

# ПРОБЛЕМЫ И ДИСКУССИИ

## Интернет-зависимость: формы проявления и подходы к реабилитации

**Кирилл Андреевич Андреев,**  
научный сотрудник отдела реабили-  
тационного образования ФИРО

*Активное внедрение информационных и коммуникационных технологий внесло глубокие изменения во все сферы жизни человека, в том числе и в образование. Перед образовательным сообществом сегодня стоит задача подготовить детей к жизни в информационном пространстве. Но, к сожалению, влияние глобальной сети на человека может быть и пагубным. Об интернет-зависимости, формах её проявления у детей и подходов, а также подходах к реабилитации читайте в предлагаемой статье.*

● информ-глобализация ● интернет-зависимость ● реабилитация поведения ● реабилитационное образование ● медиаобразование

Развитие в XX веке и начале XXI средств массовой коммуникации повлекло за собой создание принципиально новых систем — средств субглобальной и глобальной связи (коротковолновое радио, спутниковое телевидение, новые поколения телефонных и компьютерных сетей).

Существенным средством информатизации являются сегодня образовательные информационные ресурсы, представленные в сети Интернет: система образовательных порталов, профессиональные комплекты на потребителя, сайты, мультимедийные средства, технологии и многое другое.

Таким образом, Интернет стремительно вторгается в нашу жизнь. С каждым годом возрастной диапазон пользователей расширяется. Компьютер перестал быть предметом роскоши, а стал для многих предметом первой необходимости. По мере изменения жизни людей появились и серьёзные проблемы: **чрезвычайно быстро распространяется компьютерная**

## ПРОБЛЕМЫ И ДИСКУССИИ

**зависимость.** Одним из самых известных экспертов по этой проблеме стала психолог из Питсбургского университета (США) Кимберли Янг. В 1994 году она разработала и опубликовала на сайте тест-опросник, направленный на выявление интернет-зависимости, и получила около 500 ответов. Большинство из тех, кто принял участие в опросе, были признаны, согласно выбранному критерию, интернет-зависимыми. В дальнейшем Кимберли Янг опубликовала результаты своих исследований в книге «Пойманные в сеть».

Типология проявления интернет-зависимости следующая:

— *киберсексуальная зависимость* — непреодолимое влечение к посещению порносайтов и занятию киберсексом (количество сетевых ресурсов с порнографическими материалами — 260 миллионов web-страниц);

— *пристрастие к виртуальным знакомствам* — избыточность знакомых и друзей в сети (в виртуальном мире человек чувствует себя комфортнее, чем в реальной жизни);

— *навязчивая потребность в сети* — игра в он-лайновые азартные игры, постоянные покупки или участие в он-лайн аукционах (создание альтернативных он-лайн персонажей в зависимости от настроения и желания пользователя);

— *информационная перегрузка* (навязчивый web-серфинг) — бесконечные путешествия по сети, поиск информации по базам данных и поисковым сайтам (приводит к привыканию, за которым следует ухудшение настроения и психические расстройства);

— *игровая компьютерная зависимость* (психологи отмечают, что каждый двадцатый пользователь «подсаживается» на виртуальную игру);

— *возможность анонимных социальных интеракций* (здесь особое значение имеет чувство безопасности при осуществлении интеракций, включая использование электронной почты, чатов и т.п.);

— *реализация собственных представлений, фантазий*, невозможная в обычной жизни (киберсекс, ролевые игры в чатах);

— *широкая возможность поиска собеседника*, удовлетворяющего практически любым критериям (важно отметить, что нет необходимости удерживать внимание одного собеседника, так как в любой момент можно найти нового);

— *неограниченный доступ к информации* — «информационный вампиризм» (опасность стать зависимым от Всемирной паутины подстерегает тех, для кого компьютерные сети оказываются единственным средством общения).

Интернет-зависимость — явление многоликое и чрезвычайно сложное. Пагубные привычки быстро перерастают в болезненные состояния психики, аффективный компонент поведения. Ситуация осложняется ещё и тем, что зачастую дети с подобными трудностями имеют нарушения не

**К.А. Андреев. Интернет-зависимость: формы проявления и подходы к реабилитации**

в одной, а в нескольких сферах, и выявление характера нарушений требует специальных исследований.

