

На правах рукописи

Меркурьева Юлия Александровна

**ДИФФЕРЕНЦИРОВАННАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ
РАССТРОЙСТВ ПРИВЫЧЕК И ВЛЕЧЕНИЙ В ФОРМЕ ИНТЕРНЕТ-
ЗАВИСИМОСТИ У ПОДРОСТКОВ**

19.00.04 – «Медицинская психология» (медицинские науки)

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой
степени кандидата медицинских наук

Москва – 2022

Работа выполнена в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Московский государственный медико-стоматологический университет имени А.И. Евдокимова» Министерства здравоохранения Российской Федерации

Научный руководитель:

доктор медицинских наук, профессор

Малыгин Владимир Леонидович

Официальные оппоненты:

Гречаний Северин Вячеславович – доктор медицинских наук, доцент, федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, кафедра психиатрии и наркологии, заведующий кафедрой.

Николаев Евгений Львович – доктор медицинских наук, профессор, федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Чувашский государственный университет имени И. Н. Ульянова» Министерства науки и высшего образования Российской Федерации, кафедра социальной и клинической психологии факультета управления и социальных технологий, заведующий кафедрой.

Ведущая организация:

Федеральное государственное бюджетное учреждение «Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и неврологии имени В. М. Бехтерева»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Защита диссертации состоится 01 июня 2022 года в 11 часов на заседании диссертационного совета Д208.041.05 при ФГБОУ ВО «Московский государственный медико-стоматологический университет имени А.И. Евдокимова» Минздрава России, по адресу: 114419, г. Москва, ул. Донская, д.43

Почтовый адрес: 127473, г. Москва, ул. Делегатская, д. 20, стр. 1

С диссертацией можно ознакомиться в научной библиотеке ФГБОУ ВО МГМСУ имени А.И. Евдокимова Минздрава России по адресу: 127206, г. Москва, ул. Вучетича, д. 10а и на сайте <http://dissov.msmsu.ru>

Автореферат разослан «_____» _____ 2022 года

Ученый секретарь диссертационного совета,
кандидат медицинских наук,
доцент

Гаджиева Уммурайзат Хизриевна

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность и степень разработанности темы исследования

По данным опросов ВЦИОМ (Всероссийского центра изучения общественного мнения) активными пользователями социальных сетей являются 90% подростков в возрасте 13–18 лет и 53% взрослых. При этом признаки интернет-зависимости среди подростков отметили 83% респондентов. Статистические данные свидетельствуют скорее о доступности интернет-ресурсов и закономерной озабоченности злоупотреблением ими молодых людей, чем о распространенности интернет-зависимости как расстройства влечений. Тем не менее, именно в подростковом возрасте наблюдается пик использования интернета, который плавно снижается к возрасту 25–30 лет. Согласно данным достоверных научных исследований, основанных на стандартизированных психометрических методах и репрезентативных выборках (объем выборки от 3000 до 89000), распространенность симптомов интернет-зависимости среди подростков и молодых людей колеблется от 3,7% до 10,0% (Griffiths M.D., 2013; Kuss D.J. et.al., 2013; Cheng C. et al., 2014; Pan Y.C., Chiu Y.C., 2020). В российских исследованиях распространенность расстройства привычек и влечений в форме интернет-зависимости оценивается от 4,25% до 22,6%. (Кардашьян Р.А., 2018; Кибитов А.О., Трусова А. В., 2019; Егоров А. Ю., 2020). По данным В. Л. Малыгина, Н.С. Хомерики (2014) распространенность интернет-зависимости среди московских школьников на период 2013–2014 г. составляла 4,25 %. Следует отметить, что подростки в целом относятся к группе риска развития расстройств влечений и зависимостей. Формирование интернет-зависимости у них сопровождается обострением течения возрастного кризиса, а последствия проявляются в виде значительной социальной дезадаптации: снижением мотивации к учебе, затруднениями в приобретении профессии, реализации трудовой деятельности, неудачами в межличностных отношениях, неспособностью к созданию партнерских и семейных отношений. Выраженная степень влияния расстройства влечений в форме интернет-зависимости на социальную адаптацию и дисгармоничное формирование личности в подростковом возрасте позволяют говорить о высокой значимости данного расстройства для социума. Задачи терапии и профилактики данного расстройства потребуют серьезных организационных и финансовых затрат, сопоставимых с затратами на лечение таких расстройств как депрессия, шизофрения и др. Актуальность

проблемы интернет-зависимости подчеркивает включение ее (в виде зависимости от игр онлайн) в Международную классификацию болезней 11 пересмотра (МКБ 11), что определяет нозологическую принадлежность интернет-аддикций, как болезненного расстройства, хотя и ставит перед исследователями дополнительные вопросы о критериях диагностики, отнесении к группе расстройств и определенной рубрике, этиологии, подходах к терапии и др.

Цель исследования. Изучить личностно-психологические особенности подростков, способствующие формированию интернет-зависимости и разработать дифференцированную модель психологической коррекции расстройства привычек и влечений в форме интернет-зависимости у подростков.

Задачи исследования

- 1) Изучить распространенность и выраженность симптомов интернет-зависимости у подростков
- 2) Исследовать симптомы психических нарушений, сопровождающих интернет – зависимость у подростков
- 3) Исследовать особенности личностных свойств, характерологических черт и специфических нейропсихологических нарушений подростков с интернет-зависимостью
- 4) Исследовать особенности социально-психологической адаптации подростков с интернет-зависимостью
- 5) Выявить и описать различные варианты психологических механизмов формирования интернет-зависимости у подростков
- 6) Определить ведущие личностно-характерологические и нейропсихологические факторы риска формирования интернет-зависимости у подростков
- 7) На основе полученных данных разработать дифференцированную программу психологической коррекции интернет-зависимости у подростков
- 8) Провести оценку эффективности разработанной программы коррекции интернет-зависимости у подростков.

Научная новизна исследования

Впервые были выявлены и описаны психологические варианты формирования интернет-зависимости у подростков. Определены группы переменных, обладающих прогностической ценностью в отношении риска формирования интернет-зависимости. Выделены нейропсихологические и характерологические предикторы, определяющие различные психологические механизмы возникновения интернет-зависимости в

подростковом возрасте. Определены цели-мишени психологической коррекции интернет-аддикции у подростков, основанные на ведущих факторах, участвующих в формировании различных вариантов аддиктивного цикла. Впервые разработана дифференцированная программа психологической коррекции интернет-зависимости у подростков, основанная на ведущих нейропсихологических факторах, участвующих в формировании интернет-зависимости, проведена оценка ее эффективности.

