



ДУМАЕТЕ, СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ
«РАСКРАСЯТ» ЖИЗНЬ ВАШИМ ДЕТАМ?

Виды, признаки, диагностика, лечение, профилактика интернет зависимости

Заведующий детским отделением БУЗ ВО «ВО ПНД №1», врач психиатр высшей категории, руководитель
АНО «Центр информационной безопасности в сети Интернет «Защита»»

Юрий Афанасьев

Цифровой **аутизм**

Цифровое **слабоумие**

Фейсбук **депрессия**

Номо**фобия**

Фантомный звонок

Нехимические виды **зависимости**

Цифровая зависимость

Информационная зависимость

IT зависимость

Технозависимость

Социальные болезни личности

Социально приемлемые зависимости

Интернет зависимость

Экранные зависимости

По данным обследования по старым критериям
80% людей зависимы!!!



Дежавю?



Зависимость в структуре страхов родителей



Секстинг

Овершеринг

Кибербуллинг

Секты

Наркотики

Вписки

Педофилы

Источник: Лаборатория Касперского

СТРАХИ – не нравятся круг
общения, посты и репосты,
Паблики, на которые подписан
ребенок

Порнография

Суицид

Агрессия, жестокость, насилие

Информация не по возрасту

Мошенничество, вымогательство

Религиозные секты

Фейки

Опасные знакомства

Наркотики

Зависимость

Источник: Институт исследования
интернета



Пять типов Интернет-аддикции (Young, 1998)



Компьютерная зависимость (computer addiction): обсессивное пристрастие к работе с компьютером (играм, программированию или другим видам деятельности).

Компульсивные навигаторы сети (net compulsions): компульсивная навигация по WWW, поиск в удаленных базах данных.

Перегруженные информацией (information overload): патологическая привязанность к опосредованным Интернетом азартным играм, он-лайнovým аукционам или электронным покупкам.

Кибер-коммуникативная зависимость (cyber-relational addiction): Зависимость от социальных применений Интернета, то есть от общения в чатах, групповых играх и телеконференциях, что может в итоге привести к замене имеющихся в реальной жизни семьи и друзей виртуальными.

Кибер-сексуальная зависимость (cybersexual addiction): зависимость от «киберсекса», то есть от порнографических сайтов в Интернете, обсуждения сексуальной тематики в чатах или закрытых группах «для взрослых».

