

НАЦІОНАЛЬНИЙ ІНСТИТУТ СТРАТЕГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

**ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ
ЯК НОВИЙ ФЕНОМЕН СУЧАСНОГО
СВІТУ: СУТНІСТЬ І ПРОБЛЕМИ**

Аналітична доповідь

КИЇВ - 2011



Інтернет-залежність як новий феномен сучасного світу: сутність і проблеми. - К.: НІСД, 2011. - 47 с.

Автор:

Ісакова Т. О., провідний спеціаліст відділу досліджень інформаційного суспільства та інформаційних стратегій НІСД

За загальною редакцією Д.В. Дубова, завідувач відділу досліджень інформаційного суспільства та інформаційних стратегій НІСД, к.політ.н.

За повного або часткового відтворення матеріалів даної публікації посилання на видання обов'язкове

© Національний інститут стратегічних досліджень, 2011

ЗМІСТ

ВСТУП	4
1. ПРОБЛЕМИ ТЕРМІНОЛОГІЇ ТА МЕДИЧНОЇ ДІАГНОСТИКИ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ.....	5
2. ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ У ЄВРОПІ: ОСНОВНІ ПІДХОДИ ТА ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ	8
3. АЗІЙСЬКИЙ ДОСВІД ВИРІШЕННЯ ПРОБЛЕМИ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ	17
3.1. ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ У КНР	18
3.2. ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ У РЕСПУБЛІЦІ КОРЕЯ	26
4. ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ В УКРАЇНІ	34
ДОДАТОК. ЩОДО МЕДИЧНИХ АСПЕКТІВ ПРОБЛЕМИ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ	41

ВСТУП

Сучасний світ характеризується стрімким прогресом у сфері поширення та розвитку інформаційно-комунікаційних технологій. Динамічне використання нових засобів телекомунікації, зокрема Інтернету як потужного глобального інформаційного ресурсу, приваблює широкі верстви населення незалежно від віку, освіти та соціального статусу. Водночас неконтрольоване використання інтернет-мережі перетворилося на загрозу гармонійному розвитку особистості, її психічному здоров'ю, а в ряді випадків навіть призвело до летального результату. Тому проблема інтернет-залежності все більше привертає увагу представників державної влади та вчених у різних країнах світу і спонукає до її глибшого дослідження та пошуку шляхів подолання.

Швидкість поширення інтернет-мережі демонструє вражаючі тенденції. Відповідно до даних сайту *Internet World Stats* станом на 31 березня 2011 року у світі з населенням 6 930 055 154 чол. налічувалось 2 095 006 005 інтернет-користувачів¹. А результати опитування *Young Adults Revealed: the lives and motivations of 21st century youth*, проведеного компаніями *Microsoft Advertising* та *Synovate* серед молодих людей у 26 країнах світу показали, що більше 45 % всіх опитаних заявили, що без персонального комп'ютера та підключення до Інтернету вони не змогли б жити².

Цікаві результати демонструють дані дослідницького центру *Computer Economics* (2009)³:

- у Європі більше 40 % користувачів Інтернету є залежними від мережі;
- інтернет-залежні проводять у мережі понад 18 годин на день;
- 15 % людей у світі притаманна надмірна захопленість роботою в мережі (т.зв. інформаційний вампіризм);
- 60 % європейців прирівнюють віртуальних друзів до реальних;
- 3 % європейців віддають перевагу віртуальним шлюбам;
- у США кожна 20 заміжня жінка – «комп'ютерна вдова» (жінка, чоловік якої практично весь час перебуває у віртуальному світі);
- 40 % американців майже не виходять з дому, а все необхідне вони замовляють через Інтернет (одяг, їжу), мають віртуальні гаманці, віртуальний секс і відправляються у віртуальну відпустку.

Відповідно до результатів опитування всесвітньої дослідницької компанії *Synovate*, присвяченого ринку медіа та реклами⁴, найзалежнішими

¹ Internet World Stats. Internet usage statistics. World Internet Users and Population Stats [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.internetworldstats.com/stats.htm>

² «Young Adults Revealed: The lives and motivations of 21st century youth». Microsoft Advertising and Synovate [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://advertising.microsoft.com/wwdocs/user/en-us/researchlibrary/researchreport/Young-Adults-Revealed.pdf>

³ Вредные привычки. Интернет-зависимость опаснее азартных игр 15.04.2009, Medland.ru [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://medland.ru/psychology/a-94.html>

⁴ 70 % пользователей признались в интернет-зависимости. 30.11.2009, Tochka.net [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://news.tochka.net/31204-70-polzovateley-priznalis-v-internet-zavisimosti/comments/asc/>

від Інтернету визнали себе мешканці Великої Британії (92 %), Іспанії (91 %) та Австралії (90 %). З невеликою різницею за рівнем інтернет-залежності відстають датчани та американці. Примітно, що в КНР, незважаючи на велику інтернет-аудиторію та активну боротьбу з інтернет-залежністю, близько 70 % китайців заявили про свою інтернет-залежність. А найбільше байдужих до Інтернету людей виявилось в Канаді, де в інтернет-залежності зізналося всього 46 % учасників опитування.

1. ПРОБЛЕМИ ТЕРМІНОЛОГІЇ ТА МЕДИЧНОЇ ДІАГНОСТИКИ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Проблема інтернет-залежності існує тривалий час, проте досі не розроблена чітка та загальноприйнята система критеріїв визначення даної адикції. Даний розлад не визнаний офіційною медициною як психічний і не включений до Міжнародного статистичного класифікатора хвороб і проблем, пов'язаних зі здоров'ям, десятий перегляд, – МКХ-10, (*International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems – ICD-10*) та Керівництва з діагностики і статистики психічних розладів, IV-й випуск (*Diagnostic and Statistical Manual of mental disorders – DSM-IV*).

Вперше феномен інтернет-залежності був описаний у 1995 році лікарем **І. Голдбергом**, який виокремив наступні основні симптоми цього розладу:

- хворобливий негативний стресовий стан або дистрес;
- заподіюється шкода фізичному, психологічному, міжособистісному, економічному чи соціальному статусу.

Ще одним науковцем у сфері дослідження інтернет-залежності є психіатр **К. Янг**, яка у 1994 році розробила тест-опитувальник, спрямований на виявлення даної адикції. Шкала визначення інтернет-залежності була розроблена і іншими вченими-дослідниками, серед яких загальновизнаними є Узагальнена шкала проблематичного використання інтернету С. Каплана (*Generalized Problematic Internet Use Scale, GPIUS*) та Шкала он-лайнової когнітивної діяльності Р. Девіса (*Online Cognition Scale, OCS*).

Більшість дослідників цієї проблеми погоджуються, що основними факторами, які приваблюють до мережі та, як наслідок, провокують виникнення інтернет-адикції, є наступні⁵:

- анонімність соціальних взаємовідносин між учасниками;
- можливість приховати / розкрити фобії, комплекси і таємні потяги;
- можливість зміни ідентифікації (ім'я, стать, вік, національність, зовнішність);
- подолання власної внутрішньої ураженості;
- реалізація уявлень, фантазій;
- «психологічний експібіціонізм»;

⁵ Мельник Г. С. Исследования Интернет-зависимости в медиапсихологии. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.mediaconf.sgu.ru/info/download.php?filetype=rep&id=3

- компенсація психологічних комплексів завдяки участі в неформальних об'єднаннях;
- проведення часу в середовищі подібних до себе;
- «інформаційний вампіризм».

Загалом фактори виникнення та умови формування мережевої залежності можна поділити на дві *групи*⁶:

- *кібернетичні* – об'єктні умови і фактори, пов'язані із властивостями кіберсередовища;
- *індивідуально-психологічні* – суб'єктні фактори, пов'язані з демографічними характеристиками й особистісними властивостями кіберкористувачів.

Науковці виділяють **5 основних типів** інтернет-залежності⁷.

1. Нав'язливий веб-серфінг – патерн інформаційної поведінки, зумовлений формуванням нав'язливої, непереборної потреби в постійному, але поверхневому, стрибкоподібному пошуку і споживанні мережевої інформації.
2. Пристрасть до віртуального спілкування та віртуальних знайомств – великі обсяги листування, постійна участь у чатах, веб-форумах, надмірність знайомих і друзів у мережі.
3. Ігрова залежність – нав'язливе захоплення комп'ютерними іграми в мережі.
4. Постійна фінансова потреба у мережі Інтернет – постійна участь в он-лайнних аукціонах, безконтрольні покупки в інтернет-магазинах (інтернет-шопінг), нав'язливі ігри на біржі.
5. Кіберсексуальна залежність – непереборне бажання обговорювати сексуальні теми на еротичних чатах і телеконференціях, нав'язливий потяг до відвідування порносайтів і занять кіберсексом, віртуальні залицяння і побачення.

У науковому світі сьогодні тривають *дискусії щодо необхідності визнання інтернет-залежності психічним розладом*⁸. Зокрема, психологи Дж. Блок, М. Орзак, К. Янг, Х. Кеш наполягають на внесенні діагнозу «інтернет-залежність» (*Internet addiction disorder, IAD*) до п'ятого видання Керівництва з діагностики і статистики психічних розладів (*DSM-V*), випуск якого очікується у 2012 році. Водночас, на переконання І. Голдберга, Е. Абуджауда та В. Белла, проблеми залежності від інтернету в чистому вигляді не існує. Ці науковці вважають, що дана адикція є лише одним із симптомів інших, уже відомих і класифікованих психологічних розладів.

Діагностування хворих на інтернет-залежність в Україні здійснюється на основі **МКХ-10**, а саме відповідно до блоку «Розлади зрілої особистості та поведінки у дорослих» (**F 60-69**), де згруповані більшість видів

⁶ Лист за № 02-15/218 від 14.06.2011 з Інституту соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України.

⁷ Там само.

⁸ Там само.

нехімічної адикції⁹. Блок включає ряд клінічно значущих станів поведінкових типів, які мають тенденцію до стійкості і є вираженням характеристик властивого індивідууму стилю життя і способу ставлення до себе та інших. **Розділ F 63 «Розлади звичок і потягів»** передбачає порушення поведінки у вигляді повторюваних вчинків без ясної раціоналізації мотивації, які суперечать інтересам самого пацієнта та інших людей¹⁰.

Зокрема, у **розділі F 63.0 «Патологічна схильність до азартних ігор»** виділено такі критерії діагностики патологічної схильності до азартних ігор:

- 1) повторні епізоди азартних ігор протягом не менше року;
- 2) ці епізоди поновлюються, незважаючи на відсутність матеріальної вигоди, суб'єктивне страждання і порушення соціальної та професійної адаптації;
- 3) неможливість контролювати інтенсивний потяг до гри, перервати її вольовим зусиллям;
- 4) постійна фіксація думок і уявлень на азартній грі та всьому, що з нею пов'язане.

До **рубрики F 63.8 «Інші розлади звичок і потягів»** включені інші різновиди дезадаптивної поведінки, що використовують і для діагностики інтернет-адикції¹¹.

Щодо наслідків інтернет-залежності слід зазначити, що, хоча порівняно з алкогольною та наркотичною залежностями, дана адикція меншою мірою шкодить здоров'ю людини, проте у більшою мірою її наслідки мають соціально-психологічне забарвлення. У цьому сенсі найістотнішим є вплив цієї недуги на стосунки людини з оточенням, а саме – ускладнює відносини між батьками і дітьми, членами подружжя, друзями. Відтак щодалі частіше ця хвороба фігурує під час судових процесів з розлучення, трудових конфліктів і навіть карних злочинів.

Варто відзначити, що наразі практично **не вивчені довгострокові наслідки** залежності від Інтернету. До того ж, якщо для формування традиційних видів залежностей потрібні роки, то для інтернет-залежності цей термін різко скорочується. Так, близько 25 % опитаних К. Янг адиктивів набули залежність протягом півроку після початку роботи в Інтернеті, 58 % – протягом другого півріччя, а 17 % – через рік¹².

З метою захисту населення від зайвого захоплення віртуальною реальністю останніми роками влада багатьох країн світу вжила ряд превентивних заходів. Зокрема, в КНР та Південній Кореї був обмежений допуск дітей до інтернет-клубів і впроваджені системи «батьківського

⁹ Международная классификация болезней МКБ-10. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.mkb10.ru/>

¹⁰ Спільними рисами є наступні: неможливість опиратися бажанню, спокусі зробити якусь дію; наростаюче почуття напруги або збудження перед вчиненням дії; виконання дії супроводжується почуттями задоволення або полегшення, відразу ж після вчинення дії можуть мати місце відчуття жалю, провини.

¹¹ Д. С. Лебедев. Аддиктивное поведение: современный взгляд на старые проблемы. «Журнал психиатрии и медицинской психологии», № 4 (14), 2004 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www.psychiatry.dsmu.edu.ua/1/4\(14\)2004.pdf](http://www.psychiatry.dsmu.edu.ua/1/4(14)2004.pdf) -

¹² Internet Addiction Disorder. Addictions Researcher [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.addictionsresearcher.com/internet-addiction-disorder/>

контролю», які автоматично припиняють сеанс гри через визначений проміжок часу. У британському госпіталі «Капіо Найтінгейл» (Лондон) була започаткована програма, що передбачає проведення групової чи індивідуальної терапії з метою скорочення часу перебування в мережі Інтернет. А в рамках програми США *reSTART* був відкритий Центр лікування інтернет-залежності. У Фінляндії ж наявність даної адикції може призвести до відстрочення призову до армії. В українських і російських клініках також лікують цю недугу.

Докладніше щодо медичних аспектів проблеми інтернет-залежності йдеться в *Додатку*.

2. ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ У ЄВРОПІ: ОСНОВНІ ПІДХОДИ ТА ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ

Європейський Союз займає одну з провідних позицій у світі за показниками доступу до Інтернету та використання його громадянами ЄС. Відповідно до даних *Internet World Stats*, загальна чисельність користувачів мережі громадянами Європи складає більше 476 млн чол., тобто 58,3 % від усього населення країн континенту¹³. Серед усіх країн ЄС перші позиції щодо поширення інтернет-мережі посідають ФРН з 65,1 %, Великобританія (51,4 %) та Франція (45,2 %). Як свідчать результати дослідження *Eurobarometer*, проведеного у 2008 році у 27 країнах-членах ЄС, 75 % дітей віком від 6 до 17 років активно користуються мережею¹⁴. Водночас таке поширення Інтернету таїть ряд загроз і ризиків. Однією з таких кіберзагроз за останнє десятиліття стала проблема інтернет-залежності.

В Європі одним із перших проблемою інтернет-адикції зайнявся вієнський психотерапевт Х. Ціммерль (*H. Zimmerl*), який у 1998 році презентував дослідження про залежність від чатів. Так, вчені Х. Ціммерль та Б. Паносх (*B. Panosch*) провели он-лайн опитування в одному з найвідвідуваніших німецькомовних чатів. За результатами опитування, 12,7 % відвідувачів чатів демонструють маніакальну поведінку по відношенню до Інтернету¹⁵. З цієї групи респондентів 30,8 % зізналися в тому, що під час інтенсивних бесід у чатах відчували переживання, схожі на стан сп'яніння, 40,9 % – самі кваліфікували свою поведінку як «маніакальна». За даними дослідників, приблизно дві третини інтернетоманів користуються мережею для спілкування і розглядають її як повноцінне комунікаційне середовище, а майже третина проводить час в інтернет-іграх.

¹³ Internet Usage in Europe. Internet User Statistics & Population for 53 European countries and regions. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.internetworldstats.com/stats4.htm>

¹⁴ Кочарян А. Б., Гущина Н. І. «Виховання культури користувача Інтернету. Безпека у всесвітній мережі». Інститут інноваційних технологій і змісту освіти Міністерства освіти і науки, молоді та спорту. Компанія «Майкрософт Україна». Навчально-методичний посібник. Київ – 2011. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.onlandia.org.ua

¹⁵ Internetsucht. 26.07.2001, Der Spiegel [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.spiegel.de/netzwelt/web/0,1518,147070,00.html>

Х. Ціммерль і Б. Панош на основі результатів дослідження склали список **критеріїв**, згідно з якими можна ідентифікувати патологічну схильність до користування Інтернетом¹⁶:

- часте непереборне бажання вийти в Інтернет;
- відсутність контролю (тривале бажання перебувати в мережі), внаслідок чого виникає почуття провини;
- соціально-небезпечне ексцентричне поведіння в колі найближчого оточення (друзі, колеги, сім'я);
- слабка працездатність;
- приховування / недооцінка звички до Інтернету;
- психічна дратівливість, що виникає у разі відсутності доступу до Інтернету, що викликано певними перешкодами (може виявлятися у формі нервозності, підвищеної збудливості й депресії);
- численні невдалі спроби перебороти захоплення Інтернетом.

На думку вчених, у випадку, якщо, принаймні, чотири з наведених критеріїв спостерігаються в часовому інтервалі, що перевищує 6 місяців, то хвороблива залежність від Інтернету змінюється хронічною.

