

КОМП'ЮТЕРНА ЗАЛЕЖНІСТЬ, ІНТЕРНЕТ ЗАЛЕЖНІСТЬ ТА КІБЕР-АДИКЦІЇ (ІСТОРИЧНИЙ ОГЛЯД ДЕФІНІЦІЇ)

Асєєва Юлія Олександрівна¹

¹ Кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри психіатрії, наркології та психології Одеського національного медичного університету, м. Одеса (Україна)
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-3086-3993>

UDC: 159.923.2-053.6:004.738.5-042.72

АНОТАЦІЯ

У роботі автором надано історичний огляд понять комп'ютерна залежність, Інтернет залежність та кібер-адикції. Проаналізовано погляди науковців щодо дефініцій даних понять. За результатами аналізу надано власні визначення. Методами дослідження були теоретичний аналіз та узагальнення соціально-психологічної, медико-психологічної, психолого-педагогічної літератури, а також міждисциплінарний аналіз.

Автором підкреслено, що комп'ютерна залежність, Інтернет залежність та кібер-адикції більшістю науковців трактується як психічний розлад, що впливає на нормальний процес життєдіяльності особистості та має свої варіанти прояву та процес течії. Дані феномени, поки не визнані на офіційному рівні тобто не включені в класифікацію захворювань МКХ-10 і розладів DSM IV, (однак, плануються у майбутніх редакціях даних класифікаторів). На період сьогодення недостатньо описана симптоматика та анамнез, не достатньо чітко виявлені критерії розмежування Інтернет-адикцій, комп'ютерних адикцій, ігрової залежності, а деякі нові види кібер-адикцій взагалі ще недостатньо вивчені і невраховані міжнародними класифікаторами хвороб. Тим не менше, існують в нашій дійсності і дозволяють говорити про людину як жертву кібер-соціалізації.

В роботі автор приходиться до висновку про необхідність розмежування даних понять. Узагальнюючи прояви, характерні для Інтернет-залежності та кібер-адикції, відокремлено їх основні ознаки: неможливість суб'єктивного контролю за використанням Інтернет і дезадаптація, яка відображає негативний вплив його використання на міжособистісні стосунки, здоров'я, роботу, навчання, емоційний, психологічний стан, фінансовий статус, та ін., характерні, втім, для будь-якої залежної поведінки. Інтернет-залежність та кібер-адикція включають наступні компоненти: 1) особливість, «надцінність» (salience); 2) зміни настрою (mood changes); 3) зростання толерантності (tolerance); 4) симптоми відміни (withdrawal symptoms); 5) конфлікт з оточуючими і самим собою (conflict); 6) рецидив (relapse).

Отже, проблема розмежування комп'ютерної залежності, Інтернет залежності та кібер-адикції є актуальною, відносно молодою областю наукового пізнання та вимагає додаткового вивчення.

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

Постановка проблеми. У період сьогодення, коли науково-технічний прогрес бурхливо і стрімко розвивається важко уявити своє життя без комп'ютера, Інтернету, телефону та інших електронних девайсів. Наслідком науково-технічної революції стало народження нового соціокультурного середовища, окрім матеріальної реальності набирає масштабності нова

інформаційна реальність – реальність кіберпростору. За даними опитування Wearesocial та Hootsuite кількість людей у всьому світі, що працювало в Інтернеті, зросло до 4,54 мільярда, збільшившись на 7% (298 мільйонів нових користувачів) у порівнянні з січня 2019 року, з них налічувалося 3,80 мільярда користувачів соціальних мереж, і це число збільшилося більш ніж на 9 %

Address for correspondence, e-mail: editpsychas@gmail.com
Copyright: © Yuliia Asieieva

This is an Open Access journal, all articles are distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0) License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>), allowing third parties to copy and redistribute the material in any medium or format and to remix, transform, and build upon the material, provided the original work is properly cited and states its license.

(321 мільйон нових користувачів) в порівнянні з минулим роком, слід зауважити, що більшу частину яких склали діти, підлітки та молодь (Kemp, S., 2020).

Світ кіберпростору породив новий вид адиктивних способів особистісної реалізації – комп'ютерну залежність, що включає велику кількість проблем залежної поведінки і контролю над потягами. Найбільшу кількість залежних експерти налічують серед представників вікової групи від 14 до 24 років, однак дана проблема набуває обертів і серед інших вікових груп.

З урахуванням постійно наростаючого технічного прогресу, проблема Інтернет-залежності набирає свого поглиблення й розширення своїх меж, особливо вразливою категорією стає молодь. Процес впровадження інтерактивних технологій має як позитивні аспекти – розвитку соціуму, так і не слід нехтувати його негативними наслідками – поширенню залежності від різноманітних гаджетів та електронних девайсів. Кіберадикція як залежність людини від середовища, створеного за допомогою комп'ютерних, цифрових технологій та засобів мобільного зв'язку набуває все більших обертів у сучасному суспільстві. Сьогодні Інтернет вже став невід'ємною частиною життєдіяльності людини і все складніше стає в сучасному світі зберігати баланс між реальністю та кіберпростором без шкоди для здоров'я та свого соціального життя. Соціальне становлення особистості протікає у двох площинах матеріальній та кібер-реальності кожна з них дозволяє особистості реалізовуватись в своїх різноманітних проявах, проте кіберпростір більш привабливий, оскільки дозволяє примірити значно більше образів власного «Я», відмовитись від спілкування, зв'язків з небажаними особами тощо. Тому вже зараз масштаби Інтернет-залежності настільки суттєві, що її виділяють у низку нових залежностей, котрі суттєво впливають на становлення молоді і суспільства в цілому.

Проблематика такого виду залежностей стала активно вивчатись педагогами, філософами, соціологами, психологами, психіатрами та іншими науковцями різноманітних галузей, що підкреслює її мультидисциплінарність. Інтернет залежність, комп'ютерну залежність та кібер-адикції як феномен залежної поведінки досліджували: К. В. Аймедов, О. Н. Арестова, Е. П. Белінська, Т. Больбот, А. Е. Войскунского,

С. І. Ворошилін, А. Е. Жічкіна, Е. В. Змановская, А. Ю. Єгоров, М. С. Кисельова, Н. В. Коритнікова, Ц. П. Короленко, М. Коул, Е. Мельник, Е. А. Репринцева, А. В. Худяков, M. D Griffiths, S. E. Caplan, K. Young, M. Cole, J. Jacobson та ін. Слід зауважити, що даний вид адикції розглядається не лише в психологічній площині, а стає об'єктом медицини, вивчається симптоматика та йде активний пошук лікувальних та реабілітаційних програм.

Однак, до теперішнього часу не існує чіткої класифікації даного виду нехімічної залежності, більшість психодіагностичного інструментарію для виявлення кібер-адикцій адаптована, а не створена з урахуванням менталітету і соціокультурних особливостей адиктивів. Недостатньо описана симптоматика та анамнез, не достатньо чітко виявлені критерії розмежування Інтернет-адикцій, комп'ютерних адикцій, ігрової залежності, а деякі нові види кібер-адикцій взагалі ще недостатньо вивчені і невраховані міжнародними класифікаторами хвороб.

Мета – провести історичний огляд дефініцій: Інтернет залежність, комп'ютерна залежність та кібер-адикції.

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

Виклад основного матеріалу дослідження.

Поняття «віртуальна реальність» було введено в науковий обіг в 1984 році Джарон Ланье, який разом з групою вчених розробляв систему віртуальної реальності в області симуляції хірургічних операцій і трактувалося як ілюзорна реальність, породжена комп'ютерними технологіями.

Д.І. Воронов під віртуальною реальністю розуміє «кібернетичний простір, створений на базі комп'ютера, в якому технічними засобами зроблена повна ізоляція оператора від зовнішнього світу, тобто, перекриті всі канали тактильної, слухової, зорової і будь-який інший зв'язок з реальним навколишнім простором» (Воронов Д.І., 2013: 167-171).

М. О. Носов зазначає, що віртуальна реальність онтологічно відділена від реальності константної, але рівноправна по відношенню до неї. «Ідея віртуальності вказує на особливий тип взаємин між різнорідними об'єктами, розташовуючи їх на різних ієрархічних рівнях і визначаючи специфічні відносини між ними: породження та інтерактивність – об'єкти віртуального рівня породжуються об'єктами нижчого рівня, але, не дивлячись на свій статус породжених, взаємодіють з об'єктами породжуючи реальність як онтологічно рівноправні. Сукупність віртуальних об'єктів що породжує реальність утворюють віртуальну реальність» (Носов Н.А., 2000).

Віртуальна реальність – це нематеріальність впливу, умовність параметрів і ефемерність, – це не саме життя, це скоріше придумана частина життя, почуттів, стосунків і дій (Аймедов, К.В., 2008; Кудашкіна, О.З., 2011).

Отже можливо зазначити, що в сучасному розумінні більшості науковців, визначають «віртуальну реальність» як частину психологічної реальності людини.

Виділено наступні специфічні властивості віртуальної реальності незалежно від її «природи» (фізична, психологічна, соціальна, технічна та ін.): породження, актуальність, автономність, інтерактивність. Породження – віртуальна реальність продукується активністю будь-якої іншої реальності, зовнішньої по відношенню до неї. Актуальність – віртуальна реальність існує актуально, тільки «тут і тепер», тільки поки активно породжує реальність. Автономність – у віртуальній реальності свого часу, простір і закони існування. У віртуальній реальності для людини, яка в ній знаходиться, немає зовні існуючого минулого і майбутнього. Інтерактивність – віртуальна реальність може взаємодіяти з усіма іншими реальностями, в тому числі і з тим що породжує, так і онтологічно незалежна від

них (Ісакова, Т.О., 2018; Короленко, Ц.П., & Дмитрієва, Н.В., 2001; Носов Н.А., 2000).

Реалізація себе у віртуальній реальності можлива завдяки використанню електронних девайсів та гаджетів, що породжує появу нових термінів: Інтернет-залежності, кібер-адикції, гаджет-адикції, комп'ютерної залежності та інших. На сьогоднішній день існують два базових визначення розладу, пов'язаного з комп'ютером, одне визначення Інтернет залежності дав Ivan Goldberg, який під цим поняттям розумів розлад поведінки в результаті використання Інтернету і комп'ютера [Goldberg I., 1996].

Термін «комп'ютерна залежність» визначає патологічну пристрасть людини до роботи або проведення часу за комп'ютером (Жукова, М.В., 2018: 120-129).

Комп'ютерна залежність (кібер-адикції, Інтернет-залежність) – це психічний розлад, що супроводжується проблемами зі здоров'ям і в стосунках з іншими людьми, що виражається в нездатності людини своєчасно закінчити заняття за комп'ютером (вийти з мережі Інтернет) і наполегливому бажанні повернутися за комп'ютер (у віртуальну Мережу) (Смирнова А.А., Захарова Т.Ю., & Синогіна Е.С., 2017: 99-107).

Інтернет залежність – вид нехімічної залежності; психічний розлад, що виявляється в нав'язливому бажанні людини підключитися до Інтернету, а також болючою нездатністю вчасно відключитись від нього (Плешаков В.А., 2018: 92-97).

Інтернет-залежність – це розлад в психіці, що супроводжується великою кількістю поведінкових проблем і в загальному полягає в нездатності людини вчасно вийти з мережі, а також в постійній присутності нав'язливого бажання туди увійти (Еніколопов, С.Н., Кузнецова, Ю.М., Цибульський, Н.П., & Чудова Н.В., 2017).

Інтернет-залежність (Internet Addiction Disorder) – психічний стан, для якого характерно нав'язливе бажання користуватися Інтернетом і неможливість припинити це робити (Griffiths M.D., Kuss D.J., & Billieux J., 2019).

Кібер-залежність є саме захворюванням, а не поганою звичкою, вадою виховання або несприятливим збігом обставин, вона знаходиться в одному ряду з

іншими видами хімічних (наркоманія і алкоголізм) і нехімічних (ігроманія, тренінгоманія) залежностей, так як виявляє всі ознаки захворювання (причина виникнення, симптоматика, перебіг, лікування і прогноз).

Кібер-адикція – вид девіантної поведінки, пов'язаний з формуванням схильності до відходу від реальності через зміну свого психічного стану за допомогою постійної фіксації уваги на інтерактивній взаємодії з ігровими комп'ютерними програмами або з іншими користувачами за допомогою цих програм, що дозволяє нам виявити індивідуально-психологічні особливості підлітків, схильних до кібер-адикції (Аймедов, К.В., 2008; Ботьбот Т.Ю., 2004; Hawi N., 2018).

Кібер-адикція – форма психологічної залежності, яка виявляється в нав'язливому захопленні комп'ютерними іграми, підпорядкованості свого вибору зовнішній помилковій меті – досягненню прогресу у віртуальній ігровій реальності (Щербачева П.П., & Устинова Н.А. 2017: 93-99).

Кібер-адикція – залежність від комп'ютера. Смокова Е.Ю. та Богуш С.Б. дану залежність розподіляють на три види: ігрова наркоманія, Інтернет-адикція і хакерство (Смокова, Е.Ю., & Богуш С.Б., 2017: 80-84)

На думку Kandell's (1998) поняття «Інтернет-залежність» включає в себе будь-який вид діяльності в мережі (Kandell J. J. 1998:11-17).

R. Davis (1999) запропонував когнітивно-біхевіоральну модель для патологічного використання Інтернету, а саме виділив такі категорії, як специфічне патологічне використання Інтернету і генералізоване патологічне використання Інтернет (Davey S., & Davey A. (2015: Davis R., Flett G., & Bessre, A., 2002). Перше включає в себе активацію вже існуючих специфічних видів комп'ютерних адикцій – гемблінг або порнографічні сайти, а друге – всі види комп'ютерних технологій (чати, пошук інформації і інше). Тобто R. Davis доповнив визначення K. Young, виділив головний зміст, коморбідність, показав, що патологічне використання Інтернету може активізувати вже існуючу патологію або виступити як окремий вид залежності.

Alex S. Hall і Jeffrey Parsons (2001) представили третій термін – Інтернет-залежна поведінка. Вони згодні з тим, що надмірне використання Інтернету може нашкодити когнітивній, поведінковій і афективній сфе-

рам, тобто вплинути на стан здоров'я людини, але вони не підтримують патологічну етіологію цієї проблеми (Hall A., & Parsons J., 2001; Hawi N., 2018).

На даний момент серед фахівців немає єдиної думки про те, як слід називати цей феномен. Вперше наявність залежності відзначили американські вчені у 80-х роках (Shotton, M.A., 1989), які вказували, що формування комп'ютерної залежності обумовлено не тільки потребою відходу від реальності або особисті проблеми, а й індивідуальні характеристики людини (наприклад, особливості характеру, що визначають поведінку людини).

Один з перших дослідників Інтернету професор Джон Сулер зазначає, що, можливо, слід говорити про кібер-адикції – залежність від віртуального середовища, створеного за допомогою комп'ютерних технологій (Suler, J., 2008).

Ю. Д. Бабаєва, О. Є. Войскунский, О. В. Смылова виділяють три різновиди кібер-діяльності, які викликають глобальні негативні зміни особистості, до них відносяться:

1. Захопленість пізнанням в сфері програмування та телекомунікацій, як крайній варіант – хакерство.
2. Захопленість комп'ютерними іграми та іграми за допомогою Інтернету, як крайній варіант – ігрова наркоманія.
3. Захоплення мережевий комунікацією, як крайній варіант – Інтернет-адикція – залежність від Інтернету (Бабаєва Ю.Д., Войскунский А.Е., & Смылова О.В., 2000: 11–39).

Феномени кібер-адикції та Інтернет-залежності (Internet Addiction Disorder, чи IAD), поки не визнані на офіційному рівні (не включені в класифікацію захворювань МКХ-10 і розладів DSM IV, однак, плануються у майбутніх редакціях даних класифікаторів), тим не менше, існують в нашій дійсності і дозволяють говорити про людину як жертву кібер-соціалізації (You J., & Bongwon S., 2019).

Першими дослідниками Інтернет-залежності і, фактично, родоначальниками нового напрямку в психологічній науці – психології залежності від Інтернету – стали К. Янг та І. Голдберг (Young K., 1999; Goldberg I., 1996). Надалі кібер-адикції як феномен залежної поведінки досліджували М. Коул, А. Е. Войскунский,

О. Н. Арестова, А. В. Худяков, М. С. Кисельова, і ін. Незважаючи на те, що ряд дослідників: К. Янг, А. Голдберг, О. К. Тихомиров, А. Е. Войскунский, Dertouzos; Stock, та інші об'єднують в одну групу залежностей кібер-адикції і сетеголізм, проте потрібно розрізнати дані форми залежної поведінки оскільки залежність від комп'ютерних ігор можлива і без Інтернету.

Вперше це явище було описано в 1995 році доктором Айвенгом Голдбергом, який виділив такі основні симптоми Інтернет-залежності: використання комп'ютерних ігор викликає хворобливий негативний стресовий стан або дистрес; використання комп'ютерних ігор завдає шкоди фізичному, психологічному, міжособистісному, економічному чи соціальному статусу (Goldberg I., 1996). Також він запропонував набір діагностичних критеріїв для визначення залежності від Інтернету, в основу яких були взяті ознаки патологічного пристрасі до азартних ігор (гемблінга).

Доктор Kimberly Young ввела дещо інше поняття – проблемне використання Інтернету (ПВІ) (Young K., 1999), виділивши такі характерні риси: нав'язливе бажання перевірити e-mail; постійне очікування наступного виходу в Інтернет; скарги навколишніх на те, що людина проводить занадто багато часу в Інтернет та скарги навколишніх на те, що людина витрачає занадто багато грошей на Інтернет. Надалі К. Young виділила п'ять основних видів Інтернет-залежності:

1. Комп'ютерна залежність (computer addiction): обсессивна пристрась до роботи за комп'ютером (програмування, ігор або інших видів діяльності);
2. Компульсивна навігація в мережі (net compulsions): компульсивний пошук інформації у віддалених базах даних;
3. Перевантаженість інформацією (information overload): патологічна схильність до опосередкованих Інтернетом азартних ігор, онлайн-аукціонів, електронних покупок;
4. Кіберсексуальна залежність (cybersexual addiction): залежність від «кіберсексу», тобто від відвідування порнографічних сайтів, обговорення сексуальної тематики в чатах або закритих групах «для дорослих»;
5. Кіберкомунікативна залежність (cyber-

relational addiction): залежність від спілкування в соціальних мережах, форумах, чатах, групових іграх і телеконференціях, що може призвести до заміни реальних членів сім'ї і друзів віртуальними (Young K., 1999).

У своєму «Центрі онлайнової залежності» К. С. Янг розробила трирівневу модель, що пояснювала прихильність багатьох людей до азартного використання Інтернету. Ця модель позначається аббревіатурою ACE (Accessibility, Control, Excitement), оскільки залежність від Інтернету виникає: в силу його доступності (Accessibility), за рахунок збереження контролю (Control) за власними діями і наслідками прийнятих рішень, на тлі емоційного підйому, порушення (Excitement) від результатів власних дій.

Mark Griffiths (1996) відокремив дві групи Інтернет залежних: адикти (залежні) першого і другого порядків. Адикти першого порядку відчують себе в підвищеному настрої під час гри, люблять грати групами в Мережі, отримують позитивне підкріплення з боку групи, коли стають переможцями і саме це є для них головним. Комп'ютер для них – засіб отримати соціальне винагороду. Адикти другого порядку використовують комп'ютер для втечі від проблем у своєму житті, і їх залежність від ПК – симптом глибших проблем (наприклад, фізичні недоліки, низька самоповага і т.п.) (Griffiths M.D., 1996).

В даний час не існує загально визнаної класифікації комп'ютерної залежності, в різних джерелах виділяються наступні типи залежностей, які пов'язані з комп'ютерними технологіями:

- комп'ютерні ігри та Інтернет-залежність (пристрасть до онлайн-торгів та азартних ігор);
- нав'язливий серфінг (подорож в мережі, пошук інформації по базах даних і пошукових сайтах);
- ігрова залежність – нав'язливе захоплення комп'ютерними іграми по мережі;
- віртуальні знайомства (великі обсяги листування, постійна участь в чатах, веб-формах, надмірність знайомих і друзів в Мережі);
- кіберсекс (захоплення порносайтами) (Жукова, М.В., 2018: 120-129).

На початку 2000-х років погляди наукового

співтовариства були звернені на психологічні та соціальні аспекти проблеми, які вибірково були освітлені в роботах: А. Е. Войскунського, А. Е. Жичкіна, Н. В. Коритнікова, Ц. П. Короленко, М. D Griffiths, S. E. Caplan, К. Young, М. Cole, J. Jacobson, Т. Больбот, Е. Мельник, К. В. Аймедов, Е. П. Белінська, А. Е. Войскунский, С. І. Ворошилін, Е. А. Репринцева, Е. В. Змановская, А. Ю. Єгоров та ін.), в яких виділені різні дефініції, соціально-психологічні чинники формування, симптоми і стадії, клінічні аспекти, класифікації та типології, висвітлені питання взаємодії дітей з комп'ютером, поведінка користувачів у «мережі» тощо.

Більшість вітчизняних і зарубіжних авторів (Л. Весмер, В. Міллер, М. Ландрі, А. Е. Войскунский, Е. В. Змановская і ін.) Використовують терміни адикція, адиктивна поведінка і залежність, як синонімічні поняття. Однак є й ті, хто розводить ці визначення, вважаючи їх лише супутніми один одному (Дж. Алтман, А. Є. Личко, К.В. Аймедов, С. А. Кулаков, і ін.). Слід зазначити, що при всьому різноманітті думок і підходів більшість авторів адиктивну поведінку все ж відносять до деструктивної поведінки, що виражається прагненням до відходу від реальності за рахунок зміни свого психічного стану.

Так, наприклад, Ц. П. Короленко та Б. Сігал характеризують залежну поведінку прагненням відходу від реальності за допомогою зміни свого психічного стану, під час якого людина зупиняється в своєму особистісному розвитку (Короленко Ц.П., & Дмитрієва Н.В., 2001). В.Д. Менделевич під адикцією розуміє будь-надцінне захоплення, при якому об'єкт захоплення або діяльність стає визначальним для людини і витісняє інші види діяльності (Менделевич В.Д., 2005). Дж. Томер описує адиктивну поведінку, як зосередженість на вузькоспрямованій сфері діяльності при ігноруванні інших і прагненні до втечі від реальності.

Висновки.

Отже, як комп'ютерна залежність, Інтернет залежність так і кібер-адикція більшістю науковців трактується як психічний розлад, що впливає на нормальний процес життєдіяльності особистості та має свої варіанти прояву та процес течії. На наш погляд дані поняття слід розмежувати. Під **комп'ютерною залежністю** (комп'ютерна-адикція) слід розуміти вид

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

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

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

Узагальнюючи прояви, характерні для Інтернет-залежності та кібер-адикції, можна виділити їх *основні ознаки*: неможливість суб'єктивного контролю за використанням Інтернет і дезадаптація, яка відображає негативний вплив його використання на міжособистісні стосунки, здоров'я, роботу, навчання, емоційний, психологічний стан, фінансовий статус, та ін., характерні, втім, для будь-якого залежної поведінки. Необхідно також враховувати наступну важливу ознаку поведінкової залежності – це те, що даний вид діяльності носить контрпродуктивний (непродуктивний, даремний) характер. Оскільки, інакше до Інтернет-залежних та кібер-адиктивних слід буде віднести значну кількість осіб, які значний проміжок часу (більше трьох годин на добу) використовують Інтернет та гаджети як професійний інструмент. Цілком очевидно, що Інтернет-залежність, кібер-адикція, як хворобливі розлади, повинні відповідати тим відомим шести компонентам, які є універсальним для всіх варіантів адикцій (R. Brown,

1993; М. Griffiths, 1996): 1) особливості, «надцінність» (salience); 2) зміни настрою (mood changes); 3) зростання толерантності (tolerance); 4) симптоми відміни (withdrawal symptoms); 5) конфлікт з оточуючими і самим собою (conflict); 6) рецидив (relapse).

Таким чином, актуальним питанням і на сьогоднішній день залишається визначення тієї межі, коли яскравий, барвистий і захоплюючий світ кіберпростору з безліччю різних героїв, образів, місць настільки опановує психіку, що переростає в кібер-адикцію.

References:

- Ajmedov, K.V. (2008). Kliniko-psihologicheskie aspekty komorbidnyh rasstrojstv addiktivnogo spektra [Clinical and psychological aspects of addiction spectrum comorbid disorders]. *Tavrisheskij zhurnal psichiatrii — Taurida Journal of Psychiatry*, 12, 1 (42), 4-8. [in Ukrainian].
- Babaeva, YU.D., Vojskuns'kij, A.E., & Smyslova, O.V. (2000). Internet: vozdeystvie na lichnost' [Internet: impact on personality]. *Gumanitarnye issledovaniya v Internete — Humanitarian research on the Internet*. (pp. 11-39). Moscow: Mozhaysk-Terra. [in Russian].
- Bol'bot, T.YU. (2004). Faktori riziku rozvitku kompyuternoї zalezhnosti v ocib molodogo viku [Risk factors for computer addiction at a young age]. *Ukr. Visnik Psihonevrologii — Ukr. Bulletin of Psychoneurology*, 12, 4, 75-80. [in Ukrainian].
- Voronov, D.I. (2013). Komp'yuternaya zavisimost' i social'no-psihologicheskie zakonomernosti ee proyavleniya [Computer addiction and the socio-psychological laws of its manifestation]. *Vestnik Cherepoveckogo gosudarstvennogo universiteta — Bulletin of the Cherepovets State University*, 2, 3 (50), 167-171. [in Ukrainian].
- Enikolopov, S.N., Kuznecova, YU.M., Cibul'skij, N.P., & CHudova, N.V. (2017). Specifika agressii v internet-srede [The specifics of aggression in the Internet environment]. *Psichiatrya — Psychiatry*, 1, 268. [in Russian].
- ZHukova, M.V. (2018). Komp'yuternaya zavisimost' kak odin iz vidov addiktivnoj realizacii [Computer addiction as one of the types of addictive implementation]. *Pedagogika i psihologiya — Pedagogy and Psychology*, 120-129. [in Russian].
- Isakova, T.O. (2018). Internet-zalezhnist' yak novij fenomen suchasnosovitu: sutnist' i problemi [Internet addiction as a new phenomenon of the modern world: the essence and problems]. (pp. 47). Kyiv: National Institute for Strategic Studies. [in Ukrainian].
- Korolenko, C.P., & Dmitrieva, N.V. (2001). Psihosocial'naya addiktologiya [Psychosocial Addictology]. (pp. 251). Novosibirsk: Olsib. doi: ISBN 5-901048-06-7. [in Russian].
- Kudashkina, O.Z. (2011). Kibersocializaciya yak novij vid socializacii u virtual'nomu seredovishchi [Cybersocialization as a new type of socialization in a virtual environment]. *Social'na pedagogika: teoriya ta praktika: Metodichnij zhurnal — Social pedagogy: theory and practice: Methodical journal*. Luhansk: Taras Shevchenko LNU Publishing House "Alma Mater". 1, 12-18. Retrieved from http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc_Gum/Sptp/2011_1/2.pdf [in Ukrainian].
- Kuzhel', I.YU. (2015). Internet-zalezhnist' yak aktual'na problema suchasnoї shkoli [Internet addiction as an urgent problem of modern school]. *Visnik CHernigivs'kogo nacional'nogo pedagogichnogo universitetu — Bulletin of Chernihiv National Pedagogical University*. Series: Pedagogical sciences. 124, 86-89. Retrieved from http://nbuv.gov.ua/UJRN/_2015_124_24 [in Ukrainian].
- Mendelevich, V.D. (2005). *Psihologiya deviantnogo povedeniya [Psychology of deviant behavior]*. St. Petersburg.: Speech. doi: ISