

УДК 159.923.2-053.6:004.738.5-042.7

© Ю.О. Асєєва, 2020

orcid.org/0000-0003-3086-3993

<https://doi.org/10.33989/2226-4078.2020.2.211910>

АСЄЄВА Юлія Олександрівна

*кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри психіатрії,
наркології та психології Одеського національного медичного університету*

ПРОБЛЕМНІ ПИТАННЯ КЛАСИФІКАЦІЇ КІБЕР-АДИКЦІЙ

Робота містить аналіз науково-теоретичних та науково-емпіричних досліджень щодо проблеми класифікації комп'ютерної залежності, Інтернет-залежності та кібер-адикції. Автор розкриває основні дефініції, надає аналіз різноманітних поглядів науковців щодо симптоматики та існуючих класифікацій кібер-адикції. Розкриває три групи факторів, що визначають адиктивну поведінку: біологічні, соціальні та психологічні. За результатами аналізу надано власні визначення та класифікація кібер-адикції. Методами дослідження були: теоретичний (аналіз та узагальнення соціально-психологічної, медико-психологічної, психолого-педагогічної літератури та міждисциплінарний аналіз. Теоретичний аналіз доступних вітчизняних та зарубіжних наукових досліджень був присвячений розгляду та становленню таких дефініцій як Інтернет залежність, комп'ютерна залежність та кібер-адикції. Узагальнення та міждисциплінарний аналіз соціально-психологічної, медико-психологічної, психолого-педагогічної літератури спрямовано на відображення сучасного стану проблеми класифікації кібер-адикції з позиції міждисциплінарного підходу.

Автором підкреслено, що комп'ютерна залежність, Інтернет-залежність та кібер-адикції, поки що не визнані на офіційному рівні тобто не включені в класифікацію захворювань МКХ-10 і розладів DSM IV, (однак, плануються у майбутніх редакціях даних класифікаторів). Аналіз існуючих наукових надбань надає можливість стверджувати, що на даний час це недостатньо описана нозологія, анамнез та детермінанти даних адикцій, не достатньо чітко виявлені критерії розмежування кібер-адикції, Інтернет-адикцій, комп'ютерних адикцій, ігрової залежності, а деякі нові види кібер-адикцій взагалі ще недостатньо вивчені і невраховані міжнародними класифікаторами хвороб. При цьому процес всевітньої діджиталізації, гаджеталізації та впровадження інтерактивних технологій в життя людини привносить все нові види кібер-адикцій та поступово розширює коло групи ризику, знижуючи вікові критерії. Отже, актуальним питанням на сьогоднішній день залишається визначення тієї межі, коли яскравий, барвистий і захоплюючий світ

кіберпростору з безліччю різних героїв, образів, місць настільки опановує психіку, що переростає в кібер-адикцію.

У роботі автор приходиться до висновку про необхідність розмежування понять кібер-адикції, Інтернет-адикції, комп'ютерних адикцій, надає власну концептуальну модель розмежування видів кібер-адикції.

Ключові слова: нехімічні залежності, комп'ютерна залежність, Інтернет залежність, кібер-адикції, віртуальна реальність, персональний комп'ютер, гаджети.

Постановка проблеми. Під час бурхливого розвитку науково-технічного прогресу стрімко набувають актуальності нові нехімічні залежності: зіпінг (стереотипне бездумне перемикання телеканалів), який з'явився з винаходом телевізійного пульта, шопінг (патологічна пристрасть до непотрібних покупок), накопичення електронних приладів, комп'ютерна залежність, наприклад ігроманія, тощо. Велика кількість явищ та елементарних дій увійшли в процес життєдіяльності людини, як необхідні, щоденні справи, приміром спілкування у соціальних мережах, перегляд фото та відео в Інтернеті, перевірка електронної скриньки тощо. Однак із часом у деяких осіб такі дії трансформувались у тяжку хворобу під назвою «адикція».

Однією із найпоширеніших особистісних проблем сучасної людини є формування психологічної залежності від певних видів активності, що дозволяють їй отримати особливе задоволення, покращити самопочуття, відволіктися від неприємної реальності, проте внаслідок своєї частоти та інтенсивності наносять безпосередню або опосередковану шкоду. За даними чисельних досліджень, що проводяться науковцями у різних країнах та публікуються ЗМІ, третина сучасних молодих людей не уявляє своє життя без Інтернету, комп'ютера, гаджетів та інших електронних девайсів; від 10 % до 20 % користувачів Інтернету перебувають в залежності від спілкування в соціальних мережах; до 70 % людей, в тому числі до 90 % дітей, у розвинених країнах систематично грають в комп'ютерні ігри, при чому кожен десятий з них зустрічається через своє захоплення із суттєвими проблемами в реальному світі (Кемп, 2020).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Першими дослідниками Інтернет-залежності і, фактично, родо-

начальниками нового напрямку в психологічній науці – психології залежності від Інтернету – стали К. Янг та І. Голдберг. Надалі кібер-адикції як феномен залежної поведінки досліджували А. Голдберг, М. Коул, А. Е. Войскунский, О. Н. Арестова, А. В. Худяков, М. С. Кисельова та ін. Незважаючи на те, що ряд дослідників (К. Янг, А. Голдберг, О. К. Тихомиров, А. Е. Войскунский (1990-2001), Dertouzos, 1991; Stock, 1993 та ін.) кібер-адикції і сетеголізм об'єднують в одну групу залежностей, потрібно розрізняти дані форми залежної поведінки оскільки залежність від комп'ютерних ігор можлива і без Інтернету, на що вказують деякі вчені: К. В. Аймедов, Т. Больбот, Л. М. Юр'єва (2001-2010) та ін.