Решать эту проблему поможет ускорение разработки комплексной целевой программы реабилитации поведения интернет-зависимых с применением действенных психолого-педагогических методов и средств. Особо важное значение имеет на современном этапе принятие федерального закона о защите нравственности несовершеннолетних. Ни ребёнок, ни подросток не должны получать доступ к информации, для которой он ещё мал или которая может причинить ему вред.

Практические психологи выделяют три основные причины депрессивных отклонений в сфере эмоциональных психических состояний у интернет-зависимых детей:

- наличие постоянной потребности в компьютерной игре и одновременно с этим невозможность полного удовлетворения данной потребности;
- субъективное переживание на сознательном уровне практической бесполезности увлечения компьютерными играми и, вследствие этого, собственной бесполезности наряду с невозможностью прекращения увлечения в силу наличия психологической зависимости;
- неадекватное отношение к себе в результате несоответствия «я — реального» и «я — виртуального» (В.В. Абраменкова, 2006).

Мы видим, что представленный комплекс нарушений весьма сложен. Поэтому реабилитация поведения таких детей должна начинаться, прежде всего, с коррекции психической патологии. Основной подход — комплексный. Он осуществляется путём **целенаправленного применения психолого-педагогических средств и приёмов с неперменным использованием прикладных медицинских знаний. «Оздоровление детей дополняется воспитанием», которое «растворяется в лечении психолого-педагогическими методами воздействия» (Л.С. Выготский), а «работа врача, психолога и педагога объединяется здесь в одно целое» (В.П. Кащенко).**

Успешное осуществление реабилитации таких детей в значительной мере зависит от качества связей и отношений, в которые включаются дети вместе со взрослыми. И только в такой детско-взрослой общности, где связи и отношения находятся в гармонии, происходит восстановление полноценной жизни человека. Эта область научного знания соотносится с таким понятием, как **реабилитационное образование** — процесс и результат восстановления целостности душевно-духовной сферы подростка, его индивидуальности и активной способности к саморазвитию (А.В. Гордеева, 2002).

Реабилитационное образование направлено на определение и реализацию условий, которые необходимы для нормального полноценного детства. Показателем результативности реабилитационного процесса является меняющееся отношение растущего человека к собственной жизнедеятельности, его внутреннее побуждение к духовному обновлению (В.В. Морозов, 2001).

## ПРОБЛЕМЫ И ДИСКУССИИ

Но рассчитывать на педагогический эффект можно только в том случае, если в полной мере будет реализован **принцип системности и последовательности в реабилитации и воспитании**. Необходимы не отдельные средства, а система средств, разработанная сообразно целям педагогической деятельности. Вот некоторые педагогические установки реабилитации поведения:

1. В основе гармоничных и прочных отношений всегда лежит доверие. Педагог вызывает это чувство, если никогда не злоупотребляет чувствами ребёнка, сознательно не причиняет ему боль. Ребёнок в этом случае может свободно выражать свои чувства и быть самим собой.
2. Любовь составляет важнейшую сторону межличностных отношений. А для ребёнка очень важно знать, что его любят. В любви реализуются его представления о ценностях жизни. Конечно, любить каждого ребёнка — сложно. Но надо хотя бы постараться принять его со всеми недостатками, пороками. От того, примем ли мы его душой или нет, зависит и то, примет ли он нас, а значит, и наши воспитательные воздействия. От нашего принятия детей зависит и их принятие друг друга. Поэтому принять душой любого ребёнка для успеха воспитания необходимо.
3. Забота о ребёнке — физический уход, создание психологического комфорта — защищает его от невзгод жизни и готовит к мудрому восприятию проблем, встающих на жизненном пути, к разумному их решению, создаёт условия для созревания и восстановления сил. Отсутствие заботы приводит к асоциальности ребёнка, к искажённым представлениям о способах совместной жизнедеятельности людей. Взрослый должен защищать человека в каждом ребёнке (В.В. Морозов, 2006).