Интернет зависимость



Компьютерная зависимость
Гаджет зависимость
Игровая от он-лайн шутеров

Вэб серфинг

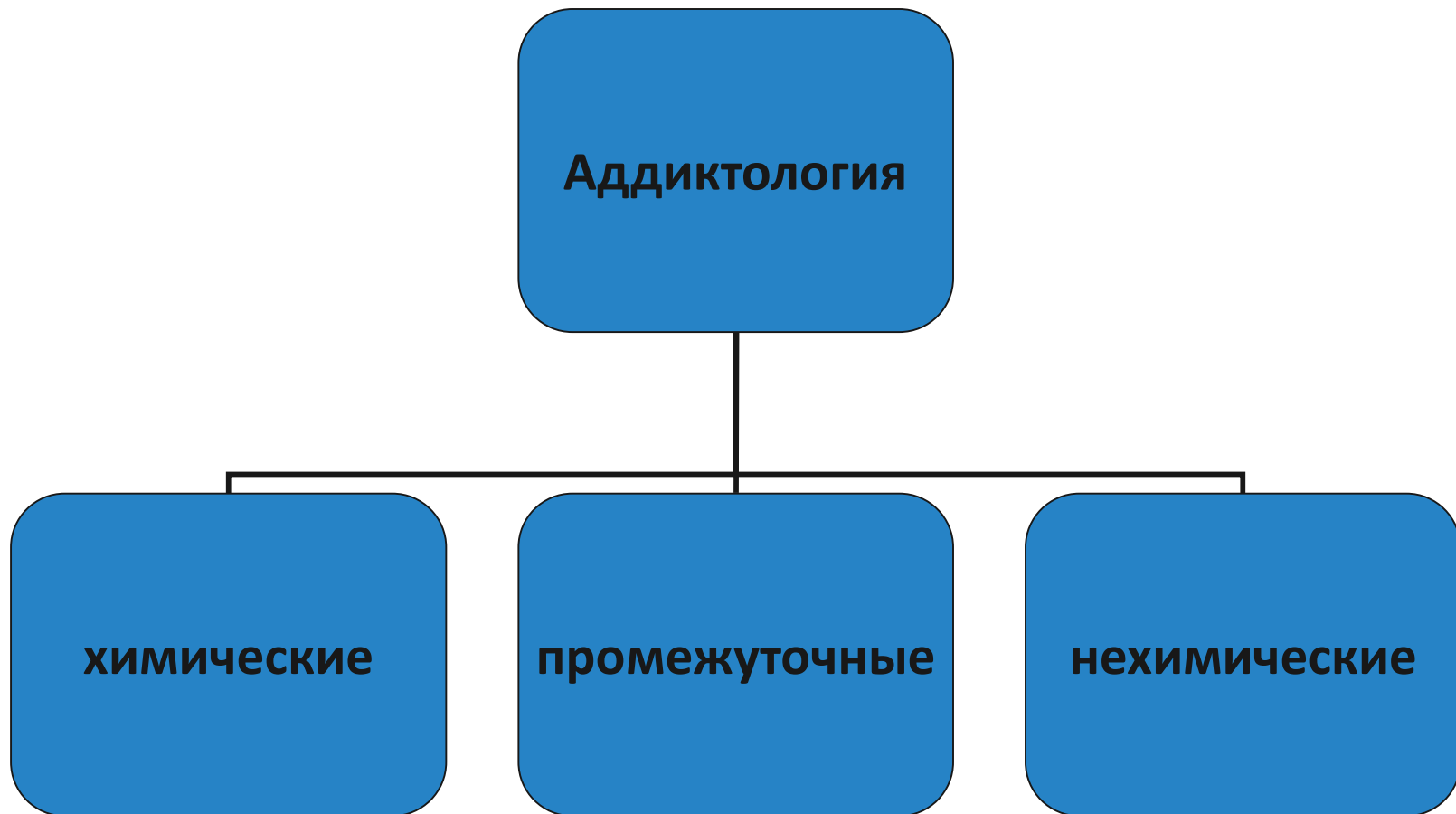
Виртуальный шопинг
Он лайн казино

Зависимость от социальных
сетей, мессенджеров

Зависимость от просмотра
сексуального контента

Аддиктология

наука о зависимом поведении



Нехимические виды зависимости



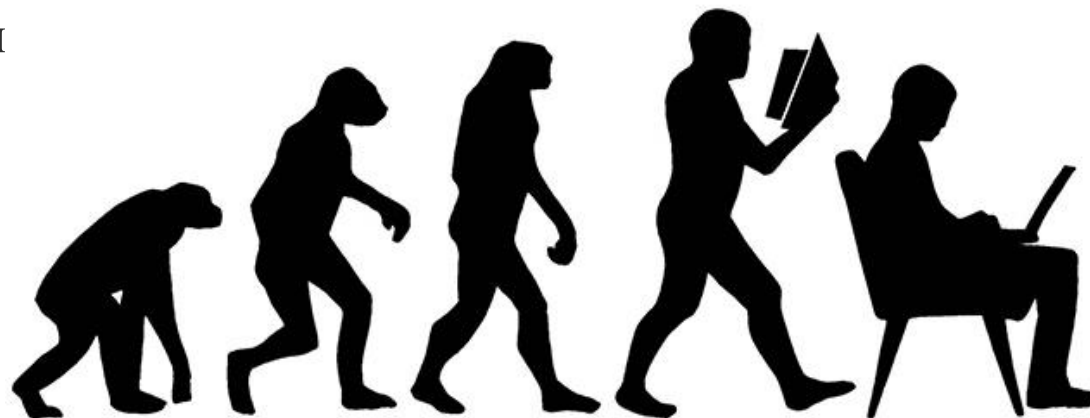
- зависимость рассматривать, как медицинское проявление
- в основе формирования стадийность, то есть рассматривать процесс, а не состояние «здесь и сейчас»
- качественные и количественные параметры зависимости
- роль ДРО и наследственности
- личность зависимого человека



Зависимость - это болезнь



- этиология (причины)
- патогенез (механизмы развития)
- клиника (проявления)
- диагностика
- лечение
- реабилитация
- профилактика



Принцип стадийности

Количество или качество

«Для детей от 5 до 6 лет время использования интернета до одного часа в день, для школьников (7—11 лет — от одного до трех часов в день, для младших подростков (12—13 лет) — от трех до пяти часов», — сообщает газета [«Коммерсант»](#) со ссылкой на авторов исследования.

Сколько раз в день Вы заходите в интернет?

Как часто Вы пользуетесь компьютером?

Есть ли у Ваших устройств выход в интернет?

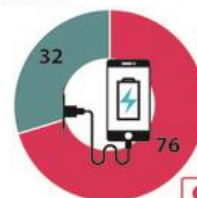
Продолжительность работы за компьютером в день:

Возраст	Время
дошкольник за игрой	7–10 мин
8–10 лет	45 мин
11–13 лет	90 мин
14–16 лет	135 мин
взрослый	6 часов

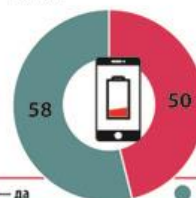
Результаты анкетирования учеников школы №43 города Братска

Приведено количество ответивших

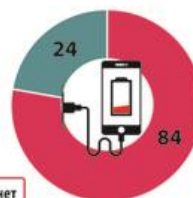
Вы берете с собой телефон повсюду (в туалет, ванную, постель)?



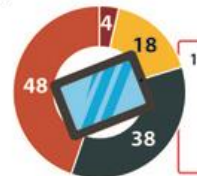
Если ли у вас желание держать телефон в руках, не убирать его в сумку?



Если вы забыли телефон дома, вы испытываете дискомфорт?



Сколько времени занимает у вас работа с гаджетом?



Какое количество времени вы можете обходиться без телефона или гаджета?



Количество - физические симптомы, тело



синдром карпального канала
(туннельное поражение нервных
стволов руки, связанное с
длительным перенапряжением
мышц)

-сухость в глазах

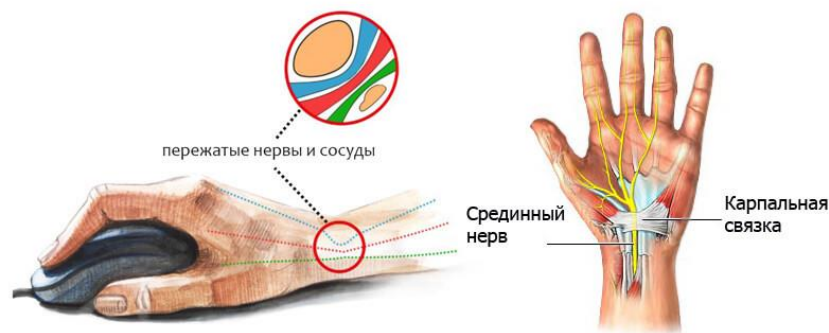
-головные боли по типу мигрени

-боли в спине

-нерегулярное питание, пропуск
приемов пищи

-пренебрежение личной гигиеной

-расстройства сна, изменение
режима сна.



Количество - физические симптомы



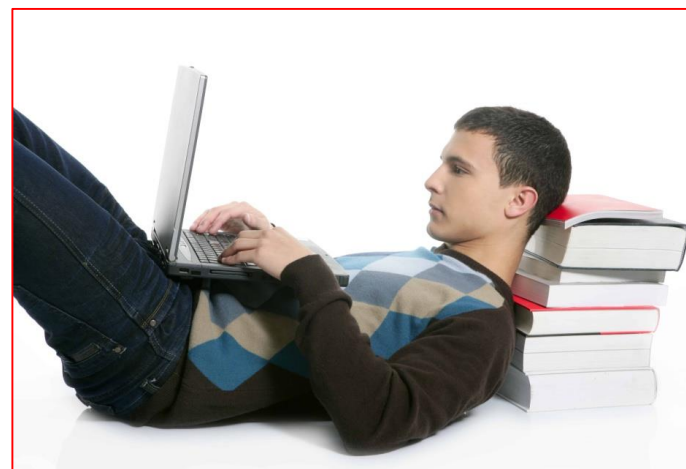
Качество - психические симптомы, голова



- 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!