Теоретическая и практическая значимость работы

Данные о роли различных индивидуально-психологических особенностей в формировании интернет-зависимости, а также протективных факторов у условно здоровых лиц, вносят вклад в решение проблемы понимания интернет-зависимости как феномена, механизмов ее формирования и нозологической принадлежности расстройства. Определение роли индивидуально-психологических характеристик в формировании различных форм интернет-зависимости определяет методологию психологических исследований подростков с интернет-зависимостью при решении задач по оказанию дальнейшей психотерапевтической, психокоррекционной помощи подросткам.

Методология и методы исследования

Для выявления особенностей индивидуально-психологических свойств интернет-зависимых подростков и оценки выраженности симптомов расстройства нами было проведено исследование 1108 подростков- учащихся старших классов школ г. Москвы и Подмосковья (Физико-математический Лицей №1581, ГОУ СОШ №1, №4 г. Звенигород, ГОУ СОШ №1948, ГОУ СОШ №1230, МБОУ Одинцовская гимназия №13), с применением клинико-психологических, аналитических, психодиагностических и статистических методов. Также разработана программа коррекции интернет-зависимости и проведен анализ ее эффективности.

Основные положения, выносимые на защиту

1. Возникновение интернет-аддикции у подростков носит многофакторный характер. Важными звеньями психологического механизма формирования интернет-зависимости являются нейропсихологические нарушения, незрелость эмоционального интеллекта, выраженность акцентуированных черт характера,

высокий индекс симптоматического дистресса и межличностной сенситивности, низкий уровень социальной адаптации.

2. Имеются различные психологические механизмы формирования интернет-зависимости у подростков: подростки с нейропсихологическими нарушениями используют ресурсы интернет для внешнего обеспечения активации, коррекции внимания и регуляции деятельности. Подростки с преобладанием акцентуированных черт характера используют интернет-среду для реализации своей гедонистической направленности.

3. Различия психологических механизмов формирования интернет-зависимости у подростков предполагают дифференцированность подходов к психокоррекции интернет-аддикции, где целями-мишенями психокоррекции являются ведущие факторы, участвующие в формировании различных вариантов аддиктивного цикла.

Внедрение результатов исследования в практику

Результаты диссертационного исследования использованы в образовательной деятельности при обучении специалистов в ФГБОУ ВО «Московский государственный медико-стоматологический университет имен А. И. Евдокимова», в практической деятельности в Центре психотерапии ООО «Медикас», а также в МНПЦ наркологии, клинический филиал №1.

Степень достоверности и апробация результатов

Результаты диссертационной работы были апробированы на всероссийских и международных конференциях: на научно-практической конференции с международным участием: Москва, 2018; Москва, 2019; Warsaw, Poland, 2019; Санкт-Петербург, 2019; Москва, 2020; Москва, 2020; Москва, 2020; Warsaw, Poland, 2020; Санкт-Петербург, 2020; Москва, 2020; Москва, 2020.

Личный вклад автора. Автор лично участвовал в разработке дизайна и осуществлении программы исследования, разработке комплекса методов психологической коррекции и психодиагностики в целях дифференциации ведущих факторов формирования интернет-зависимости у подростков, а также реализовал разработанную программу коррекции. Автором самостоятельно проведено клинико-психологическое, психометрическое обследование и коррекция расстройства влечений в форме интернет-зависимости у подростков с применением нейропсихологической

коррекции, групповой психокоррекции, мотивационного консультирования, гештальт-терапии.

Публикации. Основные положения и результаты диссертации в полной степени отражены в 8 научных работах, 7 из которых опубликованы в рецензируемых научных журналах, рекомендованных высшей аттестационной комиссией Министерства науки и высшего образования Российской Федерации.

Объем и структура работы. Диссертация изложена на 133 страницах, состоит из введения, 3 глав, заключения, выводов, практических рекомендаций, списка литературы. Библиографический список содержит 199 источников, из которых 68 – на русском языке, 131 – на иностранном языке. В работе содержится 14 рисунков, 23 таблицы.

СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Материалы и методы исследования

В исследовательские группы вошли 1108 подростков, средний возраст – 15,7 лет. Для выявления подростков с расстройством привычек и влечений в форме интернет-зависимости было использовано два критерия: суммарный балл интернет-зависимости по опроснику «Шкала интернет-зависимого поведения (Chen Internet Addiction Scale, CIAS)» в адаптации В.Л. Малыгина, К.А. Феклисова (2011); данные клинико-психологического интервью.

Основной задачей интервью было выявление признаков интернет-зависимости: сверхценность онлайн-деятельности, невозможность субъективного контроля деятельности в сети, увеличение толерантности, наличие синдрома отмены (раздражительность, дисфория при отсутствии возможности получить доступ к сети), невозможность ограничить пользование интернетом, несмотря на пагубные последствия (снижение успеваемости, конфликты в семье, с друзьями и др.).

В группу подростков с расстройством привычек и влечений в форме интернет-зависимости (экспериментальная группа) вошли 117 человек, 65 юношей и 52 девушки, средний возраст- $15,7 \pm 0,3$, с показателем от 65 баллов и более по методике «Шкала интернет-зависимого поведения CIAS», наличием признаков интернет-зависимости по данным клинико-психологического интервью. В экспериментальную группу вошли 120 условно здоровых подростков, 67 юношей и 53 девушки, средний возраст- $16 \pm 1,2$ лет, с показателями 31–41 балла по «Шкале

интернет-зависимого поведения CIAS» и отсутствием признаков интернет-зависимости по данным клинико-психологического интервью.

Критерии невключения: наличие эндогенной психической патологии, органических психических расстройств.

Использованы следующие релевантные апробированные психодиагностические методики: 1. Клинико-психологическое интервью, 2. «Шкала интернет-зависимого поведения (Chen Internet Addiction Scale, CIAS)» в адаптации В.Л. Малыгина, К.А. Феклисова (2011), 3. Патохарактерологический диагностический опросник (ПДО) А.Е. Личко и Н.Я. Иванова в модификации С.И. Подмазина и Е.И. Сибиль (МПДО, 1996), 4. Методика диагностики эмоционального интеллекта MSCEIT (the Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test) русскоязычная адаптация Е.А. Сергиенко, И.И. Ветрова (2010), 5. Опросник выраженности психопатологической симптоматики (Symptom check list-90-revised – SCL-90-R) в адаптации Н.В. Тарабриной (2001), 6. Адаптированное нейропсихологическое исследование для подростков «Нейропсихологическая методика экспресс-диагностики «Лурия-90»» Э.Г. Симерницкая (1991), 7. Методика «Выбор дескрипторов интрацептивных ощущений» А.Ш. Тхостов, О.В. Ефремова (2003), 8. Методика «Телесный образ Я» (Feldenkreiz M., адаптация Соловьевой И.А.) (2002), 9. Методика «Рисунок человека» К. Махвер (1990), 10. Методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерс-Даймонд, в адаптации А.К. Осницкого (2004).