Щодо практичного втілення заходів з попередження інтернет-адикції у Європі, то варто вказати, що Європейський Союз приділяє велику увагу захисту прав та гідності користувачів Інтернету, а особливо дітей. **Програма «Безпечний Інтернет»**, започаткована ЄС у 2005 році, спрямована на захист молоді та дітей від негативного впливу інтернет-мережі та передбачає участь національних правоохоронних органів, неурядових організацій та науковців. У листопаді 2008 року Європейський Парламент Рішенням № 1351/2008/ЕС затвердив Програму «Безпечний Інтернет», розраховану на 2009 - 2013 роки¹⁷. Серед іншого ця Програма спрямована на те, щоб створити базу знань дослідників, які займаються безпекою дітей в Інтернеті на європейському рівні, а також досліджувати наслідки використання дітьми нових технологій та пов'язані з цим ризики.

У складовій Програмі «Безпечний Інтернет, 2009 – 2013» – «Безпечний Інтернет – 2010» вказується на доцільність проведення дослідження проблеми інтернет-залежності серед неповнолітніх в Європі. Відповідно до п.б.1¹⁸ метою цього документу є виявлення того, наскільки інтернет-залежність можна вважати мережевим ризиком для європейських підлітків, дослідження динаміки розвитку та розповсюдження даної недуги, а також розробка методів її попередження. У програмі наголошується, що Інтернет все більше заміщає сім'ю та друзів в якості сфери реалізації особистості в

¹⁶ Б. Хаїмба, К. Филічева. Інтернет-зависимость. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.sensus-ego.ru/clientinfo/itad.html#d3>

¹⁷ Safer Internet Programme 2009-2013. Europe's information society thematic portal. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://ec.europa.eu/information_society/activities/sip/policy/programme/current_prog/index_en.htm

¹⁸ Work programme 2010. Safer Internet. A multi-annual Community programme on protecting children using the Internet and other communication technologies. 29 October 2009 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://ec.europa.eu/information_society/activities/sip/docs/prog_2009_2013/wp_10.pdf.

соціальному середовищі, що в перспективі матиме негативний вплив на її поведінку та відчуття в реальному житті.

Наслідком даного документу стало започаткування Європейською Комісією дослідження «Мережева залежність в ЄС: дослідження динаміки та поширення ризиків інтернет-залежності серед неповнолітніх у Європі»¹⁹. Часові рамки проведення дослідження: 01.02.2011 р. – 31.01.2013 р. Мета – оцінка масштабу розповсюдження інтернет-залежності серед підлітків, факторів, що сприяють виникненню адитивної поведінки, наслідків для психічного здоров'я, підвищення поінформованості з даної проблематики, а також формування науково-інформаційної бази для подальшого розвитку та імплементації суспільної стратегії у сфері охорони здоров'я щодо інтернет-залежності серед неповнолітніх у Європі. Кінцевим результатом проекту має стати вироблення політичних рекомендацій для Європейської Комісії щодо інтернет-залежності серед неповнолітніх, а також рекомендацій для урядових органів країн ЄС, батьків та вчителів.

У рамках Програми «Безпечний Інтернет» Європейським Союзом був також втілений проект *EU Kids Online* – «Європейське Дослідження з питань культури, контексту і ризиків при безпечному використанні дітьми Інтернету та нових медіа» (2006–2009рр.)²⁰. Це – пан'європейське соціологічне дослідження, присвячене питанням використання дітьми мережі Інтернет і мобільних технологій, схильності дітей і підлітків до он-лайн загроз та успішності методів захисту неповнолітніх від небезпеки мережі Інтернет. Даний проект досліджує ступінь насиченості суспільства інформаційно-просвітницькими матеріалами на тему безпеки в Інтернеті, обізнаності батьків та вчителів щодо загроз і методів попередження цієї недуги, рівень впровадження профілактичних і захисних програм чи механізмів, ефективність державних і громадських зусиль і програм у даній сфері.

Дані дослідження *EU Kids Online* були взяті за основу доповіді «Ризики та безпека в мережі Інтернет: перспективи для європейських дітей»²¹ (2011) та продемонстрували наступні тенденції:

- 75 % підлітків у віці 9-16 років виходять в он-лайн щотижнево;
- вік, з якого підлітки починають користуватись Інтернетом, найнижчий у Данії та Швеції – 6-7 років, а в кількох північноєвропейських країнах він складає 8 років;
- щодо вікових показників, щоденно виходять в Інтернет підлітки 15-16 років (80 %);

¹⁹ EU net-addict: Research on the intensity and prevalence of the Internet addiction risk among minors in Europe. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://ec.europa.eu/information_society/apps/projects/factsheet/index.cfm?project_ref=SI-2010-KEP-4101007

²⁰ EU Kids Online: Final Report. The London School of Economics and Political Science [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www2.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/EU%20Kids%20I%20\(2006-9\)/EU%20Kids%20Online%20I%20Reports/EUKidsOnlineFinalReport.pdf](http://www2.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/EU%20Kids%20I%20(2006-9)/EU%20Kids%20Online%20I%20Reports/EUKidsOnlineFinalReport.pdf).

²¹ Risks and safety on the internet: the perspective of European children. Full findings. EU Kids Online, London School of Economics & Political Science, London, UK. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www2.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/EUKidsI%20\(2009-11\)/EUKidsOnlinePowerpoint.pdf](http://www2.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/EUKidsI%20(2009-11)/EUKidsOnlinePowerpoint.pdf).

- щодо цілей виходу в он-лайн, то тут переважають підготовка до шкільних занять (85 %), мережеві ігри (83 %), перегляд відео-кліпів (76 %) та он-лайн листування (62 %);
- 30 % опитаних у віці 11-16 років підтвердили факт надмірного використання Інтернету, що відбувається «часто» або «дуже часто»;
- найбільший відсоток кількості підлітків, які підтвердили випадки надмірного використання Інтернету зафіксований в Естонії (50 %), Португалії (49 %), Болгарії (44 %), Ірландії (43 %) та Великобританії (43 %);
- у Великій Британії 77 % родин використовують спеціальні програми, які фільтрують зміст веб-сторінок, а 87 % батьків проводять бесіди з дітьми щодо безпечного користування мережі.

Наразі триває проект *EU Kids Online II* (2009 – 2011 рр.).

Ще одним із загальноєвропейських заходів у сфері дослідження проблеми інтернет-залежності серед підлітків стала Програма забезпечення безпечного й етичного он-лайнового середовища для кожної дитини «*Правий клік*», що запроваджена Європейським альянсом неурядових організацій з безпеки дітей в он-лайновому середовищі (*eNACSO*)²² та співфінансується Європейським Союзом. У Програмі «Правий клік» наведені рекомендації *eNACSO* для європейських, галузевих і міжнародних організацій та інших зацікавлених осіб з питань створення безпечнішого он-лайнового середовища для дітей та молоді. Сучасні інтерактивні технології, як наголошується в даному документі, здатні створювати приголомшливий ефект присутності за рахунок високого рівня «іммерсивності» (занурення в середовище), допомагають розвивати корисні навички, але водночас призводять до виникнення проблеми залежності²³.

Європейська Комісія регулярно ініціює та проводить різні заходи з проблем безпеки Інтернету: дослідження, форуми, громадські консультації, крос-рейтинг ЗМІ та ін. Зокрема, у 2004 році Європейською Комісією був запроваджений *День безпечного Інтернету*, який залучив багато європейських країн, з кожним роком об'єднуючи все більше інтернет-ресурсів, проектів і заходів у сфері безпечного контенту.

Тематика інтернет-залежності щорічно обговорюється на Міжнародній конференції «Безпека дітей та молоді в он-лайн», організованій Польським та Німецьким Центрами з безпечного Інтернету. Чеська Республіка також, починаючи з 2007 року щорічно проводить Конференцію з безпечного Інтернету.

При вирішенні проблеми профілактики розвитку інтернет-залежності у дітей одним із ключових факторів стає питання **батьківського виховання та**

²² eNACSO – це мережа організацій, до завдань якої входить підвищення безпеки Інтернету та пов'язаних з ним технологій для дітей та молоді. eNACSO сприяє прийняттю відповідних заходів на національному, європейському та міжнародному рівні і надає необхідну підтримку.

²³ «Правый клик». Программа создания безопасной и этической онлайн-среды для каждого ребенка [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.enacso.eu/index.php?option=com_rokdownloads&view=file&task=download&id=47%3Aagendaforactionrussian&Itemid=11

контролю за перебуванням дитини в мережі. Відповідно до даних статистичного агентства *Eurobarometer*²⁴, у країнах ЄС техніку он-лайнової безпеки батьки обговорювали лише з кожною другою дитиною. 59 % батьків задля того, щоб убезпечити дітей від негативних інформаційних впливів, використовують спеціальні фільтри або моніторингове програмне забезпечення, водночас 14 % батьків навіть не знають, як ці програми встановлюються.

У країнах ЄС усе більше поширюється проблема такого підвиду інтернет-залежності як **патологічна схильність до азартних ігор**, зокрема і в мережі (он-лайновий гемблінг). Цьому сприяє великий вибір он-лайнових казино та широкі можливості для залучення гравців з різних країн завдяки різноманітним акціям та умовам. Проблема даної залежності загострюється також на фоні **легалізації азартних он-лайнових ігор серед усе більшої кількості країн ЄС**. Хоча в багатьох країнах ЄС он-лайн-ігри заборонені, там усе більше усвідомлюють вигоду від визнання законним віртуального ігрового бізнесу. До того ж, Європейський Союз активно виступає проти законів, що обмежують легалізацію ігрового бізнесу в Інтернеті. Мережеві азартні ігри вже легалізовані в таких країнах, як Швеція, Австрія, Франція, Велика Британія, Естонія, Бельгія, Голландія та Італія, а до кінця 2011 року планують легалізувати он-лайнові ігри в Іспанії, Данії, Польщі та Греції. Така політика урядів європейських країн дозволяє здійснювати контроль за цією віртуальною сферою та захищати своїх громадян від таких негативних проявів, як шахрайство, відмивання грошей і гра неповнолітніх, і водночас вона має на меті перешкоджання динамічному поширенню он-лайнової гемблінг-залежності. Доречно наголосити, що *більшість гемблінг-сайтів, що легалізовані на території країн ЄС, містять гіперпосилання на лінії допомоги чи організації, що опікуються інтернет-залежними*.

Стрімкий розвиток ринку азартних ігор у мережі сприяв тому, що у березні 2011 року Європейська Комісія випустила **«Зелену Книгу щодо он-лайнового гемблінгу в Європі»**. В ній зроблений огляд ринку он-лайнового гемблінгу в країнах Європи, включно з експертними рекомендаціями щодо окремих питань. Відповідно до даних «Зеленої Книги»²⁵, найрозвинутіша індустрія он-лайнового гемблінгу серед усіх країн ЄС у Великій Британії, Німеччині, Італії, Франції та Швеції. Щорічний прибуток від цієї індустрії в ЄС у 2008 році склав більше 6,16 млрд євро (7,5 % загального обсягу прибутків від азартних ігор). Водночас цей документ засвідчив зростання рейтингу довіри до он-лайнових азартних ігор з боку громадян ЄС.

Статистика щодо схильності до азартних ігор серед країн ЄС існує у Бельгії, Естонії, Нідерландах і Великій Британії, а у Фінляндії, Німеччині та

²⁴ Кочарян А. Б., Гущина Н. І. «Виховання культури користувача Інтернету. Безпека у всесвітній мережі». Інститут інноваційних технологій і змісту освіти Міністерства освіти і науки, молоді та спорту. Компанія «Майкрософт Україна». Навчально-методичний посібник. Київ – 2011. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.onlandia.org.ua

²⁵ Green paper on on-line gambling in the Internal Market. Brussels, 24.3.2011 COM(2011) 128 final. European Commission. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=COM:2011:0128:FIN:en:PDF>.

Мальті наявна часткова інформація з деяких аспектів цієї недуги. Зокрема, станом на 2006 рік у Великій Британії налічувалося близько 1 млн постійних інтернет-гравців, що складало третину від загальної чисельності постійних інтернет-гравців у Європі (3,3 млн)²⁶. Найпоширенішими діагностичними інструментаріями для визначення ігрової залежності в ЄС є *DSM-IV* та Діагностична шкала *SOGS (South Oaks Gambling Screen* – Скринінг-тест для оцінки ігрової залежності).

Щодо захисту неповнолітніх та осіб, які належать до групи ризику, у «Зеленій Книзі»²⁷ зазначається, що вікові обмеження повинні бути законодавчо закріплені в ліцензійних вимогах та умовах компаній, які надають гемблінг-послуги, а оператори мають здійснювати віковий контроль. Зокрема, на думку Мішеля Барньє, Європейського комісара з питань внутрішньої торгівлі, **розвиток цієї індустрії має бути пов'язаний з усебічним захистом споживачів, особливо неповнолітніх**²⁸.

Незважаючи на існуючі дослідження з питання залежності від он-лайнних азартних ігор, досі недостатньо даних щодо результатів відповідних політичних рішень, наприклад, щодо розгортання інформаційно-освітніх кампаній чи впровадження додаткових ресурсів з попередження та лікування залежних, а також ступеня доступності хворих до лікувальних заходів.

Серед країн ЄС найбільші занепокоєння проблемою інтернет-залежності лунають з боку ФРН. За неофіційними даними, близько 2 млн німців можуть вважатися хворими на цю недугу²⁹.

У 2009 році Федеральне об'єднання інформації, телекомунікації та нових ЗМІ (ВІТКОМ) провело в Берліні презентацію дослідження³⁰, присвяченого активності неповнолітніх в Інтернеті. Експерти констатували, що Інтернет міцно увійшов у повсякденне життя 71 % учнів початкової школи. 21 % дітей у віці від 4 до 6 років регулярно виходять в Інтернет, причому третина батьків не контролює їх діяльність в мережі. Особливо активно школярі початкових класів користуються соціальними мережами – такими, як, наприклад, *Facebook* і *SchülerVZ*. 90 % з них регулярно відвідують подібні портали і кожен другий публікує на них фотографії.

Схожі результати представлені у дослідженні *JIM-Studie 2010*³¹. Так, 70 % молоді у віці 12-19 років є постійними користувачами мережі Інтернет (щоденно / декілька разів на тиждень). За сферою застосування, перше місце посідає комунікація з іншими людьми (46 %), серед яких 70 % спілкуються в

²⁶ Report by Professor Mark Griffiths: Problem gambling in Europe: An overview [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www.responsiblegambling.org/articles/Prob%20Gamb%20Europe%202009%20\(3\).pdf](http://www.responsiblegambling.org/articles/Prob%20Gamb%20Europe%202009%20(3).pdf).

²⁷ Там само.

²⁸ Европейская Комиссия выпустила Green Paper для он-лайн гемблинга. 28.03.2011. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://wffw.info/93885/Evropskaya-Komissiya-vypustila-Green-Paper-dlya-onlajn-gemblinga/>

²⁹ Интернет-зависимость признают заболеванием. 30.03.2008, Deutsche Welle [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.dw-world.de/dw/article/0,,3216974,00.html>

³⁰ В Германии три четверти учеников начальных школ регулярно пользуются Интернетом. 08.07.2009, Deutsche Welle [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.dw-world.de/dw/article/0,,4464727,00.html>

³¹ JIM-Studie 2010. Jugend, Information, (Multi-) Media. Basisuntersuchung zum Medienumgang 12- bis 19-Jähriger [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.mpfs.de/fileadmin/JIM-pdf10/JIM2010.pdf

соціальних мережах, 63 % постійно надсилають повідомлення через *ICQ* чи *MSN*, 55 % – користуються електронною поштою як мінімум раз на день, 48 % – відвідують чати. 17 % користувачів віддають перевагу участі в он-лайнних іграх, 14 % – використовують мережу задля пошуку інформації, 23 % – для різного роду розваг (відео, музика та ін.).

Слід звернути увагу на те, що 90 % німецьких шкіл мають доступ до Інтернету і в школярів є можливість після уроків відвідувати безкоштовне «інтернет-кафе» при школі³². При цьому учень не завжди вміє орієнтуватися в потоці інформації.

Перше масштабне дослідження проблеми інтернет-залежності в Німеччині було проведене у 1999 році вченими Берлінського Університету М. Єрусалимом (*Matthias Jerusalem*) та А. Ханом (*André Hahn*), що заклало фундамент теорії дослідження інтернет-залежності. Науковці описали симптоми цього розладу та запропонували способи лікування. Так, у дослідженні «Стресовий стан і залежність через використання Інтернету: результати скринінгового дослідження»³³ (2001 р.) були запропоновані п'ять діагностичних критеріїв інтернет-залежності. Серед основних результатів даної роботи варто вказати наступні:

- серед інтернет-залежних переважають підлітки та молоді люди чоловічої статі до 20 років;
- до групи ризику набуття синдрому інтернет-залежності відносяться: самотні / неодружені особи, особи з низьким соціальним статусом, безробітні або частково зайняті;
- інтернет-залежні частіше за все спілкуються в чатах, грають в он-лайнні ігри, слухають/перепишують музику, відвідують порно-сайти;
- 90 % користувачів Інтернету використовують мережу 17,5 годин/тиждень, 7 % (схильні до інтернет-залежності) – 28,58 год./тиждень, а 3 % (інтернет-залежні) – 34,63 год./тиждень.