Кібер-адикції як феномен залежної поведінки досліджували О. Н. Арестова, Т. Больбот, А. Е. Войскунского, С. І. Ворошилін, А. Е. Жичкіна, Е. В. Змановская, А. Ю. Єгоров, М. С. Кисельова, Н. В. Коритнікова, Ц. П. Короленко, М. Коул, Е. Мельник, Е. А. Репринцева, А. В. Худяков, М. D Griffiths, S. E. Caplan, K. Young, M. Cole, J. Jacobson та ін.

Завдання дослідження. Вивчити ступінь розробленості проблеми кібер-адикцій в сучасних науково-практичних та теоретико-методологічних джерелах Проаналізувати науково-теоретичний та науково-емпіричні дослідження щодо класифікації кібер-адикцій.

Мета – провести історичний огляд проблеми класифікації Інтернет залежність, комп'ютерної залежності та кібер-адикцій.

Методи дослідження: теоретичний (аналіз та узагальнення соціально-психологічної, медико-психологічної, психолого-педагогічної літератури та міждисциплінарний аналіз. Теоретичний аналіз доступних вітчизняних та зарубіжних наукових досліджень був присвячений розгляду та становленню таких дефініцій як Інтернет залежність, комп'ютерна залежність та кібер-адикції. Узагальнення та міждисциплінарний аналіз соціально-психологічної, медико-психологічної, психолого-педагогічної літератури спрямовано на відображення сучасного стану проблеми класифікації кібер-адикції з позиції міждисциплінарного підходу.

Виклад основного матеріалу дослідження. У перше в науковий обіг поняття «нехімічної» залежності введено британським адиктологом М. Гріффітс (Griffiths, 1996), сьогодні в сучасній адиктології вже закріплено поділ залежностей на дві

глобальні групи: хімічні та нехімічні види адикцій (Аймедов, 2008; Менделевич, 2005; Егоров, 2019).

Ц. П. Короленко і М. В. Дмитрієва (Короленко, Дмитрієва, 2001) відокремлюють наступні види хімічних та нехімічних залежностей:

1. Нехімічні адикції: патологічна схильність до азартних ігор (гемблінг); комп'ютерна адикція; сексуальна адикція (гомосексуалізм, лесбійство, перверсії); роботоголізм; адикція до витрати грошей; адикції стосунків (патологічна звичка до певного типу стосунків); ургентні адикції (звичка перебувати в стані постійної нестачі часу).

2. Проміжні форми адикції: адикція до їжі: а) нервова анорексія F 50.0; б) нервова булімія F 50.2.

3. Хімічні адикції F.10-F19: адикції до алкоголю, тютюну, кофеїну, опіатів, канабіноїдів, галлюциногенів, різних розчинників, транквілізаторів, барбітуратів тощо (Короленко, 1991, с. 8-15).

Нехімічні (поведінкові, емоційні) залежності визначаються об'єктом, яким виступає поведінковий патерн, вид діяльності, при якій виникає азартна поведінка, що є деструктивною або вітальною потребою (Аймедов, 2008). Проблематика нехімічних залежностей не є новою у сучасному світі. Аналіз літературних джерел із питання формування різних видів залежності свідчить про її міждисциплінарний характер, що розглядається у рамках психіатрії, наркології, медичної та вікової, диференційної і спеціальної психології. У класифікації МКХ-10 є також розділ із розладами – звичками і потягами, наприклад патологічний потяг до азартних ігор, підпалів і злочинства тощо.

Сьогодні вже не викликає сумнівів той факт, що залежність може розвинутиись не тільки від вживання психоактивних речовин (ПАР), але й від різних видів діяльності (або потоків інформації), які приносять безпосереднє задоволення та відчуття активації головного мозку і психічної діяльності взагалі (Мельник, 2011).

В даний час виділяють 5 типів комп'ютерної залежності: нав'язливий серфінг (подорож в мережі, пошук інформації по базах даних і пошукових сайтах); пристрасть до онлайн-ових біржових торгів (трейдинг) та азартних ігор; віртуальні знайомства; кіберсекс (захоплення порносайтами); комп'ютерні ігри. (Короленко, 1991; Мельник, 1998, с. 134-159; Иванов, 2013,

с. 80-87; Young, 1999; Griffiths, Kuss, & Billieux, 2019) Сучасний перелік подібних поведінкових адикцій, на думку деяких авторів, налічує більше тисячі різних адиктивних «агентів» (адиктогенів), що призводять до формування нефармакологічних хвороб залежності.

Найбільш відомими та поширеними серед них є: ігроманія, шопінг, гаджет-адикція, зіпінг, колекціонування, проміскуїтет, булімія, анорексія, селфетіс, гемблінг, комп'ютерна залежність, Інтернет-серфінг, фабінг, трудоголізм, надмірні заняття спортом та інші повторювані інформаційно-поведінкові акти, що збігаються із гедоністичними мотивами або покращують самопочуття. Як у випадку із залежністю від наркотиків і алкоголю, нехімічні адикції спричиняють нав'язливі бажання та потреби, послаблення контролю за цим видом діяльності й труднощі, пов'язані з її припиненням. Важливо, що патологічна дія «агенту» адикції продовжується, незважаючи на істотну шкоду для особистості в цілому та її оцінки з боку соціуму.

