съесть то из нас, то попросила, что наесть в процессе готовки. Мы одна вражда, что поужинала и не пообедала с отцом, ему — что со мной. Иногда она ухаживала скрашивала свою порцию соевым. Вражда, что поела в гостях у подруги. Но я и представлять не могла, что все это так серьезно, потом мы нашли у нее таблетки

— специально изготовленные, которые выводят жирность из организма. Говорили с ней, убеждали, она со всем соглашалась и слова пила эти таблетки.

ТРОЕ СУТОК ПОД КАПЕЛЬНИЦЕЙ. Каринка начала резко терять в весе. 40 кг, 35, 30... Ситуация достигла критической точки, когда при весе в 27 кг она практически не могла самостоятельно двигаться.

— В отделение ее буквально занесли, организм был доведен до такой стадии, что не принимала даже воду, — вспоминает врач-психиатр Юрий Афанасьев, дежуривший Каринку. — Вся психика была расшатана настолько, что девочка могла за минуту минут 3 раза рывнуться и 6 раз заплыть. Волосы выпали из головы прядками, ногти отслаивались. Первые три дня пациентка провела под капельницей. Потом мы начали давать ей витамины, сбалансированное питание. Было измучено и психиатрическое лечение. Шаг за шагом мы отступали от последней черты, ведь девочка фактически стояла на пороге смерти.

За два месяца в больнице Каринка набрала 12 кг. Но так и не уснула, насколько опасно худеть, что называется, «без тормозов».

— Наша дочь — очень эмоциональная девочка, она все воспринимаем близко к сердцу, — объясняет ее мама. — Когда мы выпалили из больницы, ей казалось, что она заметила поправку, и была довольна этим. Это-то еще сказали, что у нее округлились щеки, и все пошло-поехало по новой. Дочь опять откатывалась едой, мы уговаривали, упрямилась, сорвалась — бегеуругалась.

В итоге Каринка снова оказалась в больнице.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТУМАН. — Единственный, кто дочь утешает и слушает, — это доктор, — продолжает мою собеседница. — Она знает, что, если будет есть 35 кг, то снова позволит — больше ничего ей не хочется.

— Мы действительно установили никакой минимальный порок в 35 кг — это, конечно, дисфория, но не то субъективно-настроечное состояние, в котором девочка пошла в нас в первый раз, — объясняет Юрий Афанасьев. — Мы поставили некий психологический туманер — констатируем стабильно веса, перескатым оторож пациентка не должна. Это очень важно, поскольку у детей, страдающих анорексией, нет критичных планов. Девочка, которой 20 кг, реально кажется, что она все еще толстая!

Уже почти два года семье Каринки проживает каждый день с конкретной целью — накормить дочь, заставить ее съесть хоть что-то.



Юрий Афанасьев, зав. детским отделением Балаговского областного психоневрологического диспансера № 1.

— Доктор не забывает каждый, ирочно предопределенность. Ей подвержены люди так называемого зависимого типа, рея, идет о некой патологии ацидурии. В голое человеке происходит коренной сдвиг. При этом типе люди обладают огромной силой воли, которая позволяет им полностью отказаться от еды. По статистике, анорексией больше всего девочек от 15 до 20 лет. Но сейчас, с распространением этого заболевания, у девочек в этом возрасте, упрямых, что реально показали значительные выходы.



Во многих социальных сетях образ анорексички наделяют романтичным ореолом, что является опасным заблуждением.



Леди, страдающие анорексией, даже при минимальном весе кинутся себе толстеть.

— Я уговаривала ее: не хочешь это было, я привожу другое, только еще, ради бога, ешь! — восклицает Ольга. — Это очень тяжело. При обычной болезни есть выжидает, что выжидание присутствует в такой-то срок. А у нас американ — неизменность. Один день — хорошо, дочь поужинала, другой — снова на отказ, уговоры, слезы. Она ведь хорошо училась, а после пропущенных месяцев знаний из-за больницы нам пришлось нанять репетитора, чтобы охватить 8-й класс. Мы стали, такое ощущение, что нам с мужем и самим нужна помощь врача.

— Проблема анорексии — это проблема не только одного ребенка, но и всей семьи, — подтверждает Юрий Валентинович. — Сейчас мамы девочек еще держится, у нее за это время выработался определенный иммунитет. Когда на взрослых только наваливаются эти проблемы, они оказываются не готовыми к этому, им очень нужны квалицированные поддержка и помощь. Выработается общее правило на повзросление, это словачки и длительные процессы.

ХРУСТАЛЬНЫЕ ДЕВОЧКИ. — Нужно понимать, что анорексия — это тяжелое заболевание, психическое расстройство, — подтверждает врач-психиатр. — С помощью социальных сетей и Интернета это понятие размыто. Формируется некий образ, что худеть — это модно, красиво и популярно. Создаются группы поклонников анорексии, где насчитываются сотни тысяч подписчиков! Подбирается определенное демотиваторы, картинки, цитаты, поощряют. Например, девочки анорексички называют себя романтично хрустальными девочками, «девички-бочки» и т. д.

Анорексия всегда сопровождается психическими проявлениями, а первую очередь эмоциональными, депрессивными, сутенными явлениями, стремлением нанести себе повреждения. И родители и девочки обращают на это внимание, к примеру, внимательно изучив страницу отреагировала с социальной сети.

У той же Каринки было огромное количество подписчиков в социальных сетях и записки. А потом все изменилось. О том, что у девочки появились явные проблемы, говорят даже ее валянки: на снимке она была в легкой форме, закрыв лицо руками.

Среди людей предостаточно таких, где через те же демотиваторы пропагандируют все настолько, самоубийства, татуировки, шрамы, курение... Все это сигналы, на которые родители должны обратить внимание.

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК



Дорога к дому



Отпечатано в ООО «Издательский дом – Принт», Вологодская обл., г. Череповец, ул. Metallургов, д. 14А.
Тираж ??? экз., заказ № ИДП0000????.