На рисунке 1 представлен дизайн проведенного исследования.

Статистический анализ Статистическая обработка данных проводилась программой Statistica 13.0. Для обработки результатов были использованы: описательная статистика (среднее арифметическое, стандартное отклонение, анализ распределения); критерий Манна – Уитни и Т- критерий для определения достоверности различий в 2 группах (учитывались результаты со степенью достоверности $p \leq 0,05$); корреляционный анализ - коэффициент ранговой корреляции Спирмена; кластерный анализ: древовидная кластеризация и центроидный метод с предположением двух кластеров, метод k-средних.

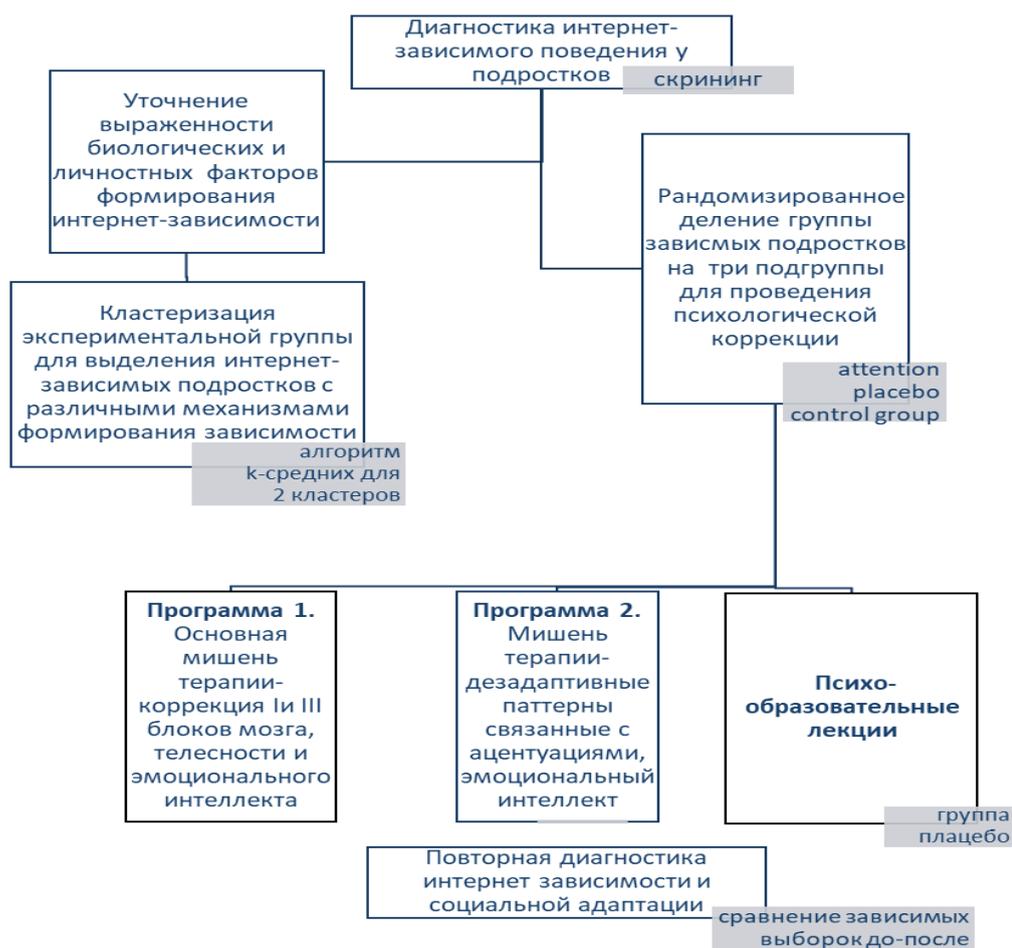


Рисунок 1 – Дизайн исследования

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Проведенное исследование выявило, что из всех обследованных подростков (n=1108), 10,6% имеют признаки интернет-зависимости, 29,5% злоупотребляет интернетом, 59,9 % признаков интернет-зависимости не обнаружили.

Наиболее выраженными симптомами интернет-зависимости у экспериментальной группы являются симптомы отмены (15,3±1,65 баллов), внутриличностные проблемы (15,38±1,33 баллов), интегральный показатель ключевых симптомов интернет-зависимости (40,83±7,87 баллов), без учета субъективно оцениваемых проблем, связанных с последствиями интернет-зависимости, уровень значимости различий по показателям всех симптомов для контрольной и экспериментальной групп высокий ($p \leq 0,05$).

В качестве метода нейропсихологической диагностики использовался диагностический набор «Лурия-90» (Симерницкая Э.Г., 1991), адаптированного для подростков. Результаты были шкалированы и подверглись статистическому анализу,

значимые результаты которого представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Средние значения нейропсихологического исследования по нарушенным функциям для экспериментальной и контрольной групп

Нарушения функции	Подростки с интернет-зависимостью (n=117)	Условно-здоровые подростки (n=120)	p=
Межполушарные взаимодействия	1,53	0,33	0,041*
Опосредованное запоминание	1,45	0,1	0,004*
Контроль и регуляция деятельности	1,29	0,56	0,016*
Внимание	1,03	0,3	0,005*

Примечание – * - различие статистически значимо ($p < 0,05$).

При анализе количественных показателей по нарушенным и несформированным функциям было выявлено: у подростков с Интернет-зависимым поведением отмечаются более высокие показатели нарушений межполушарных взаимодействий (1,53 баллов), опосредованного запоминания (1,45 баллов), контроля и регуляции деятельности (1,29 баллов), внимания (1,03 баллов).

Учитывая подростковый возраст, в группе условно здоровых подростков также отмечались ошибки по отдельным пробам, наиболее выраженные: контроль и регуляция деятельности (0,56 балла), рисунок - сформированность пространственно-временных представлений (0,51 балла), кинестетический праксис (0,46 балла). Несмотря на нормативную несформированность функции регуляции и контроля деятельности, а также нарушения произвольности и устойчивости внимания, показатели нейропсихологических нарушений именно в группе подростков с интернет-зависимостью оказались значимо выше: опосредованное запоминание ($p=0,004$), контроль и регуляция деятельности ($p=0,016$), внимание ($p=0,005$), межполушарное взаимодействие ($p=0,041$).

Результаты, полученные в ходе сравнения экспериментальной и контрольной групп, с применением методики «Выбор дескрипторов интрацептивных ощущений» А. Ш. Тхостова, выявили значимые различия при выборе дескрипторов, описывающих внутренние телесные ощущения. Подростки с интернет-зависимостью выбирали большее количества слов для описания внутренних телесных ощущений, чаще определяли их как испытанные и важные. В результате корреляционного анализа данных с применением критерия Спирмена были обнаружены статистически

значимые связи между показателями методики «Шкала интернет-зависимого поведения Чен» и ВДИО, приведенные в таблице 2. Выявленные связи свидетельствуют о повышении оценки интрацептивных ощущений как опасных и угрожающих здоровью при увеличении как общего показателя интернет – зависимости (Шкала Чен), так и отдельных ее симптомов.

Таблица 2 – Корреляционные связи между показателями методик ВДИО и CIAS при анализе всей выборки

CIAS шкалы	Дескрипторы	Spearman R	p=
Симптомы отмены	Опасные	0,221	0,002*
Ключевые с-мы интернет-зависимости	Испытанные	0,165	0,022*
Ключевые с-мы интернет-зависимости	Важные	0,177	0,013*
Ключевые с-мы интернет-зависимости	Опасные	0,222	0,002*
Компульсивные симптомы	Опасные	0,199	0,005*

Примечание – * - корреляции статистически значимы при ($p < 0,05$).

Телесный образ Я у подростков с интернет-зависимостью также имеет характерные особенности, он менее приближен к действительным параметрам тела: увеличение головы ($p=0,056$), удлинение рук ($p=0,032$), увеличение стопы ($p=0,05$), что отражает проблемы коммуникативной и эмоциональной сферы.

Данные сравнительного анализа показателей эмоционального интеллекта в контрольной и экспериментальной группах представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты сравнительного анализа показателей эмоционального интеллекта в группе подростков с интернет-зависимостью и условно-здоровых подростков

	Экспериментальная группа	Контрольная группа	p=
	Среднее± ст.откл.	Среднее± ст.откл.	
Восприятие лиц	6,817±0,61	9,566±1,31	0,002 *
Восприятие картинок	6,151±1,88	12,885±1,06	0,027 *
Суммарный балл	43,25±4,76	52,32±2,15	0,004 *

Примечание – * - различие статистически значимо при ($p < 0,05$).

Из полученных данных видно, что статистически значимые различия наблюдаются по показателям Секции А «Восприятие лиц» ($p=0,002$), Секции Е «Восприятие картинок» ($p=0,027$), а также по общему баллу эмоционального интеллекта ($p=0,004$). Сравнение результатов экспериментальной и контрольной групп по Секции D «Управление своими эмоциями» и Секции Н «Способность управления эмоциями других людей» также выявило различия близкие к

статистически значимым ($p=0,08$ и $p=0,05$ соответственно), что можно интерпретировать как тенденцию. Полученные данные позволяют говорить о значимом снижении у интернет-зависимых подростков способности к пониманию эмоций других людей и эмоционально окрашенных ситуаций, а впоследствии и затруднениях в регуляции собственных эмоций и эмоций других людей.

При анализе результатов методики МПДО Подмазина было выявлено, что в группе интернет-зависимых подростков наиболее выраженные и часто встречающиеся типы акцентуации: астено-невротический ($p=0,017$), возбудимый ($p=0,0003$) и демонстративный ($p=0,003$). Наиболее редко встречающиеся в группе подростков с интернет-зависимостью типы акцентуации: циклоидный (2,15%), тревожно-педантический (2,93%), сенситивный (4,2%), неустойчивый (4,35%).

Сравнительный анализ симптомов психопатологических нарушений по «Опроснику выраженности психопатологической симптоматики» (рис 2) выявил следующее: подростки с интернет-зависимостью характеризуются более высокой межличностной сенситивностью ($p=0,02$), обсессивностью-компульсивностью ($p=0,001$) и симптомами депрессии ($p=0,005$), показателями симптоматического дистресса ($p=0,034$).

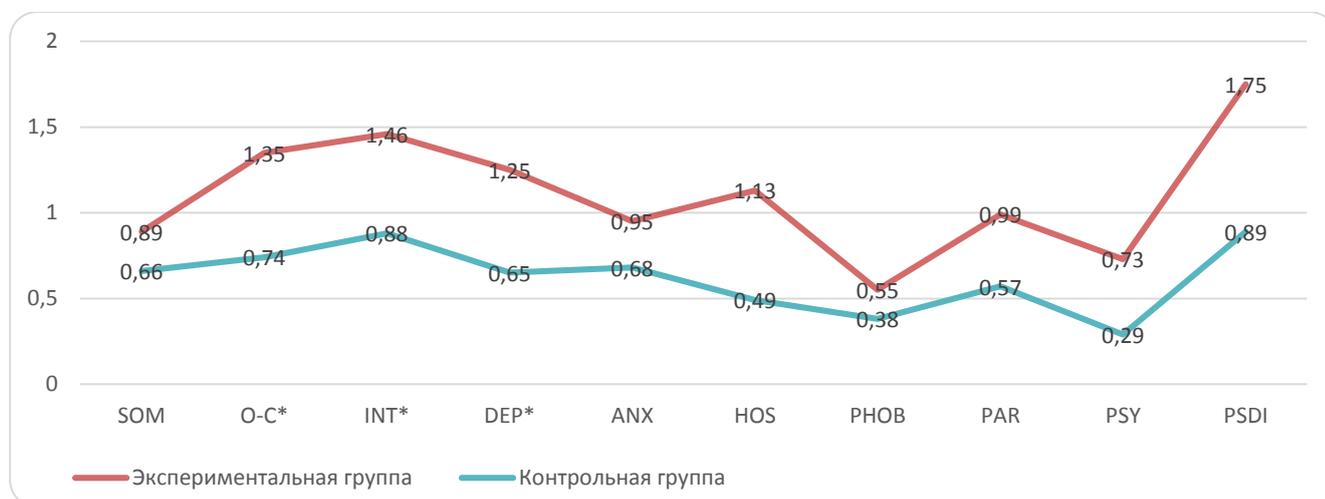


Рисунок 2 – Результаты сравнительного анализа показателей опросника SCL-90-R у подростков (* - различие статистически значимо при $p<0,05$)

Обнаружено 3 пика симптоматических рядов основной группы: обсессивности-компульсивности, межличностной сенситивности и депрессии. Они значительно превышают таковые показатели контрольной группы и связаны как с преморбидными особенностями подростков, так и с реагированием на дистресс и истощение,

вызванное зависимостью от интернета, межличностным и внутриличностным конфликтом.

Результаты сравнительного анализа социально-психологической адаптации по методике Роджерса-Даймонд представлены на рисунке 3. У подростков с интернет – зависимостью по сравнению, с условно здоровыми, отмечаются достоверно более высокие показатели по шкалам: дезадаптивность, неприятие себя, неприятие других, эмоциональный дискомфорт, внешний контроль и эскапизм. И достоверно более низкие показателей по шкалам: адаптивность, принятие других и эмоциональных комфорт.