При більшості нехімічних залежностей можливо помітити, що соціальна деградація з часом все-таки стає відчутною через психологічну ізоляцію адиктів; вони відчувають сором та змушені приховувати особливості своєї поведінки від тих, у кого не спостерігається подібних проблем. Тепер, коли криза цінностей випередила кризу цін і стала домінуючою у житті українського суспільства, особистість не стільки страждає від почуття неповноцінності, скільки від внутрішньої порожнечі та нікчемності. Втрачається самоідентифікація, її місце займає адикція. Людина, що вже не в змозі знайти сенс життя, так само як і вигадати його, тікаючи від почуття втрати смислу, створює або нісенітницю, або суб'єктивний сенс життя. Якщо перше відбувається на соціальній сцені, то друге з'являється в мріях та картинах, викликаних за допомогою психоактивних засобів чи віртуальної реальності – створеної за допомогою соціальної мережі Інтернет (сторінки у «ВКонтакте», «Фейсбуці», «Інстаграм» тощо), рольової гри чи гри в Мережі тощо. При діагностиці комп'ютерної залежності, велике значення надається індивідуальним особливостям емоційного життя майбутніх адиктів.

Також клінічні науковці виділяють психічні та фізичні симптоми залежності. До психічних відносяться: ейфорія та добре самопочуття, неможливість зупинитися і збільшення

кількості часу, проведеного за комп'ютером, нехтування сім'єю і друзями, проблеми з роботою чи навчанням, брехня, відчуття порожнечі, депресія і роздратування поза комп'ютером. Фізичні симптоми проявляються в головних і спинних болях, сухості очей, синдромі карпального каналу (синдром зап'ястного каналу чи карпальний тунельний синдром), розладах сну, нерегулярному харчуванні і нехтуванні особистою гігієною.

Традиційно фактори, що визначають адиктивну поведінку, діляться на біологічні, соціальні та психологічні. До біологічних факторів належать: ступінь початкової толерантності, органічні ураження мозку, обтяження спадковості, хронічні хвороби і природа вживання речовини. Прихильники біологічного підходу, розглядаючи механізми формування залежності вказують на генетичну схильність і індивідуальні відмінності в роботі нейромедіаторних і нейромодуляторних систем. Однак, слід враховувати, що в рамках біологічного підходу увага дослідників спрямована переважно на хімічний вид залежностей.

До групи соціальних факторів, що впливають на формування залежності, входять процеси, що протікають в суспільстві, доступність, ступінь небезпеки, відповідальності, мода, вплив групи, соціальна дезорієнтація у мікросоціальних умовах. Вказуючи на соціальні причини виникнення адиктивної поведінки, необхідно звернути увагу на роль сім'ї в житті адикта. Так В. Д. Москаленком описані деструктивні ролі, які граю батьки в дисфункціональних сім'ях: вибагливий батько який критикує, батько відсторонений, відповідальний батько. Діти в дисфункціональних сім'ях також беруть на себе певні ролі: герой сім'ї, проблемна дитина, втрачена дитина і талісман сім'ї. Спільними особливостями дітей, які виконують всі ці ролі є: душевний біль, страх, сором та вина, що безпосередньо впливає на схильність дитини до залежної поведінки. Гіпер- або гіпоопіка є ще одним із мікросоціальних факторів, що сприяють формуванню невпевненості в собі, соціальній дезорієнтації, страху невдач і в результаті патологічного формування залежності. Особливо, необхідно відзначити стиль виховання батьків, що мають співзалежність, оскільки це одна з основних причин виникнення різних форм залежності у дітей. Група соціальних факторів досить масштабна і різноманітна, але

чільну роль у формуванні залежності все ж слід відвести сім'ї (Москаленко, 2009).

До групи психологічних чинників входять особистісні особливості, тип акцентуації, привабливість виникаючих відчуттів, вироблення гедонічних установок, прагнення до самоствердження, цікавість, наявність психологічних травм в різних періодах життя. Дитячі травми відіграють провідну роль у формуванні залежності. Як зазначає Г. Кристал, повторення ситуації, що травмує в дитинстві призводить до порушення розвитку і переходу в стан апатії та відстороненості, що в майбутньому сприяє формуванню кібер-залежності (Кристал, 2018, с. 80-118).

Ранні травмуючі ситуації призводять до низької афективної толерантності, не здатності подбати про себе і потреби когось в матеріальному світі чи віртуальному. В результаті чого не живий об'єкт може замінити людські стосунки. Саме тому, припинення чи скорочення часу, проведеного в Інтернеті приводить користувача до поганого самопочуття. Воно розвивається в проміжку від декількох днів до місяця. Такий стан може виражатися емоційним і руховим порушенням, тривогою, нав'язливими думками про те, що зараз відбувається в Інтернеті, фантазіями і мріями про Інтернет, довільними чи мимовільними рухами пальців, що нагадують друкування на клавіатурі. Такі емоційні зміни, що відбуваються з людиною, яка намагається відмовитися чи скоротити час перебування в мережі, вказують на її психологічну залежність від Інтернету і психіатрами називається «синдром відміни» чи «абстинентний синдром».

Однак існує і низка науковців, які вважають, що відносити патологічне використання Інтернету до класу самостійних захворювань взагалі не правомірно. Так, К. Мітчел (Mitchell, 2000) ставить під сумнів питання про можливість виділення окремого діагнозу для Інтернет-залежності, тому що до теперішнього моменту немає підтверджених даних про те, чи носить поява симптомів патологічного використання Інтернет первинний характер, або ж виникнення залежної поведінки провокуються іншими психічними захворюваннями, які полягають в його основі, наприклад депресією. При спробі виділення Інтернет-залежності як самостійного захворювання так само найбільше протиріччя серед дослідників викликає

питання про те, чи є Інтернет сам по собі адиктивним агентом, або ж він є посередником для реалізації інших залежностей.