Тематика інтернет-залежності розглядалася також провідним німецьким психологом Клаусом Вельфлінгом (*Klaus Wölfling*) з Університету ім. Й. Гутенберга в Майнці під час проведення 4-ої Міжнародної конференції «Забезпечення безпеки дітей і молоді в Інтернеті» (28–29.09.2010 р., Варшава). Відповідно до даних його доповіді³⁴ 65 % інтернет-залежних віддають перевагу інтернет-іграм, 51 % здійснюють пошук інформації, 39 % спілкуються в чатах, 18 % спілкуються в соціальних мережах, 14 % здійснюють покупки он-лайн, 13 % перепишуються електронною поштою, 11 % відвідують порно-сайти. Діагностування даної недуги здійснювалось відповідно до розробленої німецькими науковцями Шкали

³² Максименко Н. Профілактика комп'ютерної залежності серед німецьких підлітків. Слов'янськ – 2010. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.nbuv.gov.ua/Portal/Soc_Gum/Gnvp/2010_5_SV2/36.pdf

³³ Matthias Jerusalem, André Hahn, Anja Niesing & Andy Heer, «Stress and Addiction in the Internet: First Results of an On-Screen-Study», Humboldt-University of Berlin 2001. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://psilab.educat.hu-berlin.de/ssi/publikationen/AEGEE_SSI.pdf

³⁴ Klaus Wölfling, «Internet Addiction». 4th International Conference «Keeping Children and Young People Safe Online» Warsaw, Poland [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.saferinternet.pl/archiwum/the_summary_of_the_4th_international_conference.html

діагностики інтернет-залежності (*OSV-Skala zum Onlinesuchtverhalten*), що складається з 16 пунктів, та виділяє непатологічний, критичний / ризикований і патологічний ступені інтернет-залежності.

Щодо питання діагностики даної адикції, то К. Вельфлінг вважає за доречне, незважаючи на існування такого діагнозу як «патологічна схильність до азартних ігор», **запровадити новий діагноз – «Розлади, пов'язані з адикціями»** (*Addiction and Related Disorders*), до якого слід віднести і патологічний гемблінг³⁵.

На думку німецького психолога Сильвії Кратцер (*Silvia Kratzer*) основною передумовою виникнення інтернет-адикції, є не звичка до спілкування в Інтернеті, а відхилення у психіці людини. До такого висновку науковець дійшла внаслідок проведеного дослідження серед 61 особи з діагнозом «інтернет-залежність», результати якого ввійшли до роботи «Патологічне використання Інтернету» (2008 р.)³⁶.

До того ж, характерною соціальною рисою сучасної Німеччини стає збільшення кількості самотніх людей, що зростає з року в рік, а відтак віртуальні комунікації стають єдиним способом урізноманітнити життя шляхом спілкуванням з подібними до себе або заповнення дозвілля враженнями інших осіб³⁷.

Окрім учених, на проблему інтернет-адикції все частіше звертають увагу і представники офіційних кіл Німеччини. Зокрема, уповноважена уряду ФРН з проблем наркотичної та алкогольної залежності С. Бетцінг (*Sabine Bätzing*), у липні 2009 року заявила, що **інтернет-залежність перетворюється в Німеччині на серйозну проблему**. Вона вважає, що настав час розширити можливості надання терапевтичної допомоги таким людям³⁸. Відповідно до проведеного її відомством опитування до 7 % користувачів Інтернету шкільного віку стали інтернет-залежними, а від 3 % до 7 % німецьких користувачів Інтернету перебувають у групі ризику.

Водночас, представники фракції ХДС/ХСС і СДПН у Бундестазі звернулися до Федерального уряду з проханням доручити фахівцям ретельно вивчити цю проблему та підготувати рекомендації з методики лікування, а також розробити технічні засоби, покликані обмежити час перебування в Інтернеті.

Федеральний міністр у справах сім'ї та людей похилого віку, жінок і молоді Урсула фон дер Ляєн (*Ursula von der Leyen*) зі свого боку запропонувала в якості корисного інструменту для знайомства школярів з Інтернетом використання можливостей шкільної внутрішньої мережі

³⁵ Klaus Wölfling, «Internet Addiction». 4th International Conference «Keeping Children and Young People Safe Online» Warsaw, Poland [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.saferinternet.pl/archiwum/the_summary_of_the_4th_international_conference.html

³⁶ Любители чатов страдают нарушениями психики. 17.09.2006 Deutsche Welle [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.dw-world.de/dw/article/0,,2166857,00.html>

³⁷ Два миллиона немцев страдают интернет-зависимостью 22.08.2009, Nazdor.ru [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.nazdor.ru/forhealth/news/current/97792/>

³⁸ В ФРГ добиваются терапевтической помощи для интернет-зависимых. 03.07.2009, Deutsche Welle [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.dw-world.de/dw/article/0,,4452980,00.html>

(інтранету)³⁹. Також міністр запропонувала виробити спільно з власниками соцмереж та провайдерами певний механізм, який дозволив би захистити неповнолітніх від негативних наслідків роботи в мережі Інтернет.

Відповідно до даних оприлюдненої у травні 2011 року уповноваженою Федерального уряду ФРН з питань боротьби з наркотичною та алкогольною залежністю Мехтхільд Дікманс (*Mechthild Dyckmans*) «Доповіді Федерального уряду ФРН про поширення речовин, які викликають звикання»⁴⁰, з 82 мільйонів жителів Німеччини **понад 500 тисяч залежні від Інтернету**. Окрім того, М. Дікманс визнала, що **дослідження проблеми інтернет-залежності в ФРН знаходяться у зародковому стані й чітких діагностичних критеріїв даної недуги покищо не існує**.

Питання профілактики інтернет-залежності серед німецьких дітей все більше турбує старших членів родини та змушує їх вживати необхідні заходи. Згідно з даними опитування⁴¹, кожен другий у віці від 7 до 17 років повідомив, що може виходити в Інтернет тільки з певними обмеженнями, 38 % батьків обговорюють з дітьми їх досвід у мережі, кожен четвертий батько встановлює спеціальне програмне забезпечення для захисту дитини від сайтів, що містять інформацію про насильство або секс. Водночас *майже третина батьків вважає, що проконтролювати процес перебування дітей в Інтернеті неможливо*.

Одним із найефективніших способів подолання інтернет-залежності в Німеччині стало лікування пацієнтів у спеціалізованих клініках і таборах. **Перший центр для відновлення підлітків з даною залежністю був відкритий у місті Болтенхаген у 2003 році**⁴². Метод лікування даної недуги розробила психотерапевт Симона Траутш. Програма одужання включає медичну, психологічну, фізичну та педагогічну допомогу. Цікаво, що підліткам дають можливість у рамках лікування працювати за комп'ютером, оскільки завдання центру полягає не в тому, щоб прибрати комп'ютер з повсякденного життя підлітків, а в тому, щоб навчити використовувати його в розумних цілях. У результаті такого лікування спостерігається поліпшення самопочуття підлітків, зростання їх впевненості в собі та значне скорочення часу перебування в мережі Інтернет⁴³.

З 2008 року лікувати від інтернет-залежності почали також в Університеті Майнца. Серед інших реабілітаційних центрів та клінік у країнах ЄС слід згадати клініку *Smith & Jones Center* в Амстердамі, де з 2006 року практикують когнітивну поведінкову терапію і психоаналіз. У 2009 році спеціалізована клініка відкрилася у Римі в одному з найбільших

³⁹ В Німеччині три чверти учеників початкових шкіл регулярно користуються інтернетом. 08.07.2009, Deutsche Welle [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.dw-world.de/dw/article/0,,4464727,00.html>

⁴⁰ Німецькі підлітки бросают питиє і курять. 17.05.2011, Deutsche Welle [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.dw-world.de/dw/article/0,,15085957,00.html>

⁴¹ В Німеччині три чверти учеників початкових шкіл регулярно користуються Інтернетом. 08.07.2009, Deutsche Welle [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.dw-world.de/dw/article/0,,4464727,00.html>

⁴² Комп'ютерна залежність. 13.08.2005, Deutsche Welle [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.dw-world.de/dw/article/0,,1688408,00.html>

⁴³ Camp aims to beat web addiction. Tristana Moore, BBC. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://news.bbc.co.uk/2/hi/europe/3125475.stm>

італійських державних медичних центрів. Варто відзначити, що Італія першою запропонувала надавати допомогу для залежних від мережі за рахунок держави. В Лондоні у 2010 році була відкрита перша реабілітаційна клініка «Капіо Найтінгейл» для дітей, залежних від Інтернету, комп'ютерних ігор і мобільних телефонів.

Водночас, незважаючи на пропозиції лікування різних кіберрозладів з боку професійних клінік, часто хворі вважають за краще звертатися по допомогу в спеціалізовані **інтернет-клініки**, що функціонують за типом Спільноти анонімних алкоголіків. Замість того, щоб приходити на прийом до психіатра, хворі спілкуються з віртуальним лікарем. Наприклад, сайт *On-Line Gamers Anonymous* пропонує анонімно позбутися від геймерської залежності методом «12 кроків»⁴⁴.

Таким чином, у Європі в останнє десятиліття спостерігається стійка тенденція до розширення засобів аналізу та методів подолання проблеми інтернет-залежності, чому сприяло динамічне розповсюдження даної хвороби, особливо серед представників молодого покоління. Необхідність недопущення поширення даного виду адикції, що поступово набуває ознак значної соціальної проблеми в деяких європейських країнах, змушує представників влади як Європейського Союзу, так і окремих його членів здійснювати різноманітні політичні кроки та детальніші наукові дослідження з метою вироблення найоптимальнішої психологічно-терапевтичної методики лікування та попередження цієї адикції.

3. АЗИЙСЬКИЙ ДОСВІД ВИРІШЕННЯ ПРОБЛЕМИ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Останнім десятиліттям серед країн Азії спостерігається тенденція до збільшення кількості інтернет-користувачів, а у світовому масштабі (станом на березень 2011 року) **44 % усіх користувачів Інтернету склали саме мешканці азійських країн**⁴⁵. Досить показовим є факт, що саме в цій частині світу надмірне використання мережі Інтернет стало дестабілізуючим фактором нормального розвитку соціуму. Особливого розмаху проблема інтернет-залежності набула в Китаї та Республіці Корея, що змусило владу цих країн ініціювати проведення наукових досліджень з даної тематики та розробити шляхи подолання цієї недуги. Залучення різноманітних спеціалістів та втілення в життя комплексу технічних, психологічних, реабілітаційних, медикаментозних методів подолання цієї хвороби стало вагомим фактором, що привертає увагу все більше країн світу.

⁴⁴ On-Line Gamers Anonymous . [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.olganon.org/>

⁴⁵ Internet Usage in Asia. Internet World Stats. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.internetworldstats.com/stats3.htm>

3.1. ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ У КНР

У КНР найбільше у світі користувачів Інтернету – 485 млн чоловік, що складає 36,3 % усього населення країни та 52 % користувачів усіх країн Азії⁴⁶. Слід зазначити, що кількість інтернет-користувачів в КНР стрімко зростає – у 2000 році їх налічувалося лише 22,5 млн⁴⁷.

Відповідно до *Statistical Survey Report on the Internet Development in China (2010)*⁴⁸, у середньому мешканець Китаю проводить в мережі Інтернет 19,8 годин на тиждень, що на 1,1 годину більше за показники 2009 року. При цьому збільшилася комерційна складова використання мережі, що склало 30% від усього обсягу часу користування Інтернетом (он-лайнві оплати, покупки, банкові операції).

Мережеві ЗМІ також стають більш популярними, а мікро-блоги стали привабливішими для всіх соціальних груп. Щодо гендерних характеристик, то серед користувачів Інтернету переважають чоловіки – 54,8 %.

За віковим показником найактивнішими є діти та молодь, а саме особи у віці від 10 до 19 років (35,8 % користувачів) та 20 – 29 років (35,4 %) (рис.1).

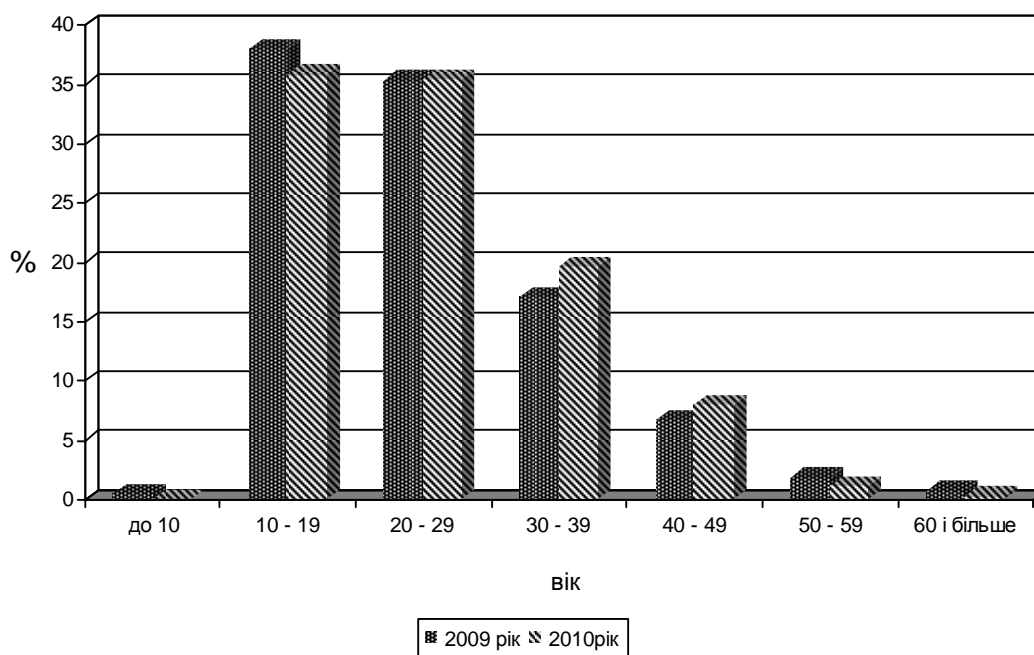


Рис. 1. Використання Інтернету в КНР: вікові показники (%)

⁴⁶ Internet Usage in Asia. Internet World Stats. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.internetworldstats.com/stats3.htm>.

⁴⁷ Там само.

⁴⁸ Statistical Survey Report on Internet Development in China (January 2010). China Internet Network Information Center [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.cnnic.net.cn/uploadfiles/pdf/2010/3/15/142705.pdf>

За рівнем освіти переважають учні старших класів середньої школи – 40,1 % та молодших класів середньої школи – 27,5 %⁴⁹. За сферою діяльності серед користувачів Інтернету домінують студенти (30,7 %), самозайняті працівники (16,7 %) і звичайні працівники компаній та підприємств (15,1 %)⁵⁰.

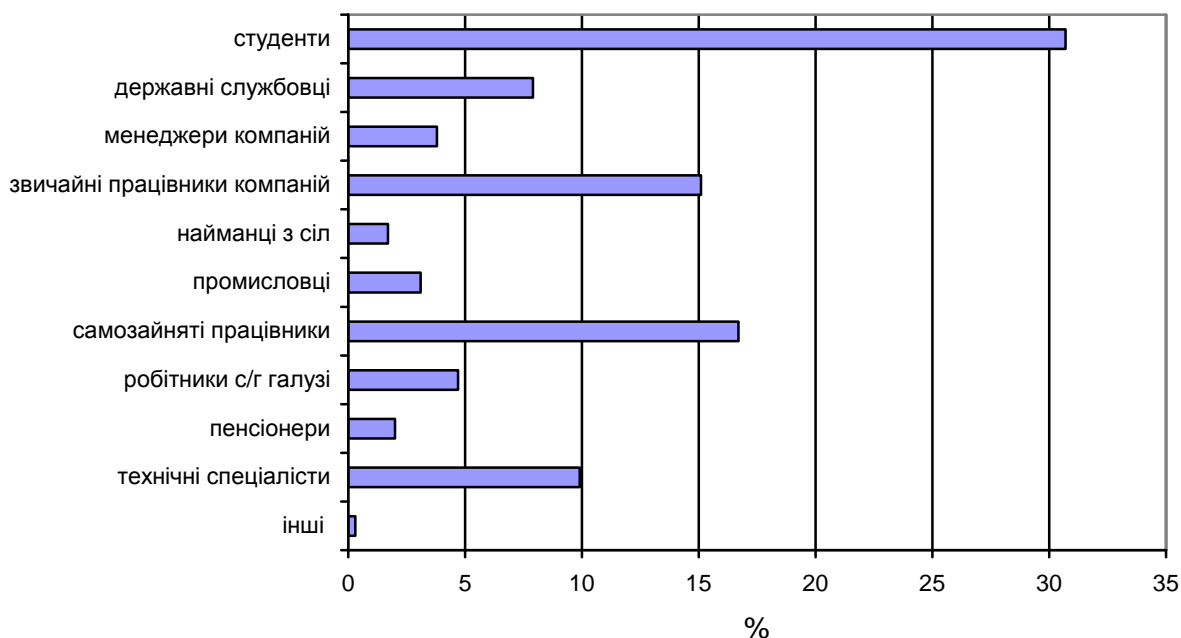


Рис. 2. Використання Інтернету в КНР: за сферою діяльності (%)

Відповідно до рівня доходів⁵¹ 20,5 % користувачів заробляють до 500 юанів на місяць, кількість яких порівняно з 2009 роком зросла на 2,5 %. Більшість інтернет-користувачів (66,3 %) мають щомісячний дохід розміром від 500 до 5000 юанів. А чисельність інтернет-користувачів з нульовим доходом складає 8,1 %.