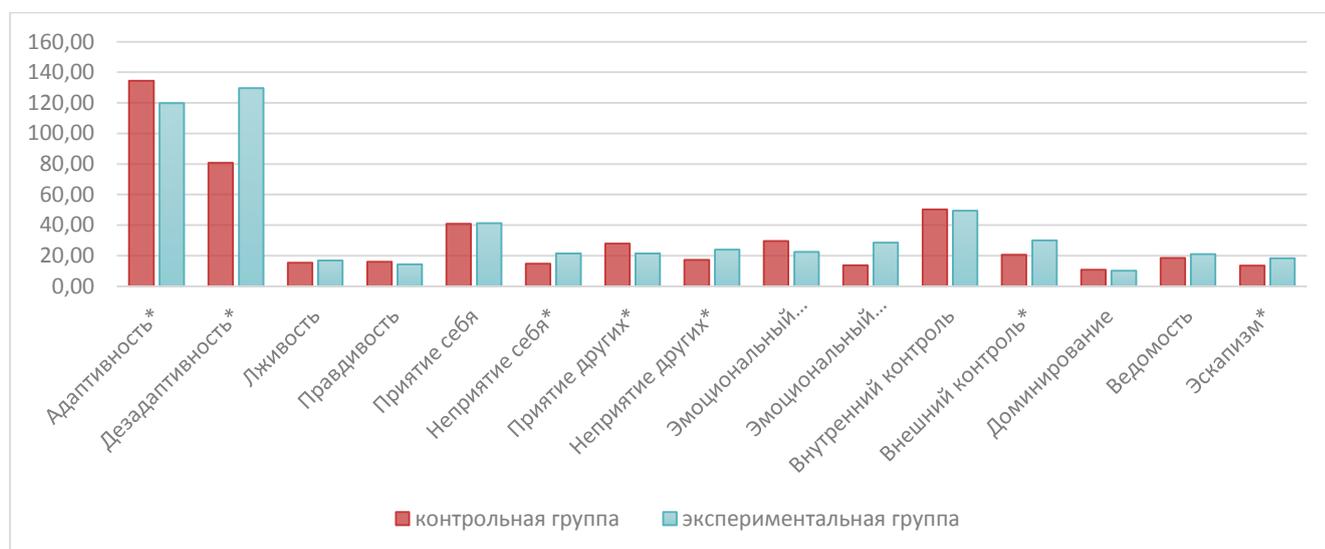


Рисунок 3 – Результаты сравнительного анализа показателей методики Роджерса-Даймонд в экспериментальной и контрольной группах (* - различие статистически значимо при $p < 0,05$)

Согласно более высоким показателям по шкале «дезадаптация», подростки с интернет-зависимостью характеризуются незрелостью личности, невротичностью, дисгармонией в сфере принятия решений, являющиеся результатом постоянных неуспешных попыток подростка реализовать цель, либо наличием двух и более равнозначных целей. По шкале «неприятия себя» выявляется высокая степень неудовлетворённости своими личностными чертами. По шкалам «эмоциональный комфорт», «эмоциональный дискомфорт» выявляется неопределённость в эмоциональном отношении (неуверенность, подавленность, вялость) к окружающей социальной действительности в сочетании с экстернальным локусом контроля. По

шкале «эскапизм» определяется более высокий уровень избегания проблемных ситуаций (цит. по статье Меркурьева Ю. А., Малыгин В.Л., 2020)¹.

Статистический и качественный анализ результатов позволили нам предположить наличие подгрупп внутри выборки испытуемых с интернет-зависимостью. Мы использовали метод k-средних, предположив 2 кластера, а также древовидную кластеризацию. Полученные данные представлены в таблице 4. В результате кластерного анализа выделено две основных подгруппы подростков, зависимых от сети интернет: с преобладанием функциональных нарушений мозговой деятельности (кластер А) и подростков с дезадаптивными паттернами поведения без нейропсихологических нарушений (кластер Б).

Таблица 4 – Кластерный анализ (показатели, вносящие больший вклад в формирование кластера) (цит. по статье Малыгин В. Л., Меркурьева Ю.А. 2020)²

Шкалы	Кластер А	Кластер Б	p=
Общий балл Интернет-зависимости	66,8104	59,8750	0,013
Межличностная сенситивности	1,4121	1,0500	0,025190
Внимание	4,1034	3,7500	0,020890
Гипертимность	15,0000	18,3750	0,018956
Возбудимость	15,2069	18,3750	0,000704
Адаптивность	110,1724	120,0000	0,001343
Неприятие себя	20,7931	117,0000	0,000000
Неприятие других	24,8276	18,0000	0,000000
Эмоциональный комфорт	18,9828	13,0000	0,000003
Понимание протекания эмоций во времени	6,7586	8,3750	0,001937
Способность различать смешанные и сложные чувства	5,9483	7,7500	0,002917
Важные и значимые ощущения	23,2931	24,3750	0,027736

В кластер А вошли интернет-зависимые подростки, характеризующиеся следующими особенностями: преимущественно атактический мотив использования интернета, наличие нейропсихологических нарушений (снижение концентрации внимания, дисбаланс процессов активации – торможения, несформированность функции регуляции контроля деятельности), скудный словарь

¹ Меркурьева, Ю. А. Особенности социально-психологической адаптации и психопатологических феноменов, сопровождающих интернет-зависимость у подростков / Ю. А. Меркурьева, В. Л. Малыгин // Вопросы наркологии. – 2020. – № 4(187). – С. 63-77. – DOI 10.47877/0234-0623_2020_4_63

² Малыгин, В. Л. Дифференцированная психологическая коррекция интернет-зависимости у подростков / В. Л. Малыгин, Ю. А. Меркурьева // Консультативная психология и психотерапия. – 2020. – Т. 28. – № 3(109). – С. 142-163. – DOI 10.17759/cpp.2020280309

для описания телесных ощущений, которые все оцениваются как опасные, высокий индекс симптоматического дистресса и показателя межличностной сенситивности, низкие показатели социальной адаптации.

К кластеру Б относятся интернет-зависимые подростки со следующими особенностями: преимущественно гедонистический мотив использования интернета (онлайн игры), наличие ярко выраженной акцентуации (возбудимый, гипертимный, демонстративный типы), более богатый словарь интрацептивных ощущений, высокие показатели депрессивной и обсессивно-компульсивной симптоматики, враждебности и высокий показатель социальной дезадаптации.

Для кластера А характерен следующий аддиктивный цикл, описывающий механизм формирования интернет-зависимости (Рисунок 4).