Х. Шаффер, М. Хол і Б. Вандер (Shaffer, Hall, & Vander Bilt, 2000) стверджують вірність одночасно двох положень, коли Інтернет виступає як засіб досягнення адиктивної контенту при сформованій адикції, так і допускають існування самостійної форми залежності від Інтернету. Подібну думку висловлює і М. Гріффітс (Griffiths, Kuss, & Billieux, 2019) – велика частина тих, хто надмірно застосовує Інтернет, не є залежними безпосередньо від Інтернету, для них Інтернет – це свого роду живильне середовище для підтримки інших залежностей.

Слід розрізняти залежність безпосередньо від Інтернету і залежності, пов'язані із застосуваннями Інтернету. Для багатьох адиктивів Інтернет – це не більше ніж місце, в якому вони здійснюють реалізацію своєї улюбленої (адиктивної) поведінки. У той же час в ряді досліджень, відзначає М. Гріффітс (Griffiths, Kuss, & Billieux, 2019), виявляється й залежність безпосередньо від Інтернету. Велика частина таких індивідуумів користуються тими функціями Інтернету, які відсутні поза цим середовищем – наприклад, сервісами чатів або різноманітними рольовими іграми. Тому, якщо залежність від Інтернету і існує насправді, то вона торкнулася не більше ніж відносно невеликого відсотка користувачів Інтернету.

Очевидно лише, що необхідна подальша дослідницька робота в даній області, і цілком може статися, що значну її частину виконають фахівці різноманітних галузей.

Інший дослідник Д. Морахан-Мартін (Morahan-Martin, 2009) зазначає, що зайве застосування Інтернету (Internet Abuse) – тема багато в чому суперечлива. Для вивчення зайвого застосування Інтернету фахівцями розроблені незбіжні між собою критерії, використовується різна термінологія. З великого числа запропонованих вимірювальних шкал жодна з них не може вважатися універсальною і лише деякі психометрично валідизовані (Малигін, Феклісов, Іскандірова та ін., 2011).

Сьогодні кібер-адикція є найпоширенішою формою техногенної адиктивної особистісної реалізації, що не дивно при нинішньому рівні розвитку і достатку продуктів гейм-індустрії. Так Худяков О. В., Урсу О. В. та Старченкова Г. М. вважають специфічним для кібер-адикції «занурення в змінений стан свідомості, що створює умови для виникнення сильних

емоційних реакцій на події які відбуваються по ту сторону екрану» (Худяков, Урсу, & Старченкова, 2015).

Ми пропонуємо розмежовувати поняття Інтернет-залежності та кібер-адикцій. Під *Інтернет-залежністю* (Інтернет-адикція) ми пропонуємо розуміти, вид нехімічної залежності, який трактується, як психічно-поведінковий розлад, що виражається в нав'язливому чи компульсивному бажанні постійно перебувати в режимі on-line, викликаючи порушення нормального процесу життєдіяльності, а неможливість перебування в режимі on-line призводить до змін емоційного стану й спричиняє негативні зміни в когнітивній, поведінковій та афективній сферах особистості.

Під *кібер-адикцією*, пропонуємо розуміти вид нехімічної залежності, який виражається в психічному розладі спричиненому нав'язливим бажанням постійно знаходитись у віртуальній реальності, проживати й реалізовуватись у кіберпросторі за допомогою використання гаджетів чи електронних девайсів незважаючи на руйнування матеріально-соціальної реальності, негативних наслідків для здоров'я і для процесу життєдіяльності взагалі.

На період сьогодення виділені наступні підтипи кібер-адикцій: адиктивний Інтернет-серфінг (web-серфінг), кіберсекс (кіберсексуальна адикція), фабінг, віртуальні знайомства, пристрась до азартних онлайн-ігор (кібернетична лудоманія, online-лудоманія), нав'язлива потреба перебування в мережі Інтернет (Інтернет-адикція, Інтернет залежність), гаджет-адикції, аудіо/відео адикція, телевізійна адикція, online-гемблінг, патологічне online-читання (pathological reading online), кібероніоманія, селфітіс (чи селфізм).

Розглянемо деякі з них детальніше. Наприклад, пристрась до азартних онлайн-ігор (кібернетична лудоманія, online-лудоманія) патологічна схильність до азартних ігор у віртуальних казино.

Online-гемблінг – це гіперзахопленість індивідуальними та/або мережевими онлайн-ігорамі.

Патологічна залежність від віртуальних знайомств передбачає гіперзахопленість соціальними мережами, сайтами знайомств з метою встановлення нових контактів у кіберпросторі та примірювання нових «образів-Я» й створення нових власних сторінок.

Кіберсекс (кіберсексуальна адикція) – непереборний потяг до обговорення сексуальних тем на еротичних чатах, відвідування порнографічних сайтів і заняття кіберсексом.

Патологічне online-читання (pathological reading online) – це гіперзахопленість читанням як в онлайн режимі (online-книги) так і закачених книжок на гаджет чи інший електронний девайс. Сучасні online-книги передбачають можливість читача ставати співавтором змінюючи сюжет книги завдяки відповідям чи діям героїв, передбачають отримання винагород для відкриття нових глав книги, встановлюють часові рамки для отримання бонусів, тобто читання online-книги стає захоплюючою грою із різноманітними сюжетами, що поступово затягує особистість у кіберпростір.

Аудіо / відео адикція – прослуховування музики на аудіоплеєрі, чи перегляд відео кліпів на гаджеті чи іншому електронному девайсі.

Кібероніоманія – це прагнення робити нові покупки в Інтернет-магазинах, без необхідності їхнього придбання й обліку власних фінансових можливостей, нав'язлива участь в Інтернет-аукціонах.

Гаджет-адикція – пристрасть до володіння конкретним мобільним приладом чи електронним девайсом (ноутбук, смартфон, iPhone, iPad тощо), який має вихід в Інтернет і неконтрольоване бажання постійного використання даного гаджета.

Активний Інтернет-серфінг (веб-серфінг, web- surfing) (від англійського «surfing» – катання по хвилях) – патологічна пристрасть до постійного, поверхового блукання по веб-сайтах. В загалі, веб-серфінг один з різновидів використання Інтернету, що представляє собою багаторазовий перехід по посиланнях з одних веб-сторінок інтернет-сайтів на інші. Веб-серфінг не вимагає ні спеціальних знань, ні будь-яких професійних навичок. Досить просто переходити на сайти, клікати на посиланнях, виконувати завдання, залучати нових користувачів, брати участь в партнерських програмах тощо.

Відносно новим видом кібер-адикції є фабінг (англ. phubbing, від phone – телефон + snubbing – зневажливе ставлення) – шкідлива звичка часто відволікатися на мобільний телефон під час бесіди з ким-небудь. Щоб дослідити нове соціальне явище, проведено дослідження звичок 453-х американців.

Опитувані пройшли ряд психологічних тестів на теми спілкування з партнером, задоволеності відносинами, життям, наявності депресії, конфліктів.

Аналізуючи дані, дослідники виявили, що майже половина учасників дослідження 46,3 %, повідомили, що їх партнери залежні від «фабінга». Майже чверть 22,6 %, заявили, «фабінг» викликає конфлікти у їхніх стосунках. І більше третини 36,6 %, повідомили, що періодично відчують почуття депресії. І тільки менше третини опитаних 32 %, заявили, що дуже задоволені своїми стосунками але фабінг вони також не виключали.

Важливо також відзначити такий вид залежності як «селфетіс», селфі (англ. selfie) – це різновид автопортрету, який полягає в «закарбуванні» себе на фотокамеру. Найчастіше з відстані витягнутої руки, тому зображення на фото має характерний ракурс – під кутом, трохи вище або нижче голови. Звичка фотографувати самого себе, щоб потім «запостити» знімки в «Фейсбук», «Інстаграм» або «ВКонтакте» чи інші соцмережі, в останні роки охопила весь світ. «Селфітіс» стало таким глобальним явищем, що потребує розгляду його як психічного розладу у Міжнародній класифікації хвороб МКХ-11. У разі такої офіційної класифікації «комп'ютерної залежності» такий діагноз зможуть ставити залежним від «селфітіс», онлайн-ігор, SMS і соцмереж.

«Селфітіс» (залежність від селфі) може досліджуватись, як один із видів нехімічних залежностей – залежність від соцмереж і онлайн ігор. Поняття «селфі» з'явилося у вересні 2002 року на австралійському Інтернет-форумі ABC Online та на сайтах Flickr і MySpace. Однак найбільшого розповсюдження він набув ближче до 2012 року: його часто стали використовувати в ЗМІ, на форумах, в чатах, соціальних мережах тощо. В серпні 2013-го у Великобританії вийшла серія фільмів під назвою «Think fluencer», присвячених дослідженням впливу селфі. А в листопаді цього ж року авторами Оксфордського словника англійської мови селфі було визнано словом року. Поштовхом до розповсюженості селфі стало стрімке зростання та розповсюдження нового додатку «Instagram», яке було спрямовано на викладування в мережі власних фото в стилі ретро.

У сучасній публіцистиці останнім часом починає розповсюджуватись термін, який описує самозакоханих молодих людей – «generation MeMeMe» чи «покоління селфі», а надмірне захоплення самофотографуванням та викладенням в фото у соціальні мережі – трактують як селфізм (Selfieism). Тобто з'являється нова тенденція, нове покоління яке осмислює світ через призму самолюбівання у соцмережі. Спираючись на роботи Жака Лакана, який вказував на те, що в процесі дорослішання та становлення власної ідентичності кожна людина проходить так звану «стадію дзеркала» у віці 6-18 місяців, однак, те що даний процес «самовідкриття» бурхливо відображається в дорослих людей викликає певну занепокоєність і ставить питання про наявність адикції та відокремлення критеріїв її виявлення. Гостро постає питання про необхідність виявлення факторів залежності та розуміння, наслідків для здоров'я. А на наступному етапі слід розробити методичні рекомендації щодо виявлення та лікування даного кола залежностей. При цьому до дослідження повинні бути залучені не тільки соціологи та психологи, а й лікарі, психіатри.

Можна виокремити декілька умовних рівнів «селфітіс»:

- прикордонний етап коли особистість фотографує себе і викладає своє фото 1 рази на добу;
- початково-адиктивний селфітіс – фотографування себе 1-3 рази на добу;
- акцентований селфітіс – потреба у фотографуванні себе 3 рази на добу та викладені фото у соцмережах;
- патологічний селфітіс – гостра потреба у фотографуванні мінімум 5 разів на добу та викладення фото у соцмережах.

Викладення фото у соцмережах орієнтовано на пошук схвалення з боку соціуму, завдяки наявності «лайків», «коментарів» чи «перепостів», ілюзорно задовольняється потреба у визнанні, хоча це визнання знаходиться лише у віртуальній реальності. При цьому не береться в увагу те що таке визнання не є реальним, фото редагуються та створюються у відповідності з віянням моди та запитів віртуального світу, з'являється бажана «оболонковість», яка не має змістовного наповнення, сучасне покоління не може знайти й сформувати адекватний «образ-Я», що призводить до внутрішніх конфліктів на тлі яких виникають різноманітні патологічні стани.

Саме тому, проблема кібер-адикції її вплив на соціально-психологічні аспекти здоров'я молоді, набула особливої актуальності в даний час, оскільки основну частину залежних складають підлітки і молодь. Сучасний підліток знаходиться в групі ризику, завдяки специфічній ситуації розвитку, яка є сензитивним періодом для формування адиктивних патернів поведінки.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Таким чином, проаналізувавши доступні наукові надбання щодо дефініцій та класифікації кібер-адикцій можливо запропонувати наступний розподіл їх видів. Слід зазначити, що кібер-адикції є одним із видів нехімічної залежності. В залежності від способу відходу від реальності можливо відокремити її підвиди:

- *Комп'ютерна залежність* – це вид нехімічної залежності, який виражається в нав'язливому бажанні постійно використовувати персональний комп'ютер (ПК) незважаючи на негативний вплив на фізичне та психічне здоров'я, руйнування реальних соціальних стосунків, а при неможливості його використання виникають зміни в емоційно-вольовій сфері особистості.

- *Інтернет-адикція* (Інтернет-залежність) – це вид нехімічної залежності, який трактується, як психічно-поведінковий розлад, що виражається в нав'язливому чи компульсивному бажанні постійно перебувати в режимі online, викликаючи порушення нормального процесу життєдіяльності, а неможливість перебування в режимі online призводить до змін емоційного стану й спричиняє негативні зміни в когнітивній, поведінковій та афективній сферах особистості.

- *Гаджет-адикція* – це вид нехімічної залежності, який виражається у відслідковуванні нових версій мобільних чи гаджет пристроїв на ринку, в гіперболізованій потребі володіння певною моделлю (ноутбука, смартфона, iPhone, iPad чи іншого електронного девайса) і неконтрольованому бажанні постійного використання даного гаджета.

У залежності від агенту адикції (тобто від спрямованості задоволення патологічної потреби) можливо відокремити наступні підвиди кібер-адикцій: адиктивний Інтернет-серфінг (веб-серфінг, web-surfing), аудіо/відео адикція, гаджет-адикція, кібероніomanія, кіберсекс (кіберсексуальна адикція), кібернетична лудоманія (online-лудоманія), online-гемблінг,

патологічна залежність від віртуальних знайомств, патологічне online-читання (pathological reading online), селфізм (чи селфізм), фабінг.

Слід також зауважити, що незважаючи на все різноманіття робіт, присвячених проблемам кібер-адикції, комп'ютерної залежності, Інтернет-залежності, гаджет-адикції на сьогоднішній день немає однозначної відповіді чи є комп'ютерна гра, Інтернет, гаджети та інші електронні девайси об'єктом адиктивної поведінки або ж все це є альтернативним соціалізуючим середовищем для сучасної особистості. Досі недостатньо досліджено вплив комп'ютера, Інтернету, гаджетів та інших електронних девайсів на фізичне та психічне здоров'я особистості.

Альтернативна реальність затягує вседозволеністю і анонімністю, дозволяючи піти від насущних проблем в найбільш привабливий альтернативний світ кіберпростору. Занурюючись у віртуальний світ особистість все більше часу проводить за комп'ютером, гаджетами та іншими електронними девайсами віддаляючись від реальності, сім'ї та друзів, нехтуючи елементарними правилами гігієни і здорового способу життя, отримуючи натомість сурогат, який сприяє максимальному ескапізму та ілюзорному задоволенню потреб. Збільшення часу, проведеного у віртуальному світі сприяє акумулюванню проблем в об'єктивному, вже не привабливому для особистості світі і знову штовхає її в імерсивну реальність, що веде до ще більшої депривації і залежності.

Проблема кібер-адикції є актуальною, полінауковою та відносно молодою проблемою, що визначає необхідність її подальшого вивчення як на теоретичному так і на емпіричному рівнях.

Список використаних джерел

- Аймедов К. В., Жогно Ю. П. Клинико-психологические аспекты коморбидных расстройств аддиктивного спектра. *Таврический журнал психиатрии*. 2008. Т.12, № 1 (42). С. 4–8.
- Большот Т. Ю. Фактори ризику розвитку компютерної залежності в осіб молодого віку. *Укр. вісн. психоневрології*. 2004. Т. 12, № 4. С. 75–80.
- Егоров А. Ю. Нехимические зависимости – «фейк-диагнозы» или все-таки расстройства? *Неврологический вестник*. 2019. Т. 2, № 1. С. 38–43.

