



■ Прокуратура Безенчукского района разъясняет

Как уберечь детей от негативных последствий при использовании сети Интернет?

Отвечает заместитель прокурора Безенчукского района **Камиль Харисов**.

– Защита безопасности, нравственного и психологического здоровья детей является важной частью профилактики преступности в целом, в особенности преступлений против несовершеннолетних и насилия, совершаемого самими несовершеннолетними.

Одной из разновидностей угрозы в сети Интернет выделяют кибербуллинг или онлайн-преследование (интернет-травля), то есть намеренные оскорбления, угрозы, диффамации и сообщение другим компрометирующих данных с помощью современных средств коммуникации, как правило, в течение продолжительного периода времени. Кибербуллинг наиболее распространен среди детей и подростков.

Он может осуществляться посредством электронной почты, текстовых сообщений, социальных сетей.

Родителям в первую очередь стоит обращать внимание на поведение ребенка, а именно:

- изменение особенностей ребенка в пользовании устройствами, подключенными к сети Интернет (внезапное прекращение их использования, использование их втайне от всех или зависимость ребенка от общения в социальных сетях, просмотра видеороликов в сети Интернет);
- изменение в поведении ребенка (подавленное настроение, замкнутость, неоправданная агрессия, эмоциональная возбудимость, потеря интереса к увлечениям, резкие перепады настроения);
- ухудшение самочувствия (головная боль, расстройство желудка или снижение аппетита);
- информационная закрытость (подросток отказывается сообщать о том, чем занимается в сети, с кем там общается).

Как действовать родителям в таких ситуациях?

В случае, если установлен факт кибербуллинга в отношении ребенка, следует действовать следующим образом:

1. Побудить ребенка рассказать все как есть, убедив в том, что он ни в чем не виноват.
2. Попросить фиксировать даты, описывать произошедшее, хранить скриншоты в качестве доказательств.
3. Важно не реагировать на атаки: агрессор жаждет внимания, и, если реакции нет, он может потерять интерес.
4. Обратиться к провайдеру и сообщить о кибербуллинге в его сети. На некоторых сайтах есть специальные тревожные кнопки для информирования о фактах угроз.
5. Блокировать в социальных сетях любого пользователя, который заставляет чувствовать себя некомфортно.

Как можно избежать таких ситуаций?

– Для того, чтобы снизить риск, ограничить воздействие кибербуллинга, необходимо бережно относиться к паролям и личной информации в целом, проявлять осмотрительность в отношении своих постов (изображений, текстов), а также постоянно проверять параметры безопасности и настройки конфиденциальности в социальной сети.

Также следует дать ребенку основные советы по борьбе с кибербуллингом:

1. Не бросаться в бой, а лучше успокоиться и посоветоваться с родителями. Не стоит отвечать оскорблениями на оскорбления, поскольку еще больше можно разжечь конфликт.
2. Анонимность в сети мнимая. Существуют способы выявить, кто скрывается за анонимным аккаунтом.
3. Контролировать свои действия, слова, размещаемую информацию (изображения, видео-файлы) в сети Интернет. В сети Интернет фиксируется любая информация и удалить ее крайне затруднительно.
4. Соблюдать свою виртуальную честь смолodu.
5. Одноразовые оскорбительные сообщения лучше игнорировать. Обычно агрессия прекращается на начальной стадии.
6. Добавить агрессора в черный список путем блокировки отправки сообщений с определенных адресов в программах обмена мгновенными сообщениями в социальных сетях.
7. Если явились свидетелем кибербуллинга, требуется незамедлительно выступить против преследователя, показать ему, что его действия оцениваются негативно, поддержать жертву, которой нужна психологическая помощь и сообщить взрослым о факте агрессивного поведения в сети.

Каким законом регулируются такие отношения?

– Отношения, связанные с защитой детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию, в том числе от информации в сети Интернет регулирует Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию». Но в первую очередь защита от подобного поведения, которое при этом не всегда является противоправным, во многом зависит от родителей несовершеннолетних.

Как можно заблокировать информацию, причиняющую вред здоровью и развитию детей?

– Для этого необходимо обратиться на сайт Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (rkn.gov.ru), где заполнить соответствующую форму и прикрепить ссылку или скриншоты страницы с вредоносной информацией.

Также можно обратиться в органы прокуратуры с соответствующим заявлением.

■ Наши интервью

Какими мы хотим видеть наших детей?

В период самоизоляции нередко появлялась информация в СМИ об увеличении продажи спиртных напитков. Врачи били тревогу – население стало больше употреблять алкоголя! Сегодня мы обсуждаем эту тему с врачом-наркологом Безенчукской ЦРБ О.В. Бугаковым.

● Наталья ЗОТОВА / ФОТО автора

– Самоизоляция, конечно, внесла свои коррективы в нашу жизнь. В этот период, к сожалению, у нас не было возможности встречаться со школьниками, как мы делали все эти годы, и вести беседы о вреде алкоголя и наркотиков.

Тем не менее, на 1 июля 2020 года на учете у нас состоят 153 человека, страдающих алкоголизмом, из них 51 женщина. Подростков же на учете нет.

Сразу добавлю, что за весь 2019 год были поставлены на учет 160 человек. Так как алкоголизм болезнь хроническая, большинство тех, кто пришел к нам по доброй воле, или те, кого направили по решению комиссии по ОДН, состоят на учете минимум 1 год. Поэтому пока нельзя говорить о резком увеличении этой категории больных.