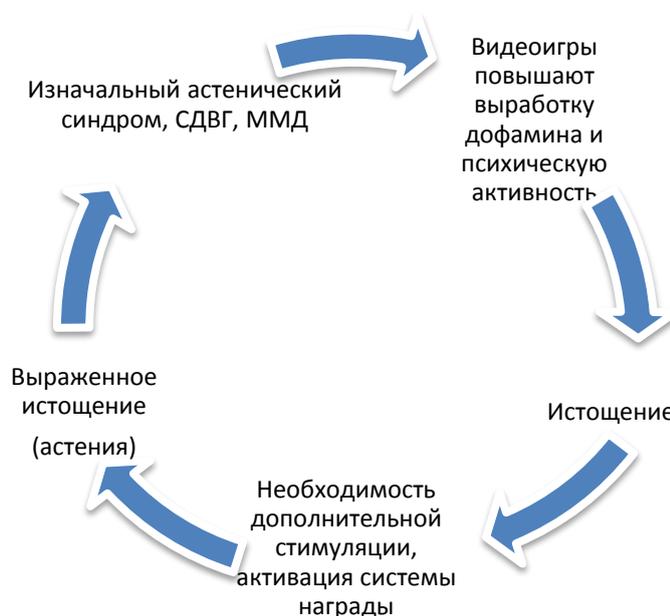


Рисунок 4 - Цикл формирования интернет-зависимости при наличии нарушений I и III блоков мозга

Подростки с нейропсихологическими нарушениями, зачастую имеющие в анамнезе СДВГ в детском возрасте, выбирают интернет онлайн-игры, как способ стимулировать активность, сконцентрировать внимание и удерживать цель деятельности. Специфика онлайн-деятельности позволяет им чувствовать себя эффективными в сети, снижает напряжение и тревогу, однако отдаляет их от истинных мотивов и понимания ситуаций, спровоцировавших напряжение. Кроме того, пребывание в сети вызывает у подростков истощение и впоследствии приводит к появлению более выраженных симптомов нарушения внимания,

импульсивности, эмоциональной лабильности, тем самым формируя порочный аддиктивный цикл.

Второй аддиктивный цикл описан для кластера Б (Рисунок 5), где акцентуированность черт характера мешает подростку адаптироваться в социуме.



Рисунок 5 – Цикл формирования интернет-зависимости при высокой выраженности акцентуированных черт характера (цит. по статье Малыгин В. Л., Меркурьева Ю.А. 2020)³

В интернет-пространстве подросток может удовлетворять потребность в новизне, удовольствии, признании, используя дезадаптивные стратегии поведения без каких-либо значимых последствий. Именно постоянное влечение к новизне и относящаяся к демонстративной акцентуации потребность во внимании, а также конституционально обусловленная импульсивность, которые невозможно реализовать в реальной коммуникации, возвращают такого подростка к интернет-среде и обуславливают аддиктивный цикл (цит. по статье Малыгин В. Л., Меркурьева Ю.А. 2020)⁴.

Для практической реализации задачи по оценке эффективности дифференцированной программы коррекции экспериментальная группа путем

³ Малыгин, В. Л. Дифференцированная психологическая коррекция интернет-зависимости у подростков / В. Л. Малыгин, Ю. А. Меркурьева // Консультативная психология и психотерапия. – 2020. – Т. 28. – № 3(109). – С. 142-163. – DOI 10.17759/cpp.2020280309

⁴ Малыгин, В. Л. Дифференцированная психологическая коррекция интернет-зависимости у подростков / В. Л. Малыгин, Ю. А. Меркурьева // Консультативная психология и психотерапия. – 2020. – Т. 28. – № 3(109). – С. 142-163. – DOI 10.17759/cpp.2020280309

рандомизации была поделена на три для реализации двух различных программ психологической коррекции и одного курса лекций (плацебо) по 30 человек каждая.

Критерии включения в группу психологической коррекции интернет-зависимости: наличие интернет-зависимости – общий балл от 55, соответствие объективных психометрических показателей субъективным переживаниям подростков, добровольное желание принять участие в коррекционной программе.

Критерии невключения: наличие других зависимостей, психическая патология.

В группе 1 проводилась психокоррекционная программа №1 - с применением нейропсихологической коррекции (сенсомоторной), и включающая также развитие телесности, эмоциональной компетентности, коммуникативных навыков, навыков тайм-менеджмента. В группе 2 была реализована психокоррекционная программа №2 – дублирующая все блоки программы № 1 кроме нейропсихологической коррекции. Группа 3 (контрольная) посещала психообразовательные лекции «Интернет зависимость, признаки и способы профилактики».

Психокоррекционные программы 1 и 2 рассчитаны на 16 тренинговых занятий, продолжительностью 1,5 часа. Частота встреч- 2 раза в неделю, численность участников группы не более 15 человек, в связи с чем каждая группа была поделена на подгруппы по 15 человек, занятия проводились в одни и те же дни в разное время (цит. по статье Малыгин В. Л., Меркурьева Ю.А. 2020)⁵. В качестве мишеней психологической коррекции в программе 1 нами были выбраны ведущие факторы: 1) нейропсихологический профиль, свидетельствующий о функциональных нарушениях первого и третьего блоков мозга; 2) характерологические особенности, связанные с неадаптивными паттернами поведения; 3) недостаточность развития эмоционального интеллекта; 4) несформированность телесности как высшей психической функции (цит. по статье Малыгин В.Л., Меркурьева Ю.А. 2020)³.

Для оценки результативности проведенных программ нами были проведены два этапа контрольного измерения показателей по шкале Чен, опроснику социальной адаптации Роджерса – Даймонд, по окончании прохождения психокоррекционных программ и 3 месяца спустя. Из таблицы 5 видно, что до проведения коррекционной

⁵ Малыгин, В. Л. Дифференцированная психологическая коррекция интернет-зависимости у подростков / В. Л. Малыгин, Ю. А. Меркурьева // Консультативная психология и психотерапия. – 2020. – Т. 28. – № 3(109). – С. 142-163. – DOI 10.17759/cpp.2020280309

программы показатели интернет-зависимого поведения были значимо выше и составляли в среднем 58 баллов. Сразу после проведения программы показатели значительно снизились (среднее значение 35 баллов).

Таблица 5 – Результаты проведения первой программы психологической коррекции интернет-зависимости (Комплексная коррекция интернет-зависимости)

	CIAS Общий показатель интернет- зависимости	Адаптивность Роджерс- Даймонд	Деадаптивность Роджерс-Даймонд
До проведения программы	58±0,56	123,1±5,2	110,4±3,4
После проведения программы	35±1,3	136±6,0	80,6±9,8
Через 3 месяца	34,4±1,3	135±3,1	85,3±11,6
Значимость различий Т-критерий Уилкоксона	0,006*	0,022*	0,001*

Из таблиц 5 и 6 видно, что после проведения коррекционной программы показатели адаптивности повысились, а деадаптивности снизились, что свидетельствует о появлении у подростков более эффективных способов поведения, что также подтверждается обратной связью от родителей и учителей школ. При этом, при высокой значимости различий до-после ($p=0,005$) в группе с программой коррекции №2 через три месяца отмечена тенденция к увеличению симптоматики интернет-зависимости, 10% подростков, принимавших участие в программе, посещали встречи нерегулярно, один – вышел из программы.