За даними дослідження 77,3% користувачів використовують мережу лише у вільний час, 15,2 % – на роботі та вдома, а 7,5 % – тільки на роботі⁵².

Щодо *мети* використання мережі Інтернет (рис. 3), то китайські користувачі надають перевагу розвагам (музика, ігри, відео), пошуку інформації (новини, цільовий пошук), комунікації (повідомлення, блоги, соціальні мережі) та е-комерції (покупки, банківські послуги, оплата).

⁴⁹ Statistical Survey Report on Internet Development in China (January 2010). China Internet Network Information Center [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.cnnic.net.cn/uploadfiles/pdf/2010/3/15/142705.pdf>

⁵⁰ Там само.

⁵¹ Там само.

⁵² Там само.

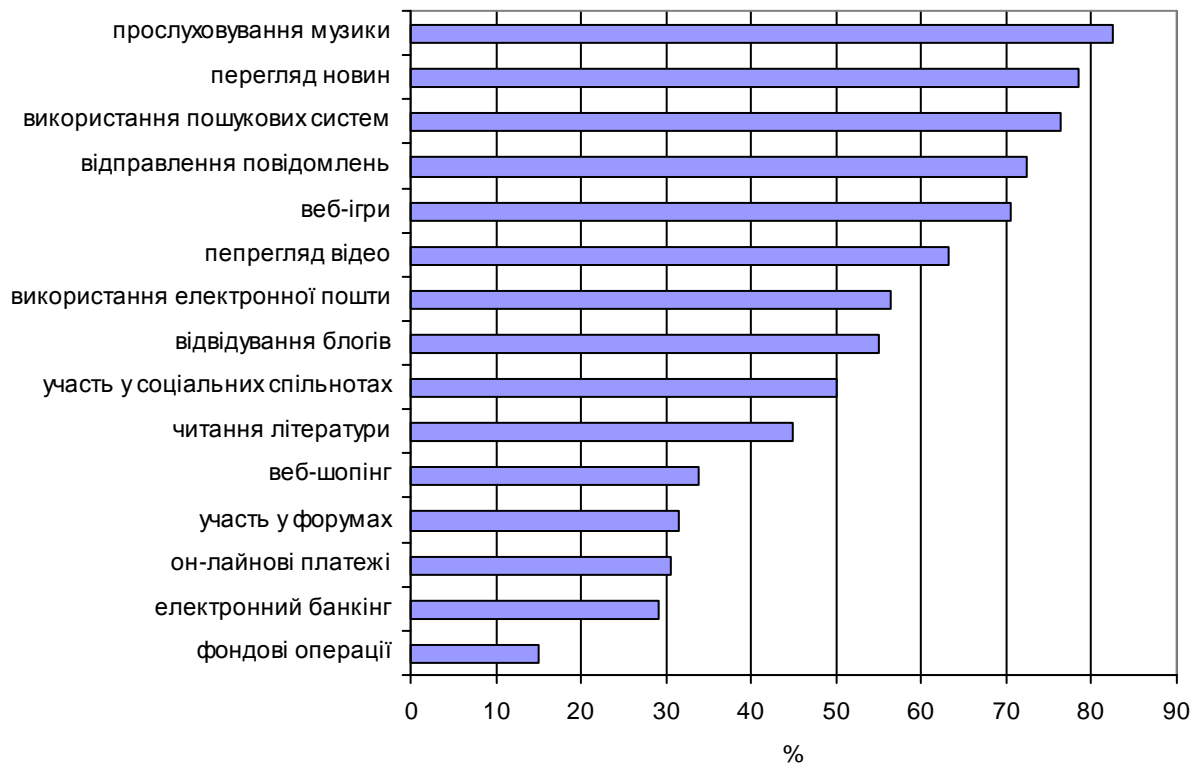


Рис. 3. Мета використання Інтернету

Одночасно зі зростанням можливостей нових технологій та популяризації Інтернету в КНР відбувається стрімке зростання кількості осіб, що страждають від патологічного використання мережі Інтернет. Так, за даними *China Youth Association for Network Development*⁵³, у **2009 році від Інтернету залежали близько 24 млн китайських підлітків**, що удвічі перевищило показники 2005 року. У КНР дана адикція переважно виникає у хлопців внаслідок надмірного перебування в он-лайнних іграх, дівчата найчастіше проводить час у чатах, а доросліші люди схильні до постійного безсистемного веб-серфінгу⁵⁴. А згідно з даними опитування міжнародного соціологічного агентства *InterActiveCorp*, 42 % китайських підлітків самі визнають, що перебувають у залежності від Інтернету⁵⁵.

У КНР однією з головних передумов виникнення інтернет-залежності стала доступність і різноманітність **мережевих комп'ютерних ігор**, які нині вельми популярні. Для 70 % китайських інтернет-користувачів комп'ютерні ігри є однією з головних цілей використання Інтернету⁵⁶. При цьому більшість гравців становлять молодь і школярі. Найпопулярнішими іграми є

⁵³ Web Addiction Soars Among China's Youth, Survey Says. 03.02.2010 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.pcworld.com/article/188421/web_addiction_soars_among_chinas_youth_survey_says.html

⁵⁴ В Китае интернет-зависимых отправляют на военную базу. Компьютерные вести №27, 2009 год [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.kv.by/index2009273901-10.htm>

⁵⁵ China Defines Internet Addiction, Designates Psychiatric Units to Treat Disorder, IAC [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://iac.mediaroom.com/index.php?s=53&item=320>

⁵⁶ Развитие компьютерных игр в Китае. Ш.-Л. Ван, А. Е. Войскунский, А. И. Карпухина Материалы конференции «Интернет и современное общество» Санкт-Петербург, 27 – 29 октября 2009 г. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://conf.infosoc.ru/2009/thesis/IMS%202tom.pdf#page=19>

MMORPG (*Massively multiplayer online role-playing game* – рольова он-лайнова гра з участю багатьох користувачів) та інші сюжетні ігри з великою кількістю гравців (*MMOFSP, MMORG, MMOSG, MMOR* і т. д.). 25 % китайських користувачів Інтернету грають в комп'ютерні ігри кожен день, а 21,6 % – як мінімум раз на тиждень⁵⁷. Залежно від типу комп'ютерних ігор різняться і цілі гравців. Так, грають задля розваги 74,4% гравців, 13,1 % гравців – з метою розвитку здібностей, а 4,4 % гравців – задля досягнення успіху і здобуття перемоги. Окрім того, для гравців є важливим спілкування під час гри: існують різні віртуальні спільноти – такі, як, наприклад, форуми для обговорення питань, пов'язаних з іграми.

Цікаву закономірність виявило інше дослідження – **частка інтернет-залежної молоді в економічно відсталих містах країни є вищою, ніж у розвинених містах**. Наприклад, у мегаполісах Пекін, Шанхай і Гуанчжоу цей показник склав відповідно 8,1, 8,7 і 8,3 %, а в містах Гуйян, Інчуань і Лхаса він склав відповідно 31,8, 20,5 і 13,7 %⁵⁸.

В КНР питання вирішення проблеми інтернет-залежності гостро постало у 2004 році, коли почастішали випадки загибелі внаслідок тривалого використання Інтернету⁵⁹. Водночас спостерігалось і підвищення чисельності злочинів серед підлітків та кількості прогулів у середніх та вищих навчальних закладах. Відповідно до даних Пекінського управління громадської безпеки **76 % злочинів серед підлітків тією чи іншою мірою мотивовано пристрастю до он-лайн-ігор**⁶⁰.

Таким чином, влада КНР, усвідомлюючи наявність серйозної суспільної проблеми, у 2004 році відкрила перший **спеціальний трудовий табір** при Пекінському центральному військовому госпіталі. Засновником його став військовий дослідник Тао Ран. У цьому центрі лікування інтернет-залежності психологічну допомогу й терапевтичне лікування поєднали з військовими іграми і суворою дисципліною⁶¹. За період 2004-2009 років у цьому таборі пройшли лікування більше 5 тисяч пацієнтів⁶². Щодо результатів діяльності цього центру, то, за даними Тао Рана, кількістьвилікуваних хворих після трьохмісячного перебування у трудовому таборі складала 70 – 80 %⁶³.

⁵⁷ Развитие компьютерных игр в Китае. Ш.-Л. Ван, А. Е. Войскунский, А. И. Карпухина Материалы конференции «Интернет и современное общество» Санкт-Петербург, 27 – 29 октября 2009 г. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://conf.infosoc.ru/2009/thesis/IMS%202tom.pdf#page=19>.

⁵⁸ Доля интернет-зависимых людей среди китайской молодежи составляет 14,1 процента 03.02.2010, Russian.News.Cn [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://russian.news.cn/social/2010-02/03/c_13162127.htm

⁵⁹ Obsessed With the Internet: A Tale From China. Christopher S. Stewart 13.01.2010, Wired [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.wired.com/magazine/2010/01/ff_internetaddiction/

⁶⁰ В Китае интернет-зависимость лечат электрошоком 03.06.2009, narcolog.com.ua [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.narcolog.com.ua/game/treatment/v_kitae_intern_659.html

⁶¹ Підйом о 5 ранку, світло відключають о 21.30, одяг з камуфляжу, дві години обов'язкових фізичних вправ, психологічна підготовка, уроки філософії та каліграфії під наглядом армійських інструкторів.

⁶² Китай собирается официально признать интернет-зависимость болезнью. С. Лавинов 12.10. 2008, «Новые известия». [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.newizv.ru/news/2008-11-14/101392/>

⁶³ Там само.

Загалом, станом на 2009 рік в КНР працювало не менше 400 приватних клінік для реабілітації людей з інтернет-адикцією⁶⁴. Понад те, спеціальні відділення для лікування інтернет-залежності планувалося відкрити в усіх лікарнях країни.

З метою збереження психічного здоров'я молоді в Китаї уряд запровадив заборону відвідувати підліткам інтернет-кафе та поклав контроль за виконанням цього наказу на сили поліції. А станом на кінець 2004 року **було зачинено більше 12 000 інтернет-кафе, що працювали нелегально**⁶⁵. Одночасно парламент країни прийняв рішення заохочувати дослідження і розробки технологій, які мали б на меті попередити розвиток он-лайнної залежності у дітей⁶⁶.

У липні 2007 року в КНР з ініціативи Головної адміністрації з преси та Міністерства з інформаційної промисловості набули чинності нові правила, що зобов'язали операторів он-лайнних ігор встановлювати на своїх сайтах так звану **систему втоми (fatigue system)**⁶⁷. Вона передбачає обов'язкову реєстрацію підлітка, а після трьохгодинного перебування в мережевій грі обмежує його ігрові можливості та через п'ять годин безперервної – автоматично припиняє гру. Однак на практиці ця система показала свою неефективність і не дала значних результатів, оскільки після автоматичного відключення гри підліток міг знову реєструватися та продовжити грати.

Вагомим здобутком науковців КНР у сфері вивчення інтернет-адикції стала розробка *«Стандартів діагностики інтернет-залежності»*, що були розроблені спеціалістами Пекінського військового госпіталю та опубліковані у листопаді 2008 року. Згідно з цим документом інтернет-залежність визначалась як «психічний розлад, що виникає в результаті багаторазового і надмірного використання мережі»⁶⁸. Основними симптомами інтернет-залежності були названі наступні: дратівливість, проблеми з концентрацією уваги і сном, психічна пригніченість і нав'язливе бажання скоріше повернутися до мережі. Планувалося, що ці розробки стануть основою для посібника для спеціалістів медичних установ країни.

З 2009 року в КНР на офіційному рівні почалися дискусії щодо можливості визнання інтернет-залежності в якості клінічного розладу, що, проте, так і не було втілено в життя. Так, 5 листопада 2009 р. на англійській стрічці «Сінхуа» (*Xinhua*) з'явилося повідомлення, що Міністерство охорони здоров'я КНР вирішило запровадити термін «неналежне використання

⁶⁴ В Китае запретили телесные наказания для лечения интернет-зависимости 06.11.2009, Focus.ua [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://focus.ua/foreign/77735>

⁶⁵ China net cafe culture crackdown. 14.02.2005, BBC [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://news.bbc.co.uk/2/hi/technology/4263525.stm>

⁶⁶ China looking to stop Internet addiction 28.10.2006, China daily [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.chinadaily.com.cn/china/2006-10/28/content_719146.htm

⁶⁷ В Китае открылся летний лагерь для интернет-зависимых. 08.08.2007, Компьюлента [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://cult.compulenta.ru/328485/>

⁶⁸ «Internet addiction» in contemporary China: individual pathology or pathology of normalcy? Вах, Trent Malcolm, University of Hong Kong, 2011 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://hdl.handle.net/10722/133287>

Інтернету», замість використання терміну «інтернет-залежність»⁶⁹. А у березні 2010-го директор Гуанчжоуського інституту психології Шень Цзяхун (*Shen Jiahong*) заявив, що Міністерство охорони здоров'я має намір за матеріалами проведеного дослідження назвати інтернет-залежність «патологічним використанням Інтернету»⁷⁰.

Питання невизначеності статусу інтернет-залежності навіть спричинило правовий прецедент. Після того, як за вбивство батьків інтернет-залежний юнак був засуджений до смертної кари, родичі юнака, посилаючись на «Стандарти клінічної діагностики інтернет-залежності», оскаржили вердикт, вказавши при цьому, що засуджений страждає на психічне захворювання. А відповідно до чинного в Китаї кримінального кодексу, психічно хвора людина не підлягає притягненню до кримінальної відповідальності, оскільки не здатна контролювати свою поведінку під час вчинення злочину. Однак проти такого рішення суду виступив Тао Ран, який уточнив, що особа, яка страждає на дану недугу, усвідомлює свою поведінку, і, таким чином, не підпадає під передбачений кримінальним правом виняток⁷¹.

Слід зазначити, що саме офіційне видання Комуністичної партії КНР «Женьмінь жибао» («Народна щоденна газета») на початку листопада 2008 року оголосило про розроблення «Стандартів клінічної діагностики залежності від Інтернету». Державна політика щодо поширення інформації про необхідність лікування підлітків від інтернет-залежності базувалася на рекламі таборів для інтернет-залежних на національних телеканалах. За повідомленнями в ЗМІ⁷² в цих рекламних роликах, які зображали щасливих батьків, чиї діти позбавились від цієї хвороби, були задіяні професійні актори. Так, завдяки інформаційній пропаганді у ЗМІ Ян Юнсінь (*Yang Yongxin*), засновник методу електросудомної терапії (ЕСТ), не маючи освіти психіатра, здобув репутацію національного експерта у сфері лікування інтернет-залежності, що дозволило йому заробляти близько 900\$ за місяць, тоді як середня місячна заробітна плата в КНР становить 400\$⁷³.

Організація лікування інтернет-залежних у спеціалізованих таборах, незважаючи на її високу вартість⁷⁴, виявила ряд суттєвих недоліків. Серед основних – відсутність відповідних кваліфікованих спеціалістів та подекуди примітивні методи лікування із застосуванням антидепресантів та інтенсивних фізичних навантажень. Зокрема, деякі лікувальні центри фактично виявилися закритими військово-спортивними таборами, де практикувалися армійська муштра, що передбачає насильство в разі

⁶⁹ Краткая история партийной борьбы за психиатрическое лечение от «интернет-зависимости» 25.09.2010, Зона министра. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://wangpa.livejournal.com/578962.html>

⁷⁰ Там само.

⁷¹ Там само.

⁷² Obsessed With the Internet: A Tale From China. Christopher S. Stewart 13.01.2010, Wired [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.wired.com/magazine/2010/01/ff_internetaddiction/all/1

⁷³ Там само.