– Олег Васильевич, по какой причине алкоголика могут направить к Вам на консультацию?

– При администрации района работает комиссия по делам несовершеннолетних. В комиссию поступают сообщения от сотрудников полиции или от соседей тех, кто нередко распивает спиртные напитки в присутствии несовершеннолетних детей, при этом ведет себя агрессивно. Я также вижу таких горе-родителей на комиссии и приглашаю их к себе на беседу.

– О чем Вы рассказываете любителям горячительных напитков?

– В отличие от наркотиков, употребление алкоголя в нашей стране не запрещено. Но каждому нужно знать меру. Если человек выпил на дне рождения 50 г коньяка или за новогодним столом 100 г шампанского – он не причинит вреда своему организму.

К сожалению, у нас отсутствует культура питья. Зачастую компания закупает ящик водки, и его еще бывает мало. Такое употребление алкоголя наносит серьезный вред всему организму пьющего человека. Даже если подобное употребление случается раз в месяц.

Молекула спирта быстро всасывается в кровь и разносится по всему организму. Процесс всасывания начинается в слизистой оболочке рта, слизистая желудка всасывает около 20 процентов алкоголя, а основная часть приходится на тонкий кишечник. Спирт легко проникает в клеточные мембраны любых тканей, но его содержание зависит от количества воды в клетке. Поэтому больше всего этанола всасывается в ткани головного мозга: в 1,5-2 раза больше, чем в тканях других органов. В печени также наблюдается высокое содержание спирта, так как она служит фильтром организма



и нейтрализует вещества, вредные для него.

От употребления алкоголя могут страдать другие органы и системы организма: сосуды и сердце; мочевыделительная система; желудок и кишечник; репродуктивная система; нервная система.

После первого приема спиртного его молекула окисляется со скоростью 85–100 мг/кг в час. Если алкоголь употреблять часто, скорость окисления повышается, возникает устойчивость к большим дозам спиртных напитков. Первым последствием вреда от алкоголя является нарушение памяти даже после небольшого количества спиртного. Чем больше доза алкоголя, тем чаще человек страдает от провалов в памяти. Согласно фактам о вреде алкоголя, один стакан спиртного напитка способен убить в мозге 1000-2000 клеток. У 95 процентов алкоголиков и 85 процентов умеренно пьющих людей наблюдается данная цифра.

Вред алкоголя на центральную нервную систему проявляется прежде всего тем, что молекулы спирта на начальном этапе попадают в нервные клетки. Это обусловлено высоким свойством спиртного растворять жиры, которых больше всего содержится в оболочке нервной клетки. Алкоголь проникает внутрь нейрона и задерживается в нем. Спиртные напитки быстро возбуждают нервную систему, из-за чего человек становится веселым и расслабляется. Со временем алкоголь накапливается в нервных клетках и нарушает их функционирование. У человека появляются алкогольная энцефалопатия и полинейропатия. Они проявляются не только в потере памяти, но и в шаткой походке, слабости в конечностях.

Клетки печени сильно страдают от алкоголя, так как вынуждены перерабатывать его молекулы, хотя не приспособлены для этого. По мере развития алкоголизма печень изнашивается, а ее клетки начинают перерождаться, возникают фрагменты жировой ткани, печень уменьшается в размере и не способна перерабатывать вредные токсины. Заболевания печени могут влиять на состояние

головного мозга, вызывая необратимые нарушения. Страдает и сердечно-сосудистая система.

И если алкоголик не прекращает употреблять алкоголь, он превращается в инвалида, который не может сам себя обслуживать или умирает от инфаркта. Есть еще риск погибнуть от руки собутыльника во время веселого застолья.

Мы рассказываем о том вреде, который алкоголик наносит сам своему организму. Но ведь есть еще и моральная составляющая. Распитие напитков в присутствии несовершеннолетних служит примером для молодого поколения. Дети воспринимает такое поведение родителей как норму.

Так каким мы хотим видеть будущее своих детей? Успешным или загубленным из-за бутылки водки?

– Есть ли шанс у алкоголика вылечиться от зависимости?

– Если есть желание и поддержка близких – это возможно. Пусть человек уже не будет отличным здоровьем, но он будет жить, приносить пользу обществу, не доставлять неудобств своим близким.

Тем, кто обращается к нам за помощью, мы назначаем амбулаторное лечение или же отправляем на стационарное лечение в Самарский областной клинический наркодиспансер.

– Хорошо, если вылечить возможно. Но, помимо того, что алкоголик страдает от количества выпитого алкоголя, есть и те, кто может пострадать от некачественного алкоголя.

– К сожалению, есть и такие случаи. В мае в токсикологическом отделении областной больницы им. В.Д. Середавина умер 30-летний мужчина, житель Безенчукского района, в крови которого был обнаружен метанол. Где он приобрел фальсифицированный алкоголь – неизвестно. Но сам факт должен насторожить жителей района. Каждый должен быть внимательным при покупке спиртного. Приобретать его только в специализированных магазинах и выявлять некачественный алкоголь по штрих-коду в режиме онлайн. Чтобы выполнить данную проверку через официальный сайт, необходимо перейти в браузере на сайт «Росалкогольрегулирование», занести в специальное окно данные с акцизной марки.

В итоге мы можем сказать, что качественные напитки в умеренных дозах не запрещены. Необходимо лишь всем контролировать количество и качество алкогольного продукта. Научитесь культуре питья сами и научите своих детей, чтобы они в свою очередь не страдали от алкозависимости.