Качество - психические симптомы



Лживость – основное чувство аддикта



Три уровня обмана(Вилсон-Шейф, Фассел)

обман самого себя – разрыв
контакта с действительностью
и своими потребностями

**обман своего ближайшего
окружения** - провокация
нечестности внутри семейной
и школьной систем

обман мира в целом -
произведение ложного
впечатления на окружающих



Количество и качество, профилактический аспект



Дошкольники



Школьники



ЗАВИСИМОСТЬ — (от английского привычка, склонность) навязчивая потребность совершать определенные действия, несмотря на **неблагоприятные** последствия медицинского, психологического, социального характера.

1.Значимость

2.Изменение настроения

3.Толерантность

4.**Синдром отмены**

5.Конфликтность

6.Рецидив

Хóбби или увлечение, — вид человеческой деятельности, некое занятие, которым занимаются на **досуге**, для наслаждения.

Свободное время (досуг) — время, которое остаётся после выполнения обязательных дел.

Привы́чка — сложившийся способ поведения, осуществление которого в **определённой** ситуации приобретает для индивида характер потребности, которые «побуждают совершать какие нибудь действия, поступки».

СОЦИАЛЬНАЯ **ДЕ**ЗАДАПТАЦИЯ

показатель состояния человека,
отражающий его возможности
выполнять определенные
биосоциальные функции:

- **не**адекватное восприятие
окружающей действительности и
собственного организма
- **не**адекватная система отношений и
общения с окружающими
- **не**гибкость(адаптивность)поведения
в соответствии с ролевыми
ожиданиями других



Правильные вопросы



Здравствуйте, Юрий Валентинович! Извините, что беспокою в такой час, мне Вас посоветовали... Ситуация в общении с ребенком сложная, боюсь доведет до беды... Подскажите пожалуйста, как к вам можно записаться на прием с 9-летним ребенком? Нужна помощь психиатра (ред.)

Юрий 9:55 доброго дня. в чем проблема с ребенком?

Алёна 10:34 Ребенок крадет деньги, и просто идет тратить с друзьями... я разговаривала уже не раз с ним, не знаю как себя вести и как ему еще объяснить, что так делать нельзя ((((ред.)

Юрий 13:46 Два вопроса. Где отец ребенка? И при чем тут психиатр?

Алёна 13:58 1. С отцом ребенка в разводе...

2. Так проконсультировать меня, как себя вести и пообщаться с ребенком... Или я неправильно обратилась(не понимая ситуации (

Юрий 14:03

психиатр занимается болезнями, воровство это не болезнь. Ситуация знакома. Вы для ребенка не являетесь авторитетом, поэтому он вас и не слышит или понимает, что вы ему ничего не сделаете, не накажете, а значит можно делать что хочешь. Нужен внешний мужской авторитет (знакомый, тренер, учитель). Мой вам совет. Предупредите, что если еще раз будет воровство, а это преступление, не важно у кого украл, то вы обратитесь в полицию. Если украдет после этого сводите его в отделение полиции, предварительно переговорив с вашим инспектором по делам несовершеннолетних. Обычно одной экскурсии достаточно для понимания

-Суицид или суицидальная попытка?

-В каком состоянии ребенок?

-Какие внешние проявления попытки?

-Поставлены ли известность родители?

-Почему Вы решили, что это зависимость?

-Ходит ли ребенок в школу?

-Справляется ли с программой (3 госоценка)

- Подчиняется ли минимальным режимным требованиям дома?

Пример переписки



АНО "ЗАЩИТА"
VK.COM/NXZ_35

1. Добрый день. Ваш контакт мне дали. Подскажите пожалуйста как помочь ребенку . Аниме с 12-13 лет подсадила элитная гимназия. Сейчас 16,5 лет , полностью зависимая! И уже далеко не детские мультики живут в сознании ребенка.... Мы из г Пермь. Спасибо

Юрий 11:20

доброе дня. а как вы определили, что это зависимость?

2. Елена 11:25

Так же как у наркоманов. Любыми способами там о том, и с теми. В итоге уже детская порнография в рисунках в соц сетях, изменение сознания, отрешение от близких, жестокость, с учебой тоже все оч грусно.

Юрий 11:26 В школу ходит каждый день?

Елена 11:26 Ворует уже деньги , младших братьев избивает, меня матом в соц сетях, ну и по списку, еле поймали, 9 закончили еле еле

Юрий 11:27

Сейчас куда пойдёт?

Елена 11:27 В 10 отправляю, Ее одну из класса не рекомендовали, все учителя против

3.Юрий 11:29 Родной ребенок, не приёмный?

Юрий 11:29 Отец?

Елена 11:29 Отчим

Юрий 11:29 Где родной? Причина развода?

Елена 11:30 Отец разгульный гуляка, лентяй и тунеядец . Я вроде маленькая , а испытаний столько .., вот дочь воюет со мной

4. Юрий 11:32

Это не зависимость однозначно. Это детские родительские отношения плюс наследственность. Работайте с психологом. Оценка интеллекта, профиль личности.

Елена 11:32 Она круглосуточно в переписке , пока не упадет, если не пишется то смотрит самые извращенные аниме

Поэтому и не учится

Там ей рассказывают как надо извините гениталии рисовать, сосать, материться

Сколько я ей денег должна и тд, и какие классные педофилы, геи, лесбиянки

Юрий 11:35

я вам ответил. это не зависимость. это к психологу, мне Вам больше нечего добавить. На Ваш основной вопрос я ответил, остальное дистанционно не решается.

Детско-родительские отношения

Не надо воспитывать детей, они все равно будут похожи на Вас

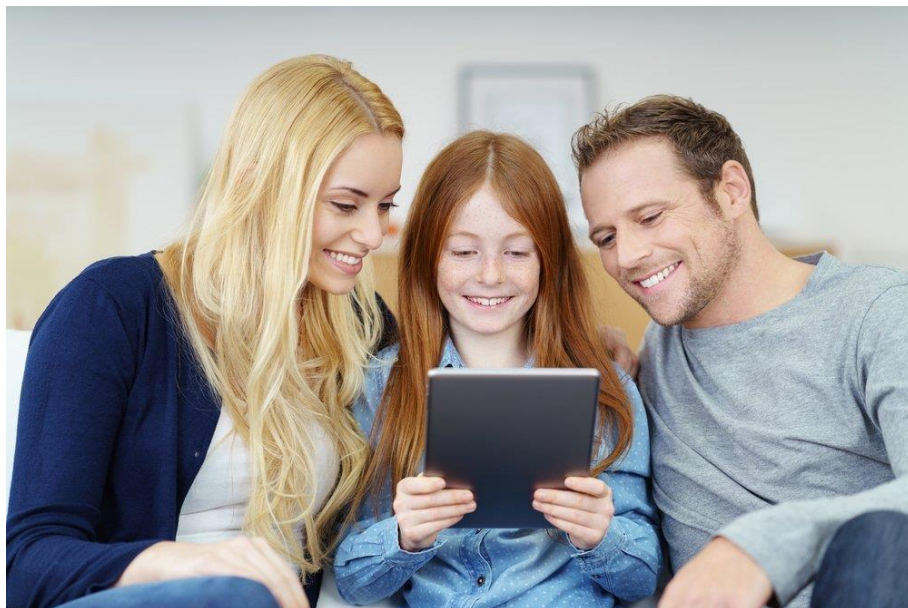


Воспитание по типу:

- потворствующая гиперопека
- доминирующая гиперопека
- эмоциональное отвержение
- гипопротекция

На уровень агрессии в игре:

- непоследовательность отца
- автономность отца
- директивность отца



Личность аддикта



Многолетний опыт психотерапевтической работы с интернет-зависимыми пациентами позволил выделить основные черты:

- дефицитарная психика с хронической неудовлетворенностью собой;
- низкая самооценка;
- инфантильность;
- эгоцентризм;
- недостаточная ответственность;
- низкая общительность в повседневной жизни;
- предпочтение в Интернете сервисов, связанных с общением;
- склонность к аффективным колебаниям

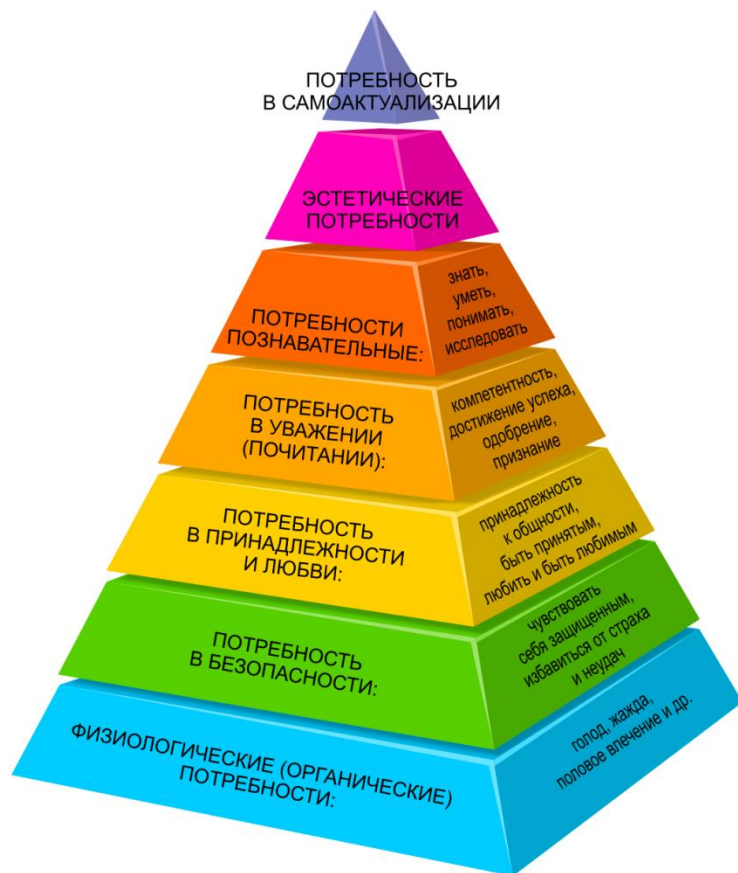
Интернет мотивация зависимости: быть кем угодно и найти любую информацию



В основе лежит два варианта - избежать боли (т.е. уйти от проблем и их решения) и получить удовольствие.

- сверхличностная природа межличностных взаимоотношений;
- возможность анонимных социальных интеракций;
- возможность реализовать представления и фантазии с обратной связью, включая различные варианты идентичности, социальных ролей;
- вуайеристический аспект;
- уникальные возможности поиска нового собеседника, отсутствие необходимости удерживать его внимание;
- расширение возможностей для коммуникации в различных виртуальных группах, дающих возможность приобрести определенный социальный статус;
- неограниченный доступ к информации.

В Интернете может своеобразным образом удовлетворяться значительная часть потребностей Человека



- самоактуализация (за счёт возможности осуществлять самопрезентации и получать актуальную обратную связь).
- уважение (со стороны других участников виртуального сообщества);
- принадлежность (к значимой группе); любовь (виртуальные романы)
- безопасность (анонимность);
- физиологические (киберсекс);

Теории возникновения игровой зависимости



Когнитивно-поведенческая модель
Синдромальная модель
Компонентная модель
Нейропсихологическая модель
Модель личностной
когнитивно-аффективной обусловленной
реализации



Лечение начинается с осознания зависимости



Лечение и реабилитация



Диагностика



-Тест - опросник степени увлеченности младших подростков компьютерными играми.

Гришина А. В.

-Разработка русскоязычной версии опросника проблемного

использования социальных сетей

Сирота Н.А., Московченко Д.В., Ялтонский В.М., Ялтонская А.В.

