

УДК 616.89–008.441.3 (049.3)

## **Юрьева Л.Н., Больбот Т.Ю. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика. – Днепропетровск: Пороги. – 2006. – 196 с.**

Рецензируемая монография посвящена актуальной проблеме современной психиатрии – изучению психолого-психиатрических последствий широкой компьютеризации, коррекции и профилактике связанных с этим аномальных форм поведения.

Выбранное направление исследования весьма актуально, что обусловлено несколькими факторами. В XXI веке существенно возрастает роль информационной среды, а также видов профессиональной и учебной деятельности, связанных с использованием больших объемов информации. Такой вид деятельности невозможен без компьютерной техники. Это делает правомерным постановку вопроса об индивидуально-психологических и социальных последствиях глобальной компьютеризации и информатизации.

Важнейшими из таких последствий являются сложные психопатологические феномены, получившие название зависимости от компьютера и Интернет. Целым рядом исследователей отмечается тревожный факт распространения этих форм дезадаптивного поведения, которые, судя по результатам опросов, наблюдаются у 5–14% пользователей. При этом считается, что количество лиц с явлениями зависимости растет пропорционально увеличению доступа к Интернет. Еще одним важным обстоятельством является то, что компьютерная зависимость в наибольшей степени распространена среди детей и подростков.

В монографии представлены впервые предложенные авторами подходы к первичной профилактике компьютерной зависимости. Этот подход включает реализацию специальных информационных и образовательных программ, а также целенаправленную коррекцию семейных отношений. В работе описаны факторы риска развития компьютерной зависимости, психологические особенности лиц из групп риска. Кроме того, излагается разработанный авторами метод скрининга компьютерной зависимости.

Монография состоит из предисловия, введения, восьми глав, краткого словаря терминов, заключения и библиографии, включающей 283 источника, из которых 109 иностранных.

Предисловие к монографии написано профессором психологии Гарвардской медицинской школы, директором Центра исследований компьютерной

аддикции в Бостоне, США, Maressa Hecht Orzack. Авторы книги неоднократно посещали этот центр и активно сотрудничали в исследованиях с М.Н. Orzack.

Во введении авторы отмечают, что прогрессирующее увеличение числа пользователей компьютерами приводит к серьезному изменению системы социальных связей, а также значительной трансформации традиционных стилей и стереотипов межличностного общения. Авторы монографии указывают, что в настоящее время происходит смена среды обитания современного человека, сопровождающаяся усложнением самосознания, все большей рационализацией психической деятельности и уменьшением ее эмоциональной составляющей. Эти процессы, в свою очередь, могут нарушать нормальное вхождение молодых людей в социальную среду, а в неблагоприятных условиях становиться источником деструктивных изменений психики. Поэтому наиболее чувствительной к этим изменениям является психика детей, подростков и лиц юношеского возраста.

Данная проблема становится все более заметной в Украине, где за последние 5 лет количество молодых людей, которые имеют доступ к компьютеру, возросло более чем в 20 раз. Пропорционально этому, по данным авторов, увеличилось и количество лиц этого возраста с компьютерной зависимостью.

В первой главе авторы описывают историческую динамику формирования компьютерной субкультуры, прослеживая путь от клинописи к Интернету. В главе указывается на то, что внедрение новых способов и средств коммуникации, несомненно, влечет за собой изменение ментальности общества, стиля мышления и общения между людьми, их психологии и поведения.

Вторая глава посвящена рассмотрению проблемы аддиктивного поведения. Приводится классификация аддикций, рассматриваются факторы, потенцирующие развитие аддиктивного поведения. Описаны клинические и социально-психологические характеристики патологической склонности к азартным играм и приведены факторы, способствующие их формированию. Описаны этапы развития гемблинга и фазы развития игровых срывов. Изложены принципы терапии и коррекции патологической склонности к азартным играм.

В третьей главе проанализирован опыт зарубежных и отечественных исследователей, занимающихся проблемами компьютерной зависимости. Приводится обзор дефиниций, в которых отражается все терминологическое многообразие определений, связанных с понятием «компьютерная зависимость». Описываются позитивные и негативные эффекты взаимодействия человека и компьютера. Рассматриваются различные психологические механизмы ухода в виртуальную реальность, анализируются изменения личности и самосознания в процессе виртуального общения.

Авторы выделяют специфические свойства виртуального мира, имеющие решающее значение для формирования компьютерной зависимости и способствующие тому, что соответствующие психологические конструкторы начинают «вплетаться» в реальный мир субъекта, постепенно вытесняя его и изменяя восприятие собственного Я.

В главе анализируется роль компьютерных игр в развитии компьютерной зависимости. Приводится их классификация, а также оценка их степени влияния по характеру и силе выраженности психологической зависимости. Описываются стадии формирования игровой зависимости. Авторы рассматривают также проблему киберсексуальной зависимости и описывают ее психолого-психиатрические признаки. В работе приводятся социально-демографические и культуральные характеристики лиц, страдающих компьютерной зависимостью. В завершении главы авторы призывают читателей к дискуссии и предлагают свой ответ на поставленный ими дискуссионный вопрос: «Компьютерная зависимость – клиническая реальность или особое психологическое состояние?».

В четвертой главе монографии отражены результаты многолетних исследований авторов, посвященных компьютерной зависимости. В течение 5 лет (1999–2004) они изучали влияние компьютерной деятельности на психическое состояние 463 школьников, обучающихся в лицее информационных технологий и в физико-математическом лицее, в еженедельной учебной программе которых 8–10 часов отводилось обязательным занятиям за компьютером. По результатам скрининга все обследованные были разделены на три группы в зависимости от риска формирования компьютерной аддикции. В результате исследования были выявлены механизмы влияния компьютерной деятельности на психическое состояние учащихся, а также установлена зависимость между гендерными особенностями, длительностью работы за компьютером, эмоциональной депривацией и риском развития компьютерной зависимости. Представлены данные экспериментально-психологических исследований, касающиеся индивидуальных особенностей, типов межличностных отношений, самооценки и выраженности невротических черт у учащихся с повышенным риском формирования компьютерной зависимости.

В пятой главе описываются клинические особенности состояния больных компьютерной зависимостью. Авторы обследовали пациентов психиатрической больницы, в клинической картине которых доминировала патологическая зависимость от компьютера. В результате проведенных исследований было выявлено, что компьютерная зависимость, подобно другим видам аддикций, бывает первичной и симптоматической. Причем, симптоматическая компьютерная аддикция встречается значительно чаще, чем первичная. В 55% случаев симптоматическая компьютерная зависимость сочетается с другими нарушениями поведения, истоки формирования которых закладываются в родительской семье.

Описана динамика формирования компьютерной зависимости и специфические для каждого этапа ее развития психологические и психопатологические феномены. Изложены клинические признаки синдрома актуализации компульсивного влечения при компьютерной зависимости. Приведены дифференциально-диагностические критерии отграничения этапов риска развития и сформировавшейся компьютерной зависимости. Описаны психологические и психопатологические характеристики пациентов с компьютерной зависимостью: особенности их интеллектуальной деятельности и мышления, искажения в сфере потребностей и побуждений, изменение интересов и самооценки, а также аномалии личности и межличностных отношений.

Шестая глава посвящена диагностике компьютерной зависимости. Авторы справедливо отмечают, что диагностика компьютерной зависимости часто осложняется отсутствием общепринятых критериев установления патологического пристрастия к Интернету или компьютерным развлечениям. В связи с этим они не только приводят описание известных принципов и критериев диагностики Интернет-зависимости и компьютерной зависимости, но и излагают свое видение этой актуальной проблемы. Разработанный авторами метод скрининговой диагностики компьютерной зависимости весьма интересен в клиническом отношении и защищен патентом на изобретение (Л.Н.Юрьева, Т.Ю.Большот, 2005).

Седьмая глава посвящена вопросам профилактики компьютерной зависимости. Анализ зарубежной и отечественной литературы, а также собственный опыт лечения пациентов с компьютерной зависимостью позволил авторам утверждать, что залог успеха – это выявление среди пользователей персональными компьютерами лиц, составляющих группу риска, и квалифицированная профилактическая и коррекционная работа с ними на начальном (доклиническом) этапе формирования аддикции. В этой главе представлены разработанные авторами методики первичной профилактики компьютерной зависимости, включающие информационные и образовательные программы, технологии занятости и коррекции семейных отношений.

В восьмой главе излагаются основные психотерапевтические стратегии, направленные на коррек-

цию компьютерной зависимости. С учетом полученных клинико-психологических характеристик лиц, страдающих компьютерной зависимостью, авторами была разработана поэтапная система коррекции их поведения. Выделено пять этапов коррекции, в отношении каждого из которых сформулированы цель, задачи и принципы терапии, а также изложена специфика психотерапевтических вмешательств.

Заключая все сказанное, следует признать, что рецензируемая книга представляет большой интерес для психиатров, наркологов и психологов. Она будет также весьма полезной для учителей, учащихся и их родителей, а также для всех пользователей персональными компьютерами.

***Проф. А.Е.Бобров***  
*(Москва)*