- Жукова М. В. Компьютерная зависимость как один из видов аддиктивной реализации. *Вестн. Челябинского гос. пед. ун-та*. 2013. № 11. С. 120–129.
- Иванов М. С. Личностные предпосылки формирования игровой компьютерной аддикции. *Вестн. Моск. гос. областного ун-та. Психол. науки*. 2013. Т. 1. С. 80–87.
- Короленко Ц. П. Аддиктивное поведение, общая характеристика и закономерности развития. *Обзор психиатрии и мед. психологии*. 1991. № 3. С. 8–15.
- Короленко Ц. П., Дмитриева Н. В. Психосоциальная аддиктология. Новосибирск : Олсиб, 2001. 251 с.
- Кристал Г. Нарушение эмоционального развития при аддиктивном поведении. *Психология и лечение зависимого поведения*. Москва : Независимая фирма «Класс», 2018. С. 80–118.
- Малыгин В. Л., Феклисов К. А., Искандирова А. С., Антоненко А. А., Смирнова Е. А. Интернет-зависимое поведение. Критерии и методы диагностики : учеб. пособ. Москва : МГМСУ, 2011. 32 с.
- Мельник В. О. Аналіз сучасного стану психічних та поведінкових розладів пов'язаних з патологічним використанням комп'ютеру та Інтернет-мережі. *Психічне здоров'я*. 2011. № 1 (30). С. 22–25.
- Мельник Э. В. О природе болезней зависимости: (алкоголизм, наркомания, «компьютеромания» и др.). Одесса : Град, 1998. 398 с.
- Менделевич В. Д. Психология девиантного поведения : учеб. пособ. для вузов. Санкт-Петербург : Речь, 2005. 445 с.
- Москаленко В. Д. Зависимость: семейная болезнь. Москва : Персэ, 2009. 352 с.
- Худяков А. В., Урсу А. В., Старченкова А. М. Компьютерная игровая зависимость, клиника, динамика и эпидемиология. *Медицинская психология в России : электрон. науч. журн*. 2015. № 4 (33). С. 10. URL: http://mprj.ru/archiv_global/2015_4_33/nomer03.php
- Griffiths M. D. Internet «addiction»: an issue for clinical psychology? *Clin. Psychology Forum*. 1996. № 5 (97). P. 32–36.
- Griffiths M. D., Kuss D. J., Billieux J. The evolution of Internet addiction: A global perspective. *Addictive Behaviors*. 2016. № 53. P. 193–195. doi:10.1016/j.addbeh.2015.11.001
- Kemp S. Digital 2020: 3.8 billion people use social media. *Wearesocial and Hootsuite*. 2020. URL: <https://wearesocial.com/blog/2020/01/digital-2020-3-8-billion-people-use-social-media>.
- Mitchell P. Internet addiction: genuine diagnosis or not. *Lancet*. 2000. № 355 (9204). P. 632. doi: 10.1016/S0140-6736(05)72500-9

- Morahan-Martin J. Internet abuse: Emerging trends and lingering questions. *Psychological aspects of Cyberspace: Theory, research and applications*. Cambridge University Press, 2018. P. 32–69.
- Shaffer H. J., Hall M. N., Vander Bilt J. «Computer Addiction»: A Critical Consideration. *Am J Orthopsychiatry*. 2000. № 70 (2). P. 162–168. doi: <https://doi.org/10.1037/h0087741>
- Young K. Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber. Psychol. Behavior*. 1999. № 1. P. 237–244.

References

- Ajmedov, K. V., & Zhogno, Yu. P. (2008). Kliniko-psihologicheskie aspekty komorbidnyh rasstrojstv addiktivnogo spektra [Clinical and psychological aspects of addiction spectrum comorbid disorders]. *Tavricheskij zhurnal psichiatrii [Taurida Journal of Psychiatry]*, 12, 1 (42), 4-8 [in Ukrainian].
- Bolbot, T. Yu. (2004). Faktory ryzyku rozvytku kompiuternoї zalezhnosti v ocib molodoho viku [Risk factors for computer addiction at a young age]. *Ukr. Visnik Psihonevrolohii [Ukr. Bulletin of Psychoneurology]*, 12(4), 75-80 [in Ukrainian].
- Egorov, A. Ju. (2019). Nehimicheskie zavisimosti – «fejĳk-diagnozy» ili vse-taki rasstrojstva? [Non-chemical addictions – “fake diagnoses” or disorders after all ?]. *Nevrologicheskij vestnik [Neurological Bulletin]*, 2(1), 38-43 [in Russian].
- Griffiths, M. D. (1996). Internet «addiction»: an issue for clinical psychology? *Clin. Psychology Forum*. 5(97), 32-36.
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J., & Billieux, J. (2016). The evolution of Internet addiction: A global perspective. *Addictive Behaviors*, 53, 193-195. doi:10.1016/j.addbeh.2015.11.001
- Hudjakov, A. V., Ursu, A. V., & Starchenkova, A. M. (2015). Komp'juternaja igrovaja zavisimost', klinika, dinamika i jepidemiologija [Computer game addiction, clinic, dynamics and epidemiology]. *Medicinskaja psihologija v Rossii: ielektron. nauch. zhurn [Medical Psychology in Russia: electron. scientific journal]*, 4 (33), 10. Retrieved from http://mprj.ru/archiv_global/2015_4_33/nomer03.php [in Russian].
- Ivanov, M. S. (2013). Lichnostny'e predposylki formirovaniya igrovoj komp'yuternoj addikcii [Personal prerequisites for the formation of gaming computer addiction]. *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo un-ta. Psikhologicheskie nauki [Bulletin of the Moscow State Regional University. Psychological sciences]*, 1, 80-87 [in Russian].
- Kemp, S. (2020). Digital 2020: 3.8 billion people use social media. *Wearesocial and Hootsuite*. Retrieved from <https://wearesocial.com/blog/2020/01/digital-2020-3-8-billion-people-use-social-media>.
- Korolenko, C. P. (1991). Addiktivnoe povedenie, obshhaya kharakteristika i zakonmernosti razvitiya [Addictive behavior, general characteristics and patterns of development]. *Obzor psichiatrii i*