⁷⁴ Тримісячний курс лікування у першому реабілітаційному таборі «Базі психологічного розвитку молоді Китаю» коштував 25200 юанів

непокори інструкторам, виснажливу працю та відсутність вільного часу. Варто наголосити, що при цьому жодний державний орган КНР, жодне міністерство чи відомство не несло відповідальності за діяльність таких установ і не здійснювало контроль за даним напрямком терапії.

Широкого розголосу у світовій пресі набули **випадки жорстокого ставлення до підлітків з боку працівників лікувальних таборів КНР**, що, зокрема, спонукало до втечі 14 пацієнтів центру у червні 2010 року. Особливого резонансу набув також факт забиття до смерті наглядачами шістнадцятирічного юнака Дена Сеньшаня у серпні 2009 в лікарні міста Наньнін. У травні 2010 року ці працівники лікарні були засуджені до 10 років тюремного ув'язнення⁷⁵.

Відповіддю на такі негуманні методи експериментальної терапії стали заяви китайських учених і фахівців⁷⁶ щодо зміни лінії лікування в подібних закладах. Так, Тао Хункай (*Tao Hongkai*), науковець Педагогічного Університету Хуажонгу звернувся до уряду КНР з проханням припинити безлад і почати контролювати процес лікування. Ідею створення спеціального департаменту для регулювання діяльності цих клінік, який мав би нести відповідальність за дану сферу, запропонував Директор організації *New Taste Family Education Institute* при Пекінському університеті Цзян Пу (*Jiang Pu*).

В результаті занепокоєння в наукових колах щодо способів лікування офіційна влада Китаю прийняла рішення втрутитись у діяльність цих центрів. Так, у листопаді 2009 року уряд КНР ввів **заборону на тілесні покарання і обмеження свободи**⁷⁷, що застосовувалися до молодих людей з інтернет-залежністю в реабілітаційних клініках. В інструкціях, опублікованих на сайті Міністерства охорони здоров'я КНР, говорилося, що до пацієнтів необхідно проявляти стриманість, оскільки концепція інтернет-залежності поки що не отримала чіткого визначення, а методи впливу, що обмежують особисту свободу, і тілесні покарання суворо заборонені. Цей документ також зобов'язав батьків і вчителів у кожному випадку ретельніше аналізувати причини залежності.

Паралельно з використанням психологічних консультацій, теоретичних занять та гіпнозу в центрах для лікування інтернет-залежності в Китаї застосовувався такий метод лікування, як **електросудомна терапія**. Ян Юнсінь використовував ЕСТ на одному з етапів чотиримісячної програми позбавлення від даної недуги. Однак, оскільки ефективність застосування ЕСТ для лікування інтернет-залежності у підлітків не була підтверджена клінічно, у липні 2009 МОЗ КНР визнало ЕСТ небезпечним для здоров'я

⁷⁵ Втеча з китайського табору для інтернет-залежних. 09.06.2010, ChinaSpot [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://chinaspot.ru/uk/i00/2080.html>

⁷⁶ Краткая история партийной борьбы за психиатрическое лечение от «интернет-зависимости» 25.09.2010, Зона министра. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://wangpa.livejournal.com/578962.html>

⁷⁷ Правительство Китая запретило телесные наказания и ограничение свободы, применявшиеся к интернет-зависимым. 06.11.2009, РБК-Украина [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.rbc.ua/rus/digests/show/pravitelstvo_kitaya_zapretilo telesnye nakazaniya_i_ogranichenie_svbobody_primenyavshiesya_k_internet_zavisimym06112009

людини та рекомендувало лікувальним установам відмовитися від використання цього методу⁷⁸.

Питання інтернет-залежності висвітлюється також в опублікованій 8 червня 2010 року «Білій книзі щодо Інтернету» (*White Paper on Internet in China*), в якій пекінське керівництво запевнює, що має намір неухильно забезпечувати «мережеву безпеку» для неповнолітніх, здійснюючи заходи щодо запобігання «зайвим захопленням молоддю Інтернетом»⁷⁹. У «Білій книзі» говориться, що **державою схвалюється розробка інструментів задля забезпечення безпеки перебування неповнолітніх в Інтернеті.**

Однією з особливостей розвитку інтернет-залежності в КНР стало те, що китайські тінейджери впадають у залежність від Інтернету в набагато молодшому віці, ніж в інших державах світу. Інтернет-залежні в Китаї на 10 років молодші за тих, що проживають на Заході. Гао Венбін (*Gao Wenbin*), дослідник в галузі психології Китайської академії наук, вважає, що причиною тому є **відсутність гідної альтернативи Інтернету**⁸⁰.

Окрім того, одним із факторів, що сприяв розвитку інтернет-залежності в КНР, є **культурний**. З одного боку, в Китаї традиційно модель виховання батьками дітей є досить суворою та передбачає вимагання досконалості від дітей з малих років, налаштовує на обов'язкове досягнення успіху в житті. Для більшості китайських батьків успішність дитини є показником гарного виховання в сім'ї. З іншого боку, наслідком великих учбових навантажень стають стреси, перевтоми та, зокрема, й інтернет-залежність.

Слід зауважити, що ще одним соціокультурним фактором, що спонукав до виникнення гострого занепокоєння проблемою залежності від Інтернету, є фактор **різниці між поколіннями**. Соціологи часто поділяють китайське населення на дві частини: покоління народжених до і після 1980 р. Між цими поколіннями – велика різниця в цінностях, моралі, способі поведінки. Варто нагадати, що у 1980 році в Китаї почався процес економічних і політичних реформ. Тому люди, які народилися після 1980 р., виростають у середовищі, що сильно відрізняється від того середовища, в якому виховувалося попереднє покоління, а покоління народжених після 1980 р. ставиться до новітніх інформаційних технологій та захоплення Інтернетом значно позитивніше. Загалом проблема залежності від Інтернету в Китаї стала результатом значних змін в суспільному житті країни⁸¹.

⁷⁸ China Bans Electro-shock Therapy for Internet Addicts. 14.07.2009, China Digital Times. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://chinadigitaltimes.net/2009/07/china-bans-electro-shock-therapy-for-internet-addicts/>

⁷⁹ White Paper on Internet in China, Information Office of the State Council of the People's Republic of China, June 8, 2010, Beijing [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.china.org.cn/government/whitepaper/node_7093508.htm

⁸⁰ Власти Китая объявили войну интернет-наркомании. 19.01.2007, РБК. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://pda.top.rbc.ru/wildworld/19/01/2007/96633.shtml>

⁸¹ Развитие компьютерных игр в Китае. Ш.-Л. Ван, А. Е. Войскунский, А. И. Карпухина Матеріали конференції «Інтернет и современное общество» Санкт-Петербург, 27 – 29 октября 2009 г. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://conf.infosoc.ru/2009/thesis/IMS%202tom.pdf#page=19>

3.2. ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ У РЕСПУБЛІЦІ КОРЕЯ

Одна з найбільш вражаючих ситуацій у світі з патологічної схильності до мережі Інтернет склалася в Республіці Корея, яка є світовим лідером за рівнем використання широкосмугового доступу до мережі та залишається однією з найрозвинутіших кіберспортивних держав світу. Сьогодні в Південній Кореї нараховується 39,4 млн інтернет-користувачів, що складає 80,9 % від усього населення країни⁸². За даними дослідження *Korean Network Information Center*⁸³, більше 95 % користувачів мережі у віці від 6 до 29 років регулярно виходять в он-лайн, 86,4 % користувачів у віці 30-39 років постійно користуються мережею, 58,3 % складають користувачі у віці 40-49 років та лише 27,6 % – п'ятдесятирічних постійних користувачів. При цьому чоловіки частіше за жінок користуються Інтернетом (74,4 % від загальної чисельності усіх чоловіків РК), в той час, як 62 % жінок країни є активними інтернет-користувачами. Близько 70 % мешканців міст та 46,2 % людей, які проживають у сільській місцевості, є інтернет-користувачами.

За даними дослідження «*Country Report on Information Access and Media and Information Literacy: Republic Of Korea*» серед цілей використання мережі у РК переважають наступні – пошук інформації, комунікація, розваги, освіта, покупки, фінансові послуги⁸⁴.

Таблиця 1

Мета використання Інтернету (%)

Вікова категорія (роки)	Пошук даних та інформації	Відпочинок	Комунікація	Покупки	Освіта	Організація веб-сайтів	Фінансові послуги	Обмін файлами	Послуги електронного урядування	Завантаження програмного забезпечення	Пошук роботи	Участь у співтовариствах
10-19	94,9	97,1	95,7	58,4	89,3	70,7	10,0	22,3	1,5	6,8	3,5	59,5
20-29	99,5	98,4	99,8	88,7	74,2	73,8	59,1	39,9	16,8	17,8	19,3	73,2
30-39	97,9	91,9	94,5	73,5	43,1	44,1	57,8	22,8	21,9	11,1	7,7	48,0

У Південній Кореї протягом останніх десяти років були зафіксовані випадки смерті людей від тромбів, що утворилися внаслідок тривалого сидіння в інтернет-кафе, та один випадок убивства на фоні непорозуміння з приводу он-лайнової гри (перший смертельний випадок був зареєстрований у 2002 році). Особливо резонансною була новина, коли в травні 2010 року

⁸² Internet Usage in Asia. Internet World Stats. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.internetworldstats.com/stats3.htm>

⁸³ Ten Years of Internet in Korea. Internet World Stats. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.internetworldstats.com/asia/kr.htm>

⁸⁴ Country Report on Information Access and Media and Information Literacy: Republic Of Korea. Cheung Moon Cho. Asia Pacific information network (apin) meeting and ict literacy workshop. 23-26 November 2010. Manila, Philippines. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.aijc.com.ph/country_reports/Korea.pdf

сімейну пару засудили за вбивство з необережності після того, як їхня донька померла з голоду, тоді як вони «ростили» віртуальну дитину в Інтернеті.

Відповідно до даних Національного агентства з інформаційного суспільства РК, **12,4 % підлітків і 5,8 % дорослого населення Південної Кореї вважаються інтернет-залежними**⁸⁵. Окрім того, відповідно до урядових оцінок близько 210 тис. південнокорейських дітей схильні до цієї хвороби та потребують лікування⁸⁶. Через інтернет-залежність все більше підлітків не відвідують школу, а дорослі громадяни йдуть з роботи задля того, щоб більше часу проводити в мережі.

Згідно даних *Country Report on Information Access and Media and Information Literacy: Republic Of Korea* виокремлюють наступні **причини розвитку інтернет-залежності серед мешканців РК**⁸⁷.

1. Соціально-економічні фактори – жорстка боротьба за виживання, стрес, що отримується в процесі соціальної взаємодії, брак достатніх умов для належного проведення дозвілля та відпочинку, незрілість інформаційної культури.
2. Інтернет фактори – анонімність, інтерактивність і швидкість, можливість перебільшення, ілюзорність (можливість фантазувати).
3. Родинні фактори – схильність батьків до наркоманії, невідповідне батьківське виховання, розлучення в сім'ї, брак турботливого ставлення.
4. Психологічні фактори – ізоляція, самотність, безпорадність, низька самооцінка, депресія, тривога.

Велика увага з боку південнокорейських науковців приділяється питанням діагностики та лікування інтернет-адикції. Так, ними була розроблена **система діагностики та лікування інтернет-залежності**, що передбачає наступні етапи⁸⁸:

1. Проходження психологічних тестів.
2. Визначення ступеню інтернет-залежності (*Internet Addiction Index*) відповідно до діагностичної шкали ***K-Internet Addiction Scale (K-IAS)*** – «з високим ризиком», «потенційно залежний» та «не залежний» (звичайний користувач).
3. Для інтернет-залежних «з високим ризиком» застосовуються професійні консультування та лікування, безпосереднє «живе» спілкування з лікарем або за допомогою телефонної чи інтернет-мережі, а також групова терапія. «Потенційних» залежних лікують у філіалах спеціальних центрів. Щодо «не залежних» осіб

⁸⁵ Clinic helps those with worst Internet addictions 05.07.2011, The Korea Herald/Asia News Network. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.asiaone.com/Health/News/Story/A1Story20110705-287547.html>

⁸⁶ Интернет-зависимость – это «болезнь». Дэвид Смит. Медицинская информационно-консультационная система. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://ill.ru/news.art.shtml?c_article=2426

⁸⁷ Country Report on Information Access and Media and Information Literacy: Republic Of Korea. Cheung Moon Cho. Asia Pacific information network (apin) meeting and ict literacy workshop. 23-26 November 2010. Manila, Philippines. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.aijc.com.ph/country_reports/Korea.pdf

⁸⁸ Там само.

використовуються профілактичні заходи такі, як лекції, інформаційні кампанії, семінари, форуми.

4. Оцінювання результатів лікування за результатами фінальних тестів.

Відповідно до показників активності інтернет-залежних у мережі (табл. 2) найбільше адикти виходять в Інтернет задля гри в он-лайн ігри (55,1 %), відвідування сайтів для дорослих (43 %), спілкування в чатах (31,9 %) та задля участі в мережевих азартних іграх (22,6 %).

Таблиця 2

Активність інтернет-залежних у мережі (%)

Категорія		Ігри он-лайн	Спілкування в чатах	Участь в он-лайн спільнотах	Он-лайн покупки	Відвідування блогів	Відвідування сайтів для дорослих	Он-лайн гемблінг	Використання мобільних інтернет-послуг
вік	загальна чисельність	10,5	5,4	3,8	4,7	5,1	8,8	12,7	2,0
	підлітки	11,4	7,3	5,5	7,0	5,6	15,5	20,9	2,3
	дорослі	9,7	4,1	3,3	4,3	4,7	8,0	11,8	1,9
залежні	з високим ризиком	55,1	31,9	25,4	10,7	30,5	43,3	22,6	13,4
	потенційні	33,3	16,8	16,4	16,1	13,4	21,0	25,0	7,1
	інші	6,8	3,7	2,4	3,8	4,0	3,8	9,4	1,4

Відповідно до вікового критерію **найбільша кількість інтернет-залежних спостерігається серед підлітків, а особливо – дітей у віці 13 - 15 років.**

Дослідниками були виявлені деякі *особливості* розвитку інтернет-адикції, притаманні саме мешканцям Республіки Корея⁸⁹:

- інтернет-залежність досить поширена серед безробітних – 9,6 %;
- 27,6 % підлітків почали використовувати Інтернет у віці до 7 років;
- інтернет-залежність досить розповсюджена серед молодих військовослужбовців;
- інтернет-залежність більше характерна для неповних сімей – 22,3 % (тоді час як у повних сім'ях вона трапляється у 13, 4 % випадків);
- 56,3 % підлітків мають «високий ступінь інтернет-залежності» в сім'ях, де обидва дорослих працюють;
- інтернет-залежність часто розвивається в осіб з обмеженими можливостями, інвалідів – 19,1 %.

⁸⁹ Country Report on Information Access and Media and Information Literacy: Republic Of Korea. Cheung Moon Cho. Asia Pacific information network (apin) meeting and ict literacy workshop. 23-26 November 2010. Manila, Philippines. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.aijc.com.ph/country_reports/Korea.pdf.

Лікарями Південної Кореї були проведені серйозні наукові дослідження щодо впливу неконтрольного використання мережі Інтернет на здоров'я людини. Наприклад, невісні наслідки впливу тривалого перебування за роботою в мережі показала експертиза, проведена спеціалістами клініки *Save Brain*, в якій займаються реабілітацією інтернет-залежних. Дослідження виявило **патологію сірої речовини головного мозку та безліч аномалій у передфронтальній ділянці частини кори головного мозку**⁹⁰.

Таким чином, керівництво Південної Кореї, визнаючи інтернет-адикцію однією із значних загроз здоров'ю суспільства, розпочало систематично ініціювати різноманітні профілактичні й терапевтичні програми. Так, у процесі попередження та лікування даної залежності задіяні виконавчі органи державної влади, а також Молодіжні консультативні центри та Центри психічного здоров'я.

Так, *Міністерство державного управління та безпеки РК* реалізувало наступні ідеї:

- запровадження у 2002 році першого Центру з попередження інтернет-залежності й консультування при Національному агентстві інформаційного суспільства РК;
- несе відповідальність за впровадження політики інформатизації країни;
- підготовка професійних консультантів з проблеми інтернет-залежності, розробка техніки консультування для викладачів;
- розробка системи діагностики інтернет-залежності, рекомендаційних програм;
- співробітництво зі 100 національними консультативними центрами.

Зокрема, Національне агентство інформаційного суспільства РК втілило в життя такі кроки⁹¹:

- у 2003 році була розроблена шкала визначення рівня інтернет-залежності та почалась підготовка професійних консультантів з даного напрямку;
- у 2004 році були запроваджені консультативні центри з проблеми інтернет-залежності у 17 містах країни;
- у 2005 році з'являються табори для лікування інтернет-залежності;
- у 2006 році з'являються місцеві філіали Консультаційних Центрів (*Local Affiliated Counseling Center*);
- у 2007 році була розроблена Програма консультаційної підтримки;
- у 2008 році розпочала діяти Консультативна дослідницька група, відкрилися Місцеві інформаційні культурні центри (у 2 містах), з'явилася картотека (архів) інтернет-залежності (*Internet Addiction Archive*);

⁹⁰ Интернет-зависимость вызывает поражение коры головного мозга, считают медики в Южной Кореи. 06.07.2011 <http://hitech.newsru.com/article/06jul2011/kesavebrain>

⁹¹ Country Report on Information Access and Media and Information Literacy: Republic Of Korea. Cheung Moon Cho. Asia Pacific information network (apin) meeting and ict literacy workshop. 23-26 November 2010. Manila, Philippines. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.aijc.com.ph/country_reports/Korea.pdf

- у 2009 році була заснована консультативна служба, що передбачає відвідування клієнта на дому, були відкриті відповідний call-центр та класи з формування інтернет-культури, започаткована система виміру інтернет-залежності в он-лайнному режимі.

До компетенції *Міністерства культури, спорту та туризму* з даної проблематики належать:

- запровадження центру для консультацій для людей, що страждають від ігрової залежності;
- розробка та розповсюдження просвітницьких програм, співробітництво з приватним сектором.

Міністерство охорони здоров'я та соціального забезпечення разом з Міністерством з питань гендерної рівності та сім'ї проводить консультування через молодіжні консультативні центри, центри психічного здоров'я, які займаються:

- забезпеченням медичного лікування залежних осіб;
- проведенням короткотермінового лікування у відповідних школах-інтернатах.

Міністерство освіти, науки, технології РК також шляхом співробітництва з Міністерством державного управління та безпеки РК та Міністерством охорони здоров'я та соціального забезпечення впроваджує необхідні заходи.

На рівні місцевого урядування були втілені наступні кроки:

- у Сеулі з 2010 року почав діяльність Консультативний центр з інтернет-залежності (*I Will Center*);
- у 16 провінціях країни діють консультативні центри, які співробітничать з Міністерством державного управління та безпеки РК.

Однією з ініціатив уряду Південної Кореї у сфері попередження інтернет-адикції стала Програма з боротьби з ігровою та інтернет-залежністю «*i-ACTION 2012*», запропонована Міністерством державного управління та безпеки⁹². Відповідно до неї з 2011-го року корейським гравцям та їхнім батькам пропонують у добровільному порядку встановлювати одну з двох спеціальних програм, які мають попередити набуття інтернет-залежності. Перша програма підраховує час перебування в Інтернеті й у випадку перевищення заданого часу примусово відключає користувача від мережі (сам користувач або контролююча особа визначає тривалість перебування в мережі). Друга програма – «система втоми» – орієнтована на гравців. Ця програма має впроваджуватися в код різних ігор, і з плином часу вона ускладнює гру доти, поки гравцеві не набридне проходити один і той же епізод.

У прагненні знизити швидкість поширення інтернет-залежності парламент Південної Кореї затвердив зміни до «**Закону про захист**

⁹² Правительство Южной Кореи будет активно бороться против StarCraft 2.21.03.2010, Cyberfight.ru [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://cyberfight.ru/site/news/65806/>

молоді»⁹³, що передбачають заборону, починаючи з 28 квітня 2011 року, для неповнолітніх користувачів грати в он-лайнві ігри з опівночі і до 6 год. ранку. У випадку порушення підлітком даного правила відбувається автоматичне блокування їх ID (ідентифікатор). Міністр з питань гендерної рівності та сім'ї Пек Хі Йон (*Paik Hee Young*) аргументувала необхідність прийняття даного акта нагальною потребою захисту підлітків країни від розвитку Інтернет, а зокрема ігрової залежності, та попередження трагічних випадків внаслідок використання мережі⁹⁴.

Урядом Південної Кореї в рамках боротьби з інтернет-залежністю у 2010 році було розроблено проект Акта з попередження розвитку інтернет-залежності (*Internet Addiction Prevention Act*), який, однак, досі не набув чинності. Загалом з появою нових викликів розвитку інформаційного суспільства наразі в Республіці Корея потребують відповідних змін Національний закон з інформатизації та Закон з розвитку ігрової індустрії.

Одним із найбільш поширених методів терапії та попередження інтернет-залежності в Південній Кореї стало лікування в *спеціалізованих корекційних таборах*. У таких таборах, замість он-лайнвих ігор діти грають у реальні ігри, ходять у походи, читають книги та відвідують психологічні консультації⁹⁵. Набули поширення також табори *Internet Break Camp*, що передбачають залучення клієнтів до альтернативних видів діяльності, навчання їх правильному використанню мережі протягом короткого періоду (3 дні). А завдяки Міністерству охорони здоров'я та соціального забезпечення РК були створені *Internet RESCUE School*⁹⁶.

У травні 2011 року у Південній Кореї відкрився *перший спеціалізований медичний заклад*, що пропонує курс лікування від інтернет-залежності («Клініка Спасення Здравомыслия»). Клініка, що була створена при Національному госпіталі Гонджу, пропонує п'ятиденний курс лікування, що включає аналіз діяльності центральної нервової системи на підставі реєстрації даних електроенцефалограми в режимі реального часу, групові психотерапевтичні сесії, арт-терапію, медикаментозне лікування і процедури транскраніальної магнітної стимуляції (стимуляція клітин головного мозку за допомогою магнітного поля, що часто практикується для боротьби з депресіями). До початку терапії фахівці клініки проводять серію психологічних тестів і томографічне дослідження мозку, щоб визначити, чи потребує потенційний пацієнт лікування. За словами засновника клініки лікаря Джаівана Лі, діагностика та методи лікування, які використовуються в

⁹³ Restrictions Online Game for Teens Korea . 29.04.2011, Gamming-News [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://gamereview-trailer.blogspot.com/2011/04/restrictions-online-game-for-teens.html>

⁹⁴ South Korea bans youngsters from playing online games after midnight. 30.04.2011 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.news.com.au/technology/gaming/south-korea-bans-youngsters-from-playing-online-games-after-midnight/story-e6frfrt9-1226047652627>

⁹⁵ Южная Корея создает клиники для Интернет-зависимых детей . 12.08.2011. Сайт Zavisimost-v-seti.ru [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zavisimost-v-seti.ru/modules/news/article.php?storyid=6>

⁹⁶ Country Report on Information Access and Media and Information Literacy: Republic Of Korea [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.aijc.com.ph/country_reports/Korea.pdf

даному закладі, є науковими методами, що достатньою мірою довели свою ефективність⁹⁷.

Оскільки наразі в Південній Кореї не розроблено єдиної методики лікування, спеціалістам доводиться комбінувати три способи терапії: *лікарський, нелікарський та реабілітаційний*. Так, діяльність call-центрів для інтернет-залежних базується на використанні як телефонного зв'язку, так і он-лайнних повідомлень та відео-конференцій. Такі call-центри діють з 9 год. ранку до 2 год. ночі. Варто зауважити, що *зادля розповсюдження інформації щодо call-центрів використовується реклама на приватних телеканалах, у метрополітені, у засобах масової інформації та оголошення на сайтах інтернет-ігор*⁹⁸. А з метою надання допомоги самотнім людям, особам з обмеженими можливостями й тим, хто багато часу проводить на роботі, була запроваджена програма *консультування вдома*.

Застосування комплексу заходів, спрямованих на подолання інтернет-адикції, в цілому виправдали себе та довели свою ефективність. Дані одного з досліджень⁹⁹ демонструють загалом **позитивні результати терапії** щодо інтернет-залежних.

Таблиця 3

Позбавлення від надмірного використання Інтернету: результати терапії

Категорія		Подолали недугу (%)	Кількість місяців, за які вдалось подолати недугу
Загалом		73,7	12,0
Вік (роки)	9-12	62,3	6,5
	13-15	61,6	8,0
	16-19	76,5	10,6
	20-24	75,9	17,2
	25-29	76,0	11,2
	30-34	78,7	9,7
	35-39	77,1	15,2
Групи	Підлітки	68,4	9,0
	Дорослі	76,7	13,5
Освіта	Початкова	62,0	6,9
	Середня	60,7	7,7
	Вища	76,1	10,7
Ступінь адикції	З високим ризиком	26,9	23,7
	Потенційні адикти	52,8	7,6

⁹⁷ Интернет-зависимость требует лечения! 22.06.2011 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://medstrana.com/news/2919/>

⁹⁸ Country Report on Information Access and Media and Information Literacy: Republic Of Korea. Cheung Moon Cho. Asia Pacific information network (apin) meeting and ict literacy workshop. 23-26 November 2010. Manila, Philippines. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.aijc.com.ph/country_reports/Korea.pdf

⁹⁹ Country Report on Information Access and Media and Information Literacy: Republic Of Korea. Cheung Moon Cho. Asia Pacific information network (apin) meeting and ict literacy workshop. 23-26 November 2010. Manila, Philippines. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.aijc.com.ph/country_reports/Korea.pdf

Відповідно до результатів дослідження, 73,7 % осіб, які лікувались від надмірного використання Інтернету позбавились від цієї залежності приблизно за 1 рік. Відповідно до вікових показників найбільша кількість вилікуваних (78,7 %) спостерігається у молодих людей у віці 30 – 34 років, а найменше – у підлітків 9 – 12 років (62,3 %). За тривалістю лікування більше за всіх часу витратили особи 20 – 24 років (більше 17 місяців). Щодо рівня освітнього закладу, в якому навчається особа, особи з вищою освітою пройшли лікування триваліше за решту (10,7 місяць), але з найбільшим показником вилікуваних (76,1 %). Окрім того, найскладніше було позбавити від залежності осіб «з високим ступенем ризику», лише 26,9 % яких вилікувалось за 23,7 місяця, тоді як особи «потенційно залежні» успішно пройшли лікування (52,8 %) у середньому за 7,6 місяця.

Результати медикаментозного методу подолання інтернет-адикції також демонструють позитивну динаміку – після закінчення курсу лікування із застосуванням антидепресантів спостерігається зниження потягу до ігор на 23,6 %, а загальний ігровий час скорочується на 35,5 %¹⁰⁰.

Для попередження розвитку інтернет-залежності серед *шкільної та студентської аудиторії* в РК були втілені наступні проекти:

- впровадження класів навчання інтернет-культури, поширення інформації щодо превентивних заходів, проведення індивідуальних / групових консультацій (зокрема, у 2008 р. був виданий Посібник з мережевого етикету, який містить правила попередження інтернет-залежності й навчає використовувати ввічливі слова та вирази в мережі¹⁰¹);
- проведення кампанії «День без Інтернету» у школах;
- розробка Керівництва з використання мережі Інтернет;
- розробка Керівництва з попередження інтернет-залежності на період екзаменів чи канікул;
- автоматична розсилка через електронну пошту інформаційного матеріалу з даної проблематики.

Оскільки проблема інтернет-залежності поширюється на все більшу кількість країн світу, то це змушує представників влади різних держав об'єднувати зусилля задля вирішення цього питання. Так, між Південною Кореєю та Китаєм були запроваджені **спільні ініціативи з попередження інтернет-залежності**. 14 вересня 2010 року між Міністерством культури, спорту та туризму РК та Міністерством культури КНР було підписано *Угоду щодо співпраці у сфері дослідження та розвитку ігрової індустрії*, що базувалася на Меморандумі про взаєморозуміння щодо кооперації у сфері он-лайн ігор між КНР та РК (2008 р.). Відповідно до угоди міністерства обох країн зобов'язалися досліджувати різні аспекти ігрової індустрії, зокрема такі, як наслідки он-лайн ігор і розвиток освітніх ігор. Меморандум

¹⁰⁰ В Южной Корее зависимость от игры Starcraft лечат антидепрессантами 24.08.2010 Сегодня-News [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://news2day.ru/vmire/783.html>

¹⁰¹ Korea to Strengthen Online Etiquette Education. 08.03.2008, The Korea Times News [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.koreatimes.co.kr/www/news/nation/2008/08/196_28658.html

передбачає співробітництво з метою попередження розвитку інтернет-залежності серед неповнолітніх внаслідок ігор у мережі¹⁰².

4. ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ В УКРАЇНІ

В Україні кількість користувачів Інтернету щороку стрімко зростає. Станом на березень 2011 року *Internet World Stats* нарахував уже 15 300 000 користувачів¹⁰³.

Дослідження *InMind Factum Group* демонструє, що 12,9 млн українців (33 %) використовують Інтернет раз на місяць і частіше, 11,8 млн (30 %) – один раз на тиждень і частіше, 8,7 млн (22 %) щоденно або майже щоденно¹⁰⁴. Соціально-демографічна структура користувачів Інтернету наступна – серед інтернет-користувачів переважають чоловіки (54 %), за віковими показниками 58 % – підлітки і молодь у віці 15-30 років, 29 % – користувачі у віці 31 – 45 років, а 13 % – люди у віці 46 і більше років. За типом населеного пункту 58% користувачів мережі мешкають у містах із населенням більше 100 тисяч чол., 25 % – до 100 тис., а решта 13 % – у селах.

В Україні на сьогодні не існує статистичних даних щодо проблеми інтернет-залежності, оскільки цей вид залежності не виділено в окрему нозологічну форму. Однак відповідно до даних Інституту соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України, **серед українських користувачів Інтернету залежними вважаються від 2 % до 6 %, абсолютна більшість серед яких – студенти**¹⁰⁵. У групі підлітків з високим рівнем інтернет-залежності частка представників чоловічої статі майже на третину перевищує частку жіночої статі. Майже такі самі показники були виявлені фахівцями ДУ «Інститут неврології, психіатрії та наркології НАМН України», які встановили, що **кожна п'ятнадцята особа (6,54 %)**, яка має досвід роботи в Інтернеті, набуває залежність від нього вже в підлітковому віці (за цим показником Інтернет як об'єкт зловживання наближається до каннабіноїдів – гашишу, марихуани тощо)¹⁰⁶.

Проблема інтернет-залежності в Україні досліджувалася фахівцями відповідних галузевих установ – таких, як зокрема ДУ «Інститут неврології, психіатрії та наркології Національної академії медичних наук України», Інститут соціальної та політичної психології Національної академії

¹⁰² Korea and China to launch joint committee for game industry 29.09.2010, Ministry of Culture, Sports and Tourism of Korea [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.mct.go.kr/english/issue/issueView.jsp?pMenuCD=1004000000&pSeq=1793>

¹⁰³ Internet and Facebook Usage in Europe. Internet World Stats. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.internetworldstats.com/stats4.htm>

¹⁰⁴ «Аудиторія інтернет-пользователей Украины. Установочное исследование III квартал 2010». InMind Group. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://inau.ix.net.ua/download.php?e378a9e184b2b01af8282058f060d440&target=1>

¹⁰⁵ Лист за № 02-15/218 від 14.06.2011 р. з Інституту соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України).

¹⁰⁶ Лист № 3-03/1019 від 02.06.2011 р. ДУ «Інститут неврології, психіатрії та наркології НАМН України» Національної академії медичних наук України.

педагогічних наук України (В. Посохова), а також ученими Одеського (Е. Мельник) та Дніпропетровського (Л. Юр'єва, Т. Больбот) медичних університетів. Серед українських фахівців, які в різних аспектах досліджують феномен інтернет-залежної поведінки слід згадати також О. Чабан, Г. Пілягину (Інститут судової психіатрії, м. Київ), Н. Бугайову (Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України, м. Київ).

Щодо практичних кроків у сфері попередження інтернет-залежності слід зазначити, що Міністерством освіти і науки, молоді та спорту України проводиться **інформаційно-просвітницька** робота з питань безпечної роботи в Інтернеті, а також з проблеми інтернет-залежності. Міністерство співпрацює з державними, бізнесовими структурами, неурядовими організаціями з метою вирішення зазначених завдань¹⁰⁷. Вивчення теми безпечної роботи в Інтернеті передбачено чинними програмами зі шкільних курсів «Інформатика» та «Основи здоров'я», а саме¹⁰⁸:

- навчальною програмою з інформатики для 9-12 класів загальноосвітніх навчальних закладів. Академічний рівень (авт. І. Завадський, Ж. Потапова, Ю. Дорошенко);
- навчальною програмою з інформатики для 9-12 класів загальноосвітніх навчальних закладів. Рівень стандарту (авт. І. Завадський, Ж. Потапова, Ю. Дорошенко);
- навчальною програмою з інформатики для вечірньої середньої загальноосвітньої школи (авт. С. Литвинова, Т. Проценко);
- навчальною програмою з предмета «Основи здоров'я» для 5-9 класів загальноосвітніх навчальних закладів (авт. Т. Бойченко, В. Заплатинський, В. Дивак).