-Тест интернет-зависимости Янг К.

-Способ скрининговой диагностики компьютерной зависимости Юрьевой Л. Н., Больбот Т. Ю.

А Ваш ребенок уже зависим от смартфона? Протестируй его немедленно! [НАЧАТЬ](#)

DrLev.ru О себе Моя работа Лечение Библиотека Дневник Контакты

Будьте здоровы!
Здравствуйте! Или просто: «Будьте здоровы!» Наверно, так уместнее всего приветствовать гостя, если сам ты — врач. А поскольку в гости к врачу заходят, как правило, не из праздного любопытства, осмелюсь предположить, что Вы, мой уважаемый гость, прочтя эти строки, посвятите некоторое время тому, чтобы стать моим собеседником. А пока разрешите представиться: Лев Олегович Пережогин, врач-психотерапевт. Точнее, все-таки, детский врач, детский психотерапевт. И еще, разумеется, врач-психиатр, психопатолог

ПРАВДА
Новости
Расписание моего приема в октябре 2020 года
2020-10-05
Объявление
[Подробнее >>](#)
Международная практика использования профилактических программ, направленных на снижение кибернасилия в школьной среде
2020-09-14
Моя статья в РОССИЙСКОМ ПСИХИАТРИЧЕСКОМ ЖУРНАЛЕ
[Подробнее >>](#)
Новости нашего канала Youtube
сентябрь 2020

Первичная профилактика – широкая информирование.

Вторичная профилактика – работа с группами риска.

Третичная профилактика(реабилитация) –предотвращение рецидивов.

Универсальная профилактика направлена на предупреждение возникновения

Селективная профилактика носит избирательный характер и ориентирована на лиц, входящих в группы риска.

Антикризисная профилактика направлена на предупреждение дальнейшего развития процесса.

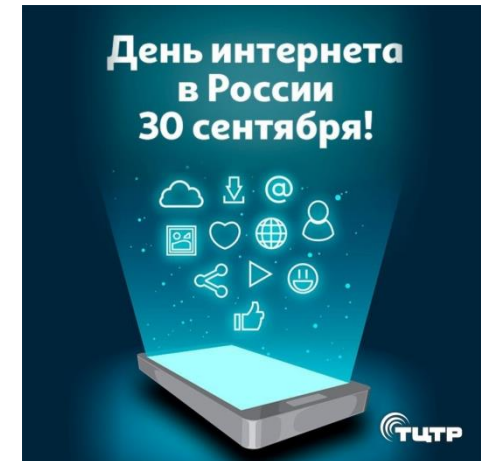
Индикативная профилактика направлена на предупреждение рецидивов и повторных действий.

Работа должна выстраиваться на межведомственном уровне , при участии специалистов медицины, психологии, социологии

Основная целевая группа в школе это родители и учителя

Профилактика не должна превращаться в пропаганду

Задача педагога: увидеть тревожные сигналы и убедить родителей обратиться на консультацию к специалисту



Фонд развития интернета

<http://www.fid.su/>

Интернет журнал «Киберпсихология»

<http://cyberpsy.ru/>

Профилактика нехимических видов зависимости

https://vk.com/nxz_35



Опыт посещения/использования киберпреследователями и жертвами кибербуллинга ресурсов, содержащих ненавистнический контент, или контент, пропагандирующий опасное или вредное для здоровья поведение (2010, %, европейские и норвежские данные, 11–16 лет)



Способы членовредительства (селфи-харм)

- 19% и 24 %

Совершение самоубийства

- 19% и 30 %

Способы похудения (анорексия, булимия)

-16% и 26%

Ненависть любого характера

- 16% и 23%

Наркотики

- 15% и 26%





Спасибо за внимание!!!

Контакты: Автономная некоммерческая организация «Центр информационной безопасности в сети Интернет «Защита»»

Вологодская область, г. Череповец, тел. 89212529475

E-MAIL **afanas1358@mail.ru**

Группа ВК: Профилактика нехимических видов зависимости (**vk.com/nxz_35**)

Группа Фейсбук: Профилактика нехимических видов зависимости
(**www.facebook.com/nxz35/**)