- med.psihologii [Review of Psychiatry and Medical Psychology]*, 3, 8-15 [in Russian].
- Korolenko, C. P., & Dmitrieva, N. V. (2001). *Psihosocial'naja addiktologija [Psychosocial Addictology]*. Novosibirsk: Olsib [in Russian].
- Kristal, G. (2018). Narushenie jemocional'nogo razvitija pri addiktivnom povedenii [Violation of emotional development in addictive behavior]. *Psihologija i lechenie zavisimogo povedenija [Psychology and treatment of addictive behavior]* (pp. 80-118). Moskva: Independent firm "Class" [in Russian].
- Malygin, V. L., Feklisov, K. A., Iskandirova, A. S., Antonenko, A. A., & Smirnova, E. A. (2011). «Internet-zavisimoe povedenie Kriterii i metody diagnostiki»[«Internet addicted behavior. Criteria and methods of diagnosis»]. Moscow: MGMSU [in Russian].
- Mel'nik, Je. V. (1998). *O prirode boleznej zavisimosti: (alkogolizm, narkomaniya, «komp'yuteromaniya» i dr.) [About the nature of addiction diseases: (alcoholism, drug addiction, "computer addiction", etc.)]*. Odessa: Grad [in Ukrainian].
- Melnyk, V. O. (2011). Analiz suchasnoho stanu psykhičnykh ta povedinkovykh rozladiv pov'iazanykh z patolohičnym vykorystanniam komp'juteru ta Internet-merezhi [Analysis of the current state of mental and behavioral disorders associated with the pathological use of computers and the Internet]. *Psykhične zdorov'ia [Mental Health]*, 1 (30), 22-25 [in Ukrainian].
- Mendelevich, V. D. (2005). *Psihologija deviantnogo povedenija [Psychology of deviant behavior]*. St. Petersburg: Speech [in Russian].
- Mitchell, P. (2000). Internet addiction: genuine diagnosis or not. *Lancet*, 355(9204), 632.doi: 10.1016/S0140-6736(05)72500-9
- Morahan-Martin, J. (2018) Internet abuse: Emerging trends and lingering questions. *Psychological aspects of Cyberspace: Theory, research and applications* (pp. 32-69). Cambridge University Press.
- Moskalenko, V. D. (2009). *Zavisimost': semejnaja bolezni' [Dependence: familial disease]*. Moskva: Persje [in Russian].
- Shaffer, H. J., Hall, M. N., & Vander Bilt, J. (2000). «Computer Addiction»: A Critical Consideration. *Am J Orthopsychiatry*, 70(2), 162-168. doi: 10.1037/h0087741.
- Young, K. (1999). Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber. Psychol. Behavior*, 1, 237-244.
- Zhukova, M. V. (2018). Komp'juternaja zavisimost' kak odin iz vidov addiktivnoj realizacii [Computer addiction as one of the types of addictive implementation]. *Vestnik Cheljabinskogo gosudarstvennogo pedagogičeskogo universiteta*, 11, 120-129 [in Russian].

Yu. Asieieva

PROBLEM QUESTIONS OF CYBER-ADDICTIONS CLASSIFICATION

The paper contains an analysis of scientific-theoretical and scientific-empirical research on the problem of classification of computer addiction, Internet addiction and cyber-addiction. The author reveals the basic definitions, provides an analysis of various views of scientists on the symptoms and existing classifications of cyber-addictions. Reveals three groups of factors that determine addictive behavior: biological, social and psychological. According to the results of the analysis, own definitions and classification of cyber-addictions are given. The research methods were: theoretical analysis and generalization of socio-psychological, medical-psychological, psychological-pedagogical literature and interdisciplinary analysis. Theoretical analysis of available domestic and foreign research was devoted to the consideration and formation of such definitions as Internet addiction, computer addiction and cyber. Generalization and interdisciplinary analysis of socio-psychological, medical-psychological, psychological-pedagogical literature is aimed at reflecting the current state of the problem of classification of cyber-addiction from the standpoint of an interdisciplinary approach.

The author emphasizes that computer addiction, Internet addiction and cyber addiction are not yet officially recognized, ie not included in the classification of ICD-10 diseases and DSM IV disorders (however, are planned in future editions of these classifiers). The analysis of existing scientific achievements makes it possible to state that at present the nosology, anamnesis and determinants of these addictions are not sufficiently described, the criteria for distinguishing cyber-addiction, Internet addictions, computer addictions, game addiction, and some new types of cyber are not clearly defined. -addictions in general are still insufficiently studied and not taken into account by international classifiers of diseases. At the same time, the process of global digitalization, gadgetization and implementation of interactive technologies in human life brings new types of cyber-addictions and gradually expands the range of risk groups, lowering the age criteria. Thus, the current issue remains the definition of the boundary when the bright, colorful and fascinating world of cyberspace with many different characters, images, places so masters the psyche that it grows into cyber-addiction.

The author concludes that it is necessary to distinguish between the concepts of cyber-addiction, Internet addictions, computer addictions, provides his own conceptual model for distinguishing between types of cyber-addictions.

Key words: *non-chemical addictions, computer addiction, Internet addiction, cyber-addictions, virtual reality, personal computer, gadgets.*

Надійшла до редакції 15.06.2020 р.