З 2009 року міністерство є членом всеукраїнської *Коаліції за безпеку дітей в Інтернеті* й підтримує її ініціативи, здійснює інформаційно-просвітницькі заходи (навчально-практичні конференції, Дні безпечного Інтернету тощо), спрямовані на подолання проблеми інтернет-залежності відповідно до програми «Онляндія – безпека дітей в Інтернеті»¹⁰⁹.

Коаліція за безпеку дітей в Інтернеті була створена у 2008 році з ініціативи компанії «Майкрософт Україна». Першим кроком коаліції став запуск у квітні 2008 року веб-сайту «Онляндія – безпечна веб-країна», на якому представлені матеріали для дітей, їхніх батьків та вчителів, завдяки яким вони можуть засвоїти основи безпечної роботи в Інтернеті.

У 2011 році фахівці Інституту інноваційних технологій і змісту освіти спільно з координаторами програми «Онляндія – безпека дітей в Інтернеті» підготували навчально-методичний посібник «*Виховання культури користувача Інтернету. Безпека у всесвітній мережі*». Наведені у посібнику результати дослідження показали, що здебільшого діти набагато краще від батьків обізнані з можливостями використання і мобільного, і стаціонарного Інтернету. До того ж існує суттєва різниця між тим, як діти насправді

¹⁰⁷ Лист №14/18-1886 від 14.06.2011 р. з Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України.

¹⁰⁸ Там само.

¹⁰⁹ Там само.

користуються Інтернетом, і тим, що про це відомо їхнім батькам: діти користуються ним частіше, ніж думають батьки, відвідують інтернет-кафе, сайти для дорослих, грають в азартні ігри, витрачаючи реальні гроші; контактують з незнайомцями, про що здебільшого ані батьки, ані вчителі не знають, що свідчить про високий ступінь небезпеки для дітей¹¹⁰.

Розгортання роботи з **профілактики та подолання** інтернет-залежності потребує насамперед створення відповідної законодавчо-нормативної бази¹¹¹. Для цього, на переконання спеціалістів Інституту соціальної та політичної психології, необхідно:

- 1) відповідним чином модернізувати наявне законодавство, дотичне до цієї проблеми, а саме:
 - у Закон України «Про Основні засади розвитку інформаційного суспільства в Україні на 2007–2015 роки», зокрема у ст. 11 «Охорона здоров'я в інформаційному суспільстві» та ст. 13 «Інформаційна безпека в інформаційному суспільстві» ввести саме поняття інтернет-залежності та відобразити шляхи вирішення цієї проблеми;
 - визначити права та обов'язки всіх суб'єктів цього процесу – закладів освіти, системи охорони здоров'я, сім'ї, для чого внести зміни до законодавства України з питань освіти, Сімейного кодексу України, Закону України «Основи законодавства України про охорону здоров'я»;
- 2) доповнити чинне законодавство новими законодавчими актами. Зокрема потрібно розробити і прийняти Закон України «Про захист психічного здоров'я населення», що вже давно потрібно було зробити відповідно до вимог Всесвітньої організації здоров'я та Всесвітньої медичної асоціації.

Необхідно також внести зміни в Типове положення про центр соціально-психологічної допомоги (постанова КМУ від 12 травня 2004 р. № 60-8), поклавши на такі центри реалізацію заходів з профілактики інтернет-залежності та колекційної роботи з інтернет-залежними особами.

Пропозиції ДУ «Інститут неврології, психіатрії та наркології НАМН України» Національної академії медичних наук України¹¹²:

- 1) з огляду на те, що користування Інтернетом та іншими телекомунікаційними технологіями пов'язане не тільки з перебуванням користувача в штучному електромагнітному полі, а й таїть ризик формування станів залежності, в межах програми «Здоров'я нації» та інших державних програм слід передбачити систематичні і комплексні

¹¹⁰ Кочарян А. Б., Гущина Н. І. «Виховання культури користувача Інтернету. Безпека у всесвітній мережі». Інститут інноваційних технологій і змісту освіти Міністерства освіти і науки, молоді та спорту, «Майкрософт Україна». Навчально-методичний посібник. Київ – 2011. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.onlandia.org.ua

¹¹¹ Лист за № 02-15/218 від 14.06.2011 р. з Інституту соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України.

¹¹² Лист № 3-03/1019 від 02.06.2011 р. з ДУ «Інститут неврології, психіатрії та наркології НАМН України» Національної академії медичних наук України.

дослідження щодо впливу зазначених технологій на стан соматичного та психічного здоров'я за участю провідних наукових установ країни (зокрема за участю ДУ «Інститут неврології, психіатрії та наркології НАМН України» Національної академії медичних наук України). За результатами цих досліджень, існуючі вікові гігієнічні норми користування телекомунікаційними технологіями мають бути переглянуті з урахуванням ризику формування залежності від них.

- 2) у шкільний курс валеології, інформатики, а також у плани занять із батьками учнів слід ввести матеріали щодо безпечного користування Інтернетом та іншими телекомунікаційними технологіями з обов'язковим викладенням перших ознак формування відповідної залежності.

Разом з тим слід урахувати, що проблема інтернет-залежності не може ефективно вирішуватись ізольовано від інших проблем формування і функціонування особистості в сучасному інформаційному суспільстві. Це вимагає організації розгалуженої системи **медіаосвіти** населення і передусім молоді.

Головні завдання медіаосвіти визначено в документах ЮНЕСКО (Паризька програма-рекомендації з медіаосвіти, 2007), у резолюції Європарламенту щодо медіаграмотності у світі цифрової інформації (2008). Наприклад, у Канаді медіаосвітній курс уперше включено до програми навчання для 11-го класу ще в 1959 р., на початку 1960-х років медіапрограму запроваджено в школах Франції. З 2002 року розпочато підготовку фахівців із спеціалізації медіа-педагог у Російській Федерації. На жаль, в Україні медіаосвіта досі залишається фрагментарною і здійснюється переважно стихійно з ініціативи ентузіастів, педагогів-новаторів, за явного браку інтеграції цих зусиль в ефективну медіаосвітню систему. На це й спрямовано розроблену в Інституті соціальної та політичної психології НАПН України і затверджену в 2010 р. Президією НАПН України *Концепцію впровадження медіаосвіти в Україні*, котра широко обговорювалась і була позитивно оцінена громадськістю.

Головною метою концепції є сприяння повсюдній розбудові ефективної системи медіаосвіти заради забезпечення всебічної підготовки дітей і молоді до безпечної та ефективної взаємодії із сучасною системою медіа, формування у них медіа культури відповідно до їхніх вікових та індивідуальних особливостей. Слід зазначити, що за даними всеукраїнських репрезентативних опитувань 57 % дорослого населення позитивно ставиться до того, щоб у школі навчали дітей культури перегляду телепередач, користування Інтернетом, а серед учителів таку думку поділяють понад 77 % опитаних¹¹³.

Нині здійснюються роботи з організації всеукраїнського експерименту з упровадження медіа освіти в загальноосвітніх закладах. У подальшому

¹¹³ Лист за № 02-15/218 від 14.06.2011 р. з Інституту соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України.

передбачається розроблення навчальних програм та організація експерименту з підготовки медіапедагогів і медіапсихологів на базі вищих начальних закладів та закладів системи післядипломної педагогічної освіти. На думку фахівців Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, після завершення експериментальних робіт і громадського обговорення їх результатів доцільно на основі зазначеної концепції розробити й прийняти *Державну програму впровадження медіаосвіти в Україні*¹¹⁴.

Незважаючи на проведені наукові розробки у сфері аналізу ситуації з інтернет-залежністю в Україні порівняно із станами залежності іншого походження (алкоголізм, наркоманія, патологічна схильність до азартних ігор тощо), *ця проблема досліджена слабо*, а закономірності формування, причини та умови виникнення, діагностичні критерії інтернет-залежності вивчені недостатньо. Залишаються маловивченими питання методів лікування, засобів корекції та профілактики цього розладу. Розроблені програми та психокорекції не відрізняються значною успішністю використання та не виправдовують надії спеціалістів та користувачів послуг. Існуючі літературні дані є розрізненими, неоднозначними та суперечливими, а саме відсутність теоретичної наукової бази з питань даної адикції закономірно поєднується з несистематичністю, слабкою структурністю та невисокою ефективністю запропонованих світовою наукою лікувально-профілактичних заходів для таких пацієнтів.

ВИСНОВКИ:

1. Аналіз ситуації щодо проблеми інтернет-залежності показав, що дана проблема стає все актуальнішою у багатьох країнах світу. Кількість людей, що страждають на дану недугу, з часом лише зростає, що обумовлено існуючими об'єктивними умовами поширення інформаційних технологій та розвитку мережі Інтернет. Незважаючи на полеміку в науковому середовищі щодо необхідності офіційного визнання даної адикції в якості хвороби, все більше офіційних посадовців різних рівнів наголошують на необхідності ретельного вивчення цієї недуги та розроблення єдиної загальноприйнятої методики лікування.
2. У країнах Європейського Союзу поставлено в порядок денний питання подолання інтернет-адикції, яка нещодавно почала набувати критичних ознак, особливо серед підліткової аудиторії. З метою вивчення даної проблематики серед найпомітніших ініціатив ЄС стало втілення Програми «Безпечний Інтернет» та

¹¹⁴ Лист за № 02-15/218 від 14.06.2011 р. з Інституту соціальної та політичної психології (Національна академія педагогічних наук України)

дослідження «Мережева залежність в ЄС» (2011–2013 рр.), що врешті-решт має стати основою для політичних рекомендацій урядовим органам країн ЄС, а також порад для батьків та педагогів. У країнах ЄС налагоджена також система проведення щорічних міжнародних конференцій щодо захисту дітей у мережі, проводяться відповідні форуми, громадські консультації та ін. Активну роль у цьому процесі відіграє Європейський альянс неурядових організацій з безпеки дітей в он-лайновому середовищі (*eNACSO*), що здійснює реалізацію Програми «Правий клік». Характерною рисою розвитку інтернет-залежності серед європейських країн стало стрімке поширення такого виду он-лайнової адикції, як патологічна схильність до азартних ігор у мережі (он-лайновий гемблінг). Тому у «Зеленій книзі щодо он-лайнового гемблінгу в Європі», розробленій з ініціативи Європейської Комісії, надаються рекомендації щодо необхідності законодавчого запровадження вікових обмежень для гемблінг-компаній та ужорсточення контролю за даною сферою.

3. Оскільки серед усіх країн ЄС найкритичнішою ситуація з патологічним використанням мережі Інтернет склалася у Німеччині, то саме в цій країні були проведені одні з перших у Європі наукові дослідження тематики інтернет-адикції та втілені перші практичні кроки з подолання цієї адикції. Зокрема, в Болтенхагені ще з 2003 року почав діяти Центр для відновлення підлітків з інтернет-залежністю, що стало першою суттєвою спробою використати медичні, психологічні, фізичні та педагогічні методи лікування даної недуги. До того ж, представники уряду ФРН та Бундестагу поставили за мету в найближчій перспективі провести комплекс науково-дослідницьких заходів з даної теми та розробити і втілити дієвіші за існуючі методики лікування.
4. Особливої гостроти дана проблема набула в країнах Азії, що випереджає решту країн світу за темпами збільшення кількості інтернет-адиктів, та вже встигла випробувати різні засоби лікування. Однак не всі застосовані методи терапії інтернет-адикції довели свою ефективність та були позитивно сприйняті світовою спільнотою. Тому такі антигуманні заходи по відношенню до адиктів, як електро-судомна терапія та великі фізичні навантаження, були вилучені з арсеналу способів лікування працівників спеціалізованих установ КНР. Окрім того, влада країни змушена була уважніше поставитися до питання професійності лікування даної залежності та взяти на себе контролюючі функції. На відміну від Китаю в Республіці Корея лікувально-профілактична робота в цій галузі організована системніше та проводиться за активної участі державних органів влади та спеціалізованих медичних установ.

5. В Україні відповідно до результатів проведених досліджень щодо проблеми інтернет-залежності нараховується від 2 % до 6 % веб-адиктів серед усіх користувачів мережі. Однак певні одиничні дослідження щодо виявлення діагностичних ознак веб-адикції та відсутність точних статистичних даних свідчать про недостатній рівень науково-дослідницької бази з даної тематики. Слід також наголосити на недостатній обізнаності з тематикою інтернет-адикції серед більшості користувачів Інтернету України та низькому рівні уваги до використання мережі дітьми з боку їх батьків. Водночас в Україні спостерігається тенденція до поступового збільшення уваги представників науково-дослідницьких організацій, приватних структур та органів державної влади до цього питання. Зокрема, варто відзначити втілені ініціативи Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України в рамках проведення інформаційно-просвітницької роботи з питань безпечної роботи в Інтернеті.

РЕКОМЕНДАЦІЇ:

1. З огляду на новизну проблеми інтернет-залежності в Україні варто активізувати інформаційну кампанію з питання профілактики та попередження цієї хвороби серед широких верств населення. Особливо це має стосуватися підростаючого покоління та батьків. Задля втілення даної ініціативи державі варто активніше залучати до співпраці приватні структури, неурядові організації та наукові установи. Одним із кроків у даному напрямку могло стати проведення громадських обговорень з теми загрози поширення веб-адикції.
2. Міністерству охорони здоров'я та Академії медичних наук України розглянути можливість проведення системних досліджень проблеми інтернет-залежності та розробки конкретних рекомендацій щодо профілактики та лікування такої форми адикції. Дані дослідження можуть здійснюватись на базі підвідомчих організацій, що входять до структури Міністерства та Академії медичних наук України.
3. Відповідно до рішень Громадської гуманітарної ради 30 червня 2011 року, де було піднято проблему необхідності забезпечення доступу до безпечної інформації, особливо в освітніх установах, варто додатково розглянути практику обмеження часу перебування молоді в Інтернеті, базуючись на досвіді країн Європи та Азії.
4. Доцільним є налагодження системи он-лайнних консультацій з проблеми інтернет-залежності з метою надання оперативних консультацій самим адиктам та їх близьким.

ДОДАТОК. ЩОДО МЕДИЧНИХ АСПЕКТІВ ПРОБЛЕМИ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Щодо самого терміна інтернет-залежність слід зазначити, що в англomовній літературі слова *addiction*, *dependance* використовуються для позначення залежностей до хімічних речовин, будь-якого роду фізіологічних залежностей. У той же час, є прийнятним термін *pathological use* (патологічне використання, схильність) для позначення поведінкових розладів, таких як патологічна схильність до азартних ігор. Щодо інтернет-залежності, з одного боку, використовують термін *addiction* (адикція, залежність), а з іншого – *pathological use* (патологічне використання), що видається багатьом авторам (Р. Девіс, Л. Холмс) правильнішим з точки зору міжнародних класифікацій (*DSM – 4*, *ICD – 10*)¹¹⁵. Також поширеним є використання двох термінів як синонімічних.

У медичному сенсі залежність визначається як нав'язлива потреба у використанні звичної речовини, яка супроводжується зростанням толерантності (тобто звикання до все більших і більших доз) і вираженими фізіологічними та психологічними симптомами¹¹⁶. У випадку інтернет-залежності характер залежності інший, ніж при вживанні наркотиків чи алкоголю, тобто фізіологічний компонент майже відсутній, натомість психологічний проявляється дуже яскраво. В узагальненому вигляді інтернет-залежність розуміють як психічний розлад, нав'язливе бажання підключитися до мережі і хвороблива нездатність вчасно відключитися від неї. За даними вчених, кількість людей, які страждають на інтернет-залежність становить близько 10 % користувачів Інтернету у світі.

Щодо діагностичних критеріїв, то, на думку українських науковців, інтернет-адикція передбачає сукупність когнітивних, емоційних та фізіологічних порушень, які виявляються у поведінці та вказують на те, що індивід втратив контроль над застосуванням Інтернету¹¹⁷. Зокрема, дослідник Х. Турецька виділяє *поведінкові, когнітивні та афективні критерії* інтернет-залежності¹¹⁸. Поведінковими симптомами є потреба проводити в Інтернеті все більше часу; невдалі спроби контролювати інтернет-активність; фізичні, соціальні, професійні проблеми внаслідок інтернет-активності. Когнітивними проявами є переконання в тому, що цінність власної особистості, комфортне самопочуття та налагодження міжособистісних стосунків можливі тільки в мережі. Афективними симптомами є тривога, депресія, роздратування, що виникають у разі вимушеного обмеження інтернет-активності.

¹¹⁵ Асмолов А., Цветкова Н., Цветков А. Психологическая модель Интернет-зависимости личности.

Мир психологии, №1/2004 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.kluver.ru/publ/31-1-0-181>

¹¹⁶ Аддикция. Материал из Википедии [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%B4%D0%B4%D0%B8%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F>

¹¹⁷ Лист за № 02-15/218 від 14.06.2011 р. з Інституту соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України.

¹¹⁸ Там само.

Дослідники виділяють різні *етапи формування інтернет-адикції*, що розрізняються за ступенем вираженості розладів¹¹⁹. *Перший* етап має характер захоплення і завжди супроводжується сильним потягом до сеансу спілкування в мережі, часто на шкоду іншим, важливішим заняттям. *Другий* – абстинентний етап, коли проявляється порушення уваги, зниження розумової працездатності, емоційну нестійкість, безсоння, зниження апетиту, сомато-вегетативні розлади як наслідок недосипання, недоїдання, психічної та фізичної перевтоми: пітливість, тахікардія, коливання артеріального тиску, головні болі, нудота, озноб, болі в спині, очах, зап'ясті. *Третя* стадія – стадія соціальної дезадаптації, для якої притаманні постійна потреба в мережевому спілкуванні за відсутності відчутного задоволення від неї; виражений депресивний стан; наростаюча апатія, млявість, звуження кола інтересів, різке зниження активності; соціальна ізоляція.

Залежність від Інтернету – складне і багатомірне явище, в якому людина, на думку К. Янг, **реалізує певні потреби**¹²⁰. Серед них:

- потреба ескапізму (втеча у віртуальну реальність людей з низькою самооцінкою, тривожних, схильних до депресій, які відчувають свою незахищеність, самотніх або тих, хто не здатний порозумітися з близькими, перевантажує себе надмірною роботою, навчанням або соціальним оточенням);
- пошук новизни;
- прагнення до постійного стимулювання почуттів;
- емоційна розрядка (можливість виговоритися, бути емпатійно зрозумілим і прийнятним, звільнитися тим самим від гострого переживання неприємностей у реальному житті, одержати підтримку та схвалення);
- задоволення відчутти себе «віртуозом» у застосуванні комп'ютера та спеціальних пошукових або комунікативних програм мережі в результаті подолання властивої багатьом адиктам технофобії, тобто страху перед комп'ютерами, інформаційними технологіями.

Психіатр **К. Янг**, досліджуючи інтернет-залежних¹²¹, з'ясувала, що вони найчастіше використовують чати (37 %), *MUDs*¹²² (28 %), телеконференції (15 %), *E-mail* (13 %), *WWW* (7 %), інформаційні протоколи (*ftp*, *gopher*) (2%). Тобто, інтернет-адикти переважно користуються тими аспектами мережі, які дозволяють їм зустрічатися, соціалізуватися та обмінюватися ідеями з новими людьми у віртуальному просторі. При цьому інтернет-залежних приваблюють такі особливості мережі, як: анонімність (86 %), доступність (63 %), безпека (58 %) і простота використання (37 %).

¹¹⁹ Давтян Э. Клинико-катамнестический анализ одной разновидности интернет-аддикции [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://testme.org.ua/article/detail/111>

¹²⁰ Дрепа М. И. Интернет-зависимость как объект научной рефлексии в современной психологии [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.zpu-journal.ru/zpu/contents/2009/2/Drepa/29.pdf>.

¹²¹ Мартынова О. Интернет-зависимость. Psy.rin.ru. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://psy.rin.ru/cgi-bin/article.pl?id=458>

¹²² *MUD* – *Multi User Dimension* (комп'ютерна гра з багатьма користувачами).

Умовно можна виділити **два підходи до діагностики розладу «інтернет-залежності»**¹²³:

- *медичний/клінічний (психіатричний)*: інтернет-залежність розглядається як окрема нозологічна група, а саме як типовий компульсивно-обсесивний розлад. При цьому до інтернет-залежності адаптуються критерії традиційних хімічних залежностей (алкоголізму, наркоманії), відповідно до яких діагностуються аналогічні симптоми, насамперед толерантність, компульсивність і абстинентний синдром;
- *соціально-психологічний*: ідеться не стільки про інтернет-залежність як таку, скільки про зловживання Інтернетом або надмірне його використання. При цьому діагностичні критерії розглядаються відповідно до критеріїв для нехімічних залежностей. Передусім беруться до уваги рівень дезадаптації до реальних умов, що передбачає зміни в поведінці людини внаслідок її надмірного перебування в мережі. Виділено два рівня дезадаптації: 1) часткова, яка здебільшого відповідає стану передзалежності; 2) повна, що є ознакою власне залежності. За допомогою цих критеріїв можна визначити три статуси людини, залученої до інтернет-простору, а саме: 1) статус вільного користувача; 2) передзалежність; 3) власне залежність.

У межах соціально-психологічного підходу дослідники Інституту соціальної та політичної психології НАПН України (Г. Мироненко) запропонували розглядати зловживання Інтернетом чи проблемне (надмірне) його використання як деструктивну форму адаптації людини в умовах інтернетизації суспільства і водночас як одну з можливих стадій розвитку залежності, або ж як проміжну стадію між нормою і сформованою залежністю.

Психіатр І. Голдберг, який у 1995 році запровадив сам термін інтернет-залежність, пропонує констатувати інтернет-залежність за наявності трьох або більше ознак¹²⁴.

I. Толерантність.

1. Зростає тривалість часу перебування в Інтернеті, необхідного для задоволення.
2. Задоволеність знижується, якщо тривалість перебування в Інтернеті не зростає.

II. Синдром відмови.

1. При припиненні або скороченні часу, що проводиться в мережі, спостерігається два або більше з наступних симптомів, які розвиваються протягом періоду часу від декількох днів до місяця:
 - занепокоєність, роздратованість;
 - нав'язливі роздуми про те, що зараз відбувається в Інтернеті;

¹²³ Лист за № 02-15/218 від 14.06.2011 р. з Інституту соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України.

¹²⁴ Goldberg Ivan. Internet Addiction Disorder (IAD) - Diagnostic Criteria [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://web.urz.uni-heidelberg.de/Netzdienste/anleitung/wwwtips/8/addict.html>

- фантазії або мрії про Інтернет;
 - рухоме збудження, непосидючість;
 - довільні або мимовільні рухи пальцями, що нагадують друкування на клавіатурі;
 - зниження або порушення соціальної, професійної або іншої діяльності.
2. Використання Інтернету дозволяє уникнути перераховані вище симптоми.
 3. Інтернет використовується протягом довгого часу або частіше, ніж було задумано.
 4. Наявні постійне прагнення або безуспішні спроби припинити або почати контролювати використання Інтернету.
 5. Зростає час на діяльність, пов'язану з Інтернетом: придбання книг через Інтернет, пошук нових браузерів, пошук провайдерів, організація знайдених в Інтернеті файлів.
 6. Значуща раніше діяльність або відпочинок припиняються або скорочуються через використання Інтернету.
 7. Використання мережі Інтернет продовжується, незважаючи на знання про фізичні, соціальні, професійні або психологічні проблеми, які викликаються внаслідок використання Інтернету. Це – недосипання, сімейні проблеми, запізнення на призначені зустрічі, нехтування професійними обов'язками або відчуття непотрібності близьким людям.

Лікар М. Орзак виділила *психологічні й фізіологічні симптоми*, характерні для патологічного використання Інтернету¹²⁵. До психологічних вона віднесла гарне самопочуття або ейфорію під час роботи за комп'ютером, неможливість зупинитися, збільшення кількості часу, що проводиться за комп'ютером, занедбання родинних і дружніх обов'язків, відчуття порожнечі, депресії, роздратування, приховування правди від роботодавців або членів сім'ї про свою діяльність за комп'ютером, проблеми з роботою чи навчанням. До фізіологічних – синдром карпального каналу (тунельна поразка нервових стовбурів руки, пов'язана з тривалою перенапругою м'язів), сухість в очах, головні болі за типом мігрені, болі в спині, нерегулярне харчування, пропуск прийомів їжі, занедбання особистої гігієни, розлади сну, зміна режиму сну.

Одними з перших дослідників інтернет-залежності в Україні були Л. Юр'єва та Т. Больбот. Ними була проведена скринінг-діагностика даного виду адикції за допомогою спеціально розробленого «Способу скринінгової діагностики комп'ютерної залежності»¹²⁶. За період 2003–2004 рр. було обстежено 463 учня Дніпропетровського обласного ліцею-інтернату фізико-

¹²⁵ Orzack M. H. Computer Addiction Services. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.computeraddiction.com/>

¹²⁶ Больбот Т. Ю. Психічні та поведінкові розлади в осіб молодого віку з комп'ютерною залежністю (клініка, корекція та профілактика)», Київ – 2005. Автореферат дисертації. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://librar.org.ua/sections_load.php?s=medicine&id=5971

математичного профілю, ліцею інформаційних технологій. За результатами скринінгової діагностики комп'ютерної залежності всі учні були розподілені по групах¹²⁷:

1-а група – без ризику розвитку комп'ютерної залежності – 189 чол. (40,82 %);

2-а група – стадія захоплення – 209 чол. (45,14 %);

3-я група – стадія ризику розвитку комп'ютерної залежності (початковий етап формування комп'ютерної залежності) – 65 чол. (14,04 %).

Як показало дослідження, одним із факторів, характерних для обстежуваних, є проведення за комп'ютером більшого часу, ніж планувалося. Майже 90 % комп'ютерних адиктів проявляють негативне ставлення до спроб навколишніх перервати перебування за комп'ютером. Неможливість контролювати свої фінансові витрати є також однією з ознак адиктивної поведінки – 40 % залежних з 3-ої групи витрачають багато грошей на перебування за комп'ютером. Перебуваючи поза роботою за комп'ютером, майже 40 % з групи ризику відчувають дискомфорт у реальному світі. Крім того, 50,8 % опитаних з групи ризику нехтують вживанням їжі, а 64,6 % учнів нехтують сном¹²⁸.

У результаті дослідження було встановлено, що достовірно впливають на ризик формування комп'ютерної залежності такі **чинники**: приналежність до чоловічої статі (у групі ризику (ГР) хлопчиків у 6 разів більше, ніж дівчаток – 86,15 % та 13,85 % відповідно); тривалість роботи за комп'ютером (20-40 годин на тиждень та/або більше) (35,38 % осіб ГР), емоційна депривація (неповні родини, виховання за типом гіпоопіки) (17 % учнів 3-ї групи), схильність до адиктивної поведінки (6,16 % ліцеїстів ГР)¹²⁹. Зокрема, на думку психологів, залежність від Інтернету серед молоді пов'язана із сімейними відносинами і структурою сім'ї¹³⁰. Так, школярі, які виховуються в авторитарній сім'ї, більш схильні до інтернет-залежності. Відсутність зв'язку і брак комунікації між дітьми і батьками теж має величезне значення для формування залежності.

Відповідно до результатів дослідження, проведеного у Дніпропетровській обласній клінічній психіатричній лікарні, протягом 1999-2004 років, **52 % пацієнтів з інтернет-адикцією складають обстежені у віці 11-14 років. У 55 % випадків симптоми даної залежності сформувалися вже через рік після початку роботи за комп'ютером. У 34,2 % випадків психотравмуючі ситуації передували початку захоплення комп'ютером: розлучення батьків, конфлікти з учителями, в сім'ї, з**

¹²⁷ Юрьева Л. Н., Больбот Т. Ю. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика. Днепропетровск: Пороги, 2006. -196 с. Монография [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://phtiziatr.ru/library/knigi/?lib=1559>

¹²⁸ Там само.

¹²⁹ Больбот Т. Ю. Психичні та поведінкові розлади в осіб молодого віку з комп'ютерною залежністю (клініка, корекція та профілактика), Київ – 2005. Автореферат дисертації. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://librar.org.ua/sections_load.php?s=medicine&id=5971

¹³⁰ Развитие компьютерных игр в Китае. Ш.-Л. Ван, А. Е. Войсунский, А. И. Карпухина Материали конференції «Интернет и современное общество» Санкт-Петербург, 27–29 октября 2009 г. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://conf.infosoc.ru/2009/thesis/IMS%202tom.pdf#page=19>

однокласниками (24 %) ¹³¹. 84 % пацієнтів віддавали перевагу комп'ютерним іграм. Великою мірою їх увагу привертає також можливість спілкуватися в чатах, *ICQ* ¹³².

З урахуванням отриманих даних було запропоновано наступні *технології первинної профілактичної роботи* ¹³³.

1. Інформаційні – публікації, телефон довіри, психологічна служба, соціальна підтримка.
2. Освітні – просвітницькі програми, програми навчання батьків, програми навчання педагогів, психологів, соціальних робітників, програми навчання робітників комп'ютерних клубів, просвітницькі програми для учнів шкіл, ліцеїв, коледжів.
3. Зайнятості – клубна робота, додаткове навчання, тимчасове працевлаштування.
4. Корекції сімейних відносин – формування взаємовідносин, що сприяють повноцінному вихованню дитини, спільні інтереси всіх членів родини, емоційна підтримка, психологічний захист.
5. Релігійні – культура релігійних почуттів, усвідомлення вищої духовної і моральної сили.

Були розроблені наступні *етапи корекції комп'ютерозалежної поведінки* ¹³⁴: I – діагностичний; II – інформаційно-навчальний; III – етап модифікації поведінкових стратегій; IV – етап корекції сімейних і соціальних відносин; V – етап подолання наслідків комп'ютерної залежності.

Таблиця 4

Поетапна система корекції комп'ютерозалежної поведінки

Етапи	Мета	Методи психотерапії
I – діагностичний	Подолання заперечення	Індивідуальна
II – інформаційно-навчальний	Усвідомлення проблеми	Індивідуальна, групова
III – етап модифікації стратегій поведінки	Підготовка пацієнта до реальних дій задля зміни своєї поведінки та подолання фрустрації з орієнтацією на успіх, модифікація плану дій	Індивідуальна, аутогенне тренування, когнітивно-біхевіоральна
IV – етап корекції сімейних та соціальних відносин	Попередження виникнення рецидиву, підтримка подальших спроб пацієнта змінитися	Когнітивно-біхевіоральна, групова психотерапія
V – етап подолання наслідків комп'ютерної залежності	Складання плану поетапної реабілітації у соціальній сфері	Групова психотерапія, індивідуальна

¹³¹ Юрьева Л. Н., Больбот Т. Ю. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика. Днепропетровск: Пороги, 2006. – 196 с. Монографія [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://phtiziatr.ru/library/knigi/?lib=1559>

¹³² Там само.

¹³³ Там само.

¹³⁴ Там само.

Оцінка результатів проведення описаної поетапної системи корекції показала, що у 73 % пацієнтів спостерігалися стійкі позитивні зміни: захопленню вже не був притаманний надцінний характер, значно зменшився час проведення за ПК (до 4-6 годин на тиждень), покращились соціальна та сімейна адаптація, відзначалася тенденція до комунікації. Найефективнішою виявилась *когнітивно-біхевіоральна психотерапія*¹³⁵.

Варто відзначити, що важливою особливістю залежної поведінки є *можливість легкого переходу від однієї форми адикції до іншої*, із збереженням основних адиктивних механізмів. Так, японські вчені описали синдром «*отаку*». Це синдром, при якому підлітки та юнаки проводять своє життя, занурюючись у віртуальну реальність, ігнорують соціальні взаємини, необхідність догляду за собою, освіту і досягнення повного розвитку особистості. А на думку науковця В.В. Посохової, надмірне перебування молоді в мережі спричинює *неадекватне сприйняття* подій віртуального життя, а життєві плани інтернет-залежної молоді стають надто абстрактними, непослідовними, ілюзорними¹³⁶.

Окрім того, інтернет-середовище створює сприятливі умови для проявів так званої *сплутаної ідентичності*, що спостерігаються в патологічних формах віртуальної активності: криза інтимності проявляється у гіпертрофованій кількості та надмірній легкості налагоджування віртуальних контактів, дифузія часової перспективи – у неможливості оцінювати кількість часу, проведеного в Інтернеті, дифузія працьовитості – у безцільній тривалій навігації по мережі та редукції професійної діяльності, вибір негативної ідентичності – в антинормативній поведінці в Інтернеті.

Інтернет-залежність також спричинює виникнення *фінансових проблем*, оскільки послуги провайдерів платні. Інколи прагнення до зниження фінансових витрат відбувається не за рахунок скорочення часу в он-лайн, а за рахунок перенесення часу перебування в Інтернеті з денних і вечірніх на нічні години через можливість використання пільгових тарифів на інтернет-трафік.

Більшість як вітчизняних, так і закордонних досліджень проблеми інтернет-залежності засвідчують, що за віковими, статевими і професійними особливостями *групу ризику* складають передусім соціально незріла молодь, підлітки, учні молодших класів, неодружені або розлучені чоловіки (зазвичай без сім'ї і дітей), які мають проблеми дезадаптації в суспільстві, сексуальні проблеми, та які мали досвід зловживання алкоголем чи наркотиками, з низьким рівнем задоволеності життям, високим рівнем стресогенності в повсякденному житті.

¹³⁵ Ботьбот Т. Ю. Психічні та поведінкові розлади в осіб молодого віку з комп'ютерною залежністю (клініка, корекція та профілактика)», Київ – 2005. Автореферат дисертації. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://librar.org.ua/sections_load.php?s=medicine&id=5971

¹³⁶ Лист за № 02-15/218 від 14.06.2011 р. з Інституту соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України).