Таблица 6 – Результаты проведения второй программы психологической коррекции интернет-зависимости (Коррекция деадаптивных паттернов)

	CIAS Общий показатель интернет- зависимости	Адаптивность Роджерс- Даймонд	Деадаптивность Роджерс-Даймонд
До проведения программы	54±1,03	119,9±8,2	128,6±14,5
После проведения программы	37±2,5	134,7±9,3	83,3±19,1
Через 3 месяца	40,5±2,7	129,8±7,7	83,1±9,6
Значимость различий Т-критерий Уилкоксона	0,005*	0,020*	0,011*

При анализе различий показателей интернет-зависимости и социально-психологической адаптации отдельно для подростков, вошедших в кластер А и в кластер Б было выявлено, что для подростков с преобладанием

нейропсихологических нарушений более эффективной оказалась программа 1. Все подростки из кластера А полностью прошли программу коррекции, не прерывали участие, были активны в работе, хотя и испытывали некоторые сложности в начале программы, связанные в первую очередь с появлением тревожности в группе. При этом подростки из кластера А, проходившие программу №2, чаще пропускали занятия, один испытуемый прекратил участие в коррекционных мероприятиях (Таблица 7). Для подростков, вошедших в кластер Б обе программы коррекции оказались эффективны, они посещали все занятия, активно участвовали в работе группы.

Таблица 7 – Анализ различий результатов проведения коррекционных программ для двух кластеров (цит. по статье Малыгин В. Л., Меркурьева Ю.А. 2020)⁶

Кластер	CIAS Общий показатель интернет-зависимости		Адаптивность Роджерс-Даймонд		Деадаптивность Роджерс-Даймонд		Значимость различий Т-критерий Уилкоксона
	До	После	До	После	До	После	
	Средний показатель ± Ст.откл		Средний показатель ± Ст.откл		Средний показатель ± Ст.откл		
Программа №1							
Кл. А	60,0± 3,03	34 ± 2,51*	110,9±2,8	134,4±4,9*	129,6±5,8	80,85±9,8*	p1-p2=0,006 p3-p4=0,024 p5-p6=0,000
Кл. Б	57,9± 1,75	35 ± 1,33*	120,9±3,6	130,0±4,7*	130,2±6,5	76,44±7,3*	p1-p2=0,005 p3-p4=0,03(3) p5-p6=0,001
Программа №2							
Кл. А	61, 0± 2,20	50 ± 9,32	119,9±5,8	129,4±3,6	129,6±5,8	120,77±5,3	p1-p2=0,073 p3-p4=0,07(7) p5-p6=0,126
Кл. Б	56± 3,74	36 ± 2,14*	129,9±3,4	136,0±2,7*	130,3±7,8	80,35±9,4*	p1-p2=0,000 p3-p4=0,005 p5-p6=0,000

Таким образом, при работе с подростками из кластера А более эффективной является программа с нейропсихологической коррекцией и развитием телесности. В Кластере Б могут быть применимы обе программы, выбор в их случае должен опираться на возможности организаторов программ.

⁶ Малыгин, В. Л. Дифференцированная психологическая коррекция интернет-зависимости у подростков / В. Л. Малыгин, Ю. А. Меркурьева // Консультативная психология и психотерапия. – 2020. – Т. 28. – № 3(109). – С. 142-163. – DOI 10.17759/cpp.2020280309

ВЫВОДЫ

1. Распространенность интернет-зависимости среди обследованных подростков средних школ города Москвы и Подмосковья составляет 10,6 %, злоупотребляющих интернет-ресурсами - 42%. Наиболее выраженные симптомы: симптомы отмены, внутриличностные проблемы, физические симптомы (синдром карпального канала, боли в спине).

2. Интернет-зависимость у подростков сопровождается следующими психопатологическими симптомами: симптомами депрессии, высокой межличностной сенситивностью, обсессивностью-компульсивностью, высоким уровнем симптоматического дистресса, что свидетельствует о тревожно-депрессивном реагировании на длительное стрессовое воздействие. Данные симптомы являются скорее транзиторным следствием наличного психического дистресса, нежели признаком устойчивых психопатологических нарушений.

3. Личность интернет-зависимого подростка характеризуется: а) Выраженностью акцентуированных черт характера. В группе интернет-зависимых подростков акцентуированные черты характера отмечаются в 86,0 % случаев, в группе условно здоровых в 49 % случаев. Среди интернет-зависимых подростков наиболее часто встречаются такие типы акцентуации как астено-невротический, демонстративный и возбудимый. б) Низким эмоциональным интеллектом, по сравнению с условно-здоровыми подростками по показателям базового конструкта эмоционального интеллекта - восприятие, оценка и выражение эмоций, идентификация эмоций. в) Особенностью телесной сферы: большей выраженностью когнитивной оценки собственных телесных ощущений, снижением способности к восприятию непосредственного интрацептивного опыта и его эмоциональной обработки, что обуславливает тревожное реагирование на любые телесные ощущения, так как большинство из них оцениваются как важные, опасные и угрожающие здоровью. г) Нейропсихологический статус подростков с интернет-зависимостью значительно отличается от статуса условно здоровых подростков и характеризуется высокими показателям функциональных нарушений пространственного праксиса, слухомоторных координаций, внимания, контроля и регуляции деятельности. Полученные данные отражают функциональную слабость межполушарных комиссур, префронтальной коры и первого блока мозга. Выявлено, что высокий общий

показатель нарушений контроля и регуляции деятельности, относящийся к префронтальным отделам коры головного мозга, положительно коррелирует с быстрым увеличением толерантности, большей выраженностью симптомов зависимости.

4. Исследование социально-психологической адаптации интернет-зависимых подростков обнаружило, что личность подростка с интернет-зависимостью характеризуется незрелостью, невротичностью, дисгармонией в сфере принятия решений. По сравнению с условно здоровыми подростками отмечается преобладание дезадаптивных стратегий над адаптивными. Наиболее значимыми проявлениями дезадаптивности: неприятия себя; эмоциональный дискомфорт, проявляющийся неуверенностью, подавленностью, вялостью; склонность приписывать причины происходящего в социальном взаимодействии внешним факторам (окружающей среде, судьбе или случаю); высокий уровень избегания проблемных ситуаций, стремление к уходу от них.

5. Кластерный анализ полученных данных позволил выделить и описать различные психологические механизмы формирования интернет-зависимости у подростков: а) Подростки с нейропсихологическими нарушениями выбирают интернет, как эффективный психоактивный агент стимуляции психической деятельности, внешне регулирующий тонус и внимание. Подростки с интернет-зависимостью используют интернет как способ поддерживать активность и концентрировать внимание, так как постоянное появление новых стимулов внешне регулирует концентрацию внимания, однако в то же время способствует еще большему истощению и утомлению, что стимулирует повторные обращения к сети, формируя аддиктивный цикл. б) Подростки с преобладанием акцентуированных черт характера с трудом адаптируются в социуме, интернет-среда предоставляет многообразие способов реализации их гедонистической направленности. Влечение к новизне, не насыщаемая потребность в привлечении внимания, кратковременность эффекта вознаграждения вызывает необходимость чаще обращаться к игре, повышая толерантность к игровой деятельности. Приводит к заострению акцентуированных черт характера, большему нарушению социальной адаптации, тем самым формируя аддиктивный цикл.

6. Учитывая различные психологические механизмы формирования интернет-зависимости в подростковом возрасте, можно выделить две группы факторов риска: а) преимущественно атарактический мотив использования интернета, наличие нейропсихологических нарушений (снижение концентрации внимания, дисбаланс процессов активации – торможения, несформированность функции регуляции контроля деятельности), скудный словарь описания телесных ощущений, которые оцениваются как опасные, высокий индекс симптоматического дистресса и межличностной сенситивности, низкие показатели социальной адаптации, низкий эмоциональный интеллект. Гедонистическая мотивация использования сети интернет, наличие ярко выраженной акцентуации (возбудимый, гипертимный, демонстративный тип), более богатый словарь интрацептивных ощущений, высокие показатели депрессивной и обсессивно-компульсивной симптоматики, враждебности, высокий показатель социальной дезадаптации.

7. На основе особенностей психологических механизмов формирования интернет-зависимости разработано две программы психологической коррекции интернет-зависимости у подростков. В первую программу входило два блока: первый блок включает в себя нейропсихологическую коррекцию, техники релаксации и телесно-ориентированную психотерапию, а второй блок – формирование навыков понимания и регуляции эмоций, коммуникативных навыков, разрешения конфликтных ситуаций и тайм-менеджмент. Во вторую программу входил только второй блок.

8. Была доказана эффективность дифференцированной программы психологической коррекции с учетом распределения подростков по кластерам: а) для интернет-зависимых подростков с нейропсихологическими нарушениями более эффективной оказывается программа психологической коррекции №1, включающая нейропсихологическую коррекцию, телесно-ориентированную психотерапию, б) для интернет-зависимых подростков с преобладанием акцентуированных черт характера одинаково эффективны оба блока программы коррекции. Программой выбора является программа №2, так как она требует меньших временных затрат.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. В рамках диагностики групп риска развития интернет-зависимости эффективными оказываются следующие методики: «Шкала интернет-зависимости Чен» в адаптации В. Л. Малыгина, К. А. Феклисова, «Опросник психопатологической симптоматики SCL-90-R», а также нейропсихологическое обследование. Рекомендуется применять данные методики в школьных скринингах, а также использовать результаты этих методик для распределения подростков в группы для коррекции интернет-зависимости.

2. Для эффективной коррекции интернет-зависимости среди подростков необходимо внедрить дифференцированный подход с применением нейропсихологической и групповой коррекции в работу школьных психологов, а также практику медицинских психологов подростковых наркологических отделений.

3. Внедрить в программы обучения и повышения квалификации медицинских психологов этапы формирования навыков групповой работы с интернет-зависимыми подростками, основанной на дифференцированном подходе с применением этиопатогенетической модели формирования расстройства.

СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

В изданиях, рекомендованных ВАК Минобрнауки России:

1. Малыгин В.Л. Ценностно-смысловая сфера у подростков с интернет-зависимым поведением / В. Л. Малыгин, Ю. А. Меркурьева, А. В. Прокофьева [и др.] // Вестник новых медицинских технологий. Электронное издание. – 2016. – № 4. – С. 258-262.
2. Малыгин, В.Л. Био-психо-социальная модель интернет-зависимого поведения у подростков. Факторы риска формирования и принципы терапии / В. Л. Малыгин, Н. С. Хомерики, Ю. А. Меркурьева [и др.] // Неврологический вестник. – 2017. – Т. 49. – № 1. – С. 88-90.
3. Малыгин, В.Л. Особенности психологических механизмов формирования интернет-зависимости и зависимости от каннабиноидов у подростков / В. Л. Малыгин, Ю. А. Меркурьева, А. С. Искандирова [и др.] // Вопросы наркологии. – 2017. – № 6(154). – С. 134-136.
4. Малыгин, В.Л. Сходства и различия психологических свойств интернет-зависимых подростков и подростков, зависимых от каннабиноидов. Особенности подходов к профилактике и психотерапии / В. Л. Малыгин, Ю. А. Меркурьева, А. С. Искандирова [и др.] // Вопросы психического здоровья детей и подростков. – 2017. – Т. 17. – № S2. – С. 152-153.
5. Малыгин, В.Л., Меркурьева, Ю.А., Шевченко, Ю.С. Сравнительные особенности психологических свойств и социальной адаптации интернет-зависимых подростков и подростков, зависимых от каннабиноидов / В. Л. Малыгин, Ю. А. Меркурьева, Ю. С. Шевченко [и др.] // Национальный психологический журнал. – 2018. – № 3(31). – С. 90-97. – DOI 10.11621/npj.2018.0308.
6. Малыгин, В.Л. Дифференцированная психологическая коррекция интернет-зависимости у подростков / В.Л. Малыгин, Ю.А. Меркурьева // Консультативная психология и психотерапия. – 2020. – Том 28. – № 3. – С. 142–163. DOI:10.17759/cpp.2020280309
7. Меркурьева, Ю. А. Особенности социально-психологической адаптации и психопатологических феноменов, сопровождающих интернет-зависимость у подростков / Ю. А. Меркурьева, В. Л. Малыгин // Вопросы наркологии. – 2020. – № 4(187). – С. 63-77. – DOI 10.47877/0234-0623_2020_4_63.

В других изданиях:

1. Малыгин, В. Л. Психологические особенности интернет-зависимых подростков и подростков, зависимых от каннабиноидов / В. Л. Малыгин, Ю. А. Меркурьева, Я. В. Малыгин // Сборник научных статей по материалам III Конгресса «Психическое здоровье человека XXI века». – Москва: Общество с ограниченной ответственностью "Издательство "КноРус", 2020. – С. 274-276. – DOI 10.37752/9785406029381-85.

Подписано в печать 16.03.2022 Заказ № 15519
Тираж 100 экземпляров; объем п.л.: 1.0
Отпечатано в типографии «Реглет»
101000, г. Москва, Чистопрудный бульвар, д. 18
(495) 971-22-77; www.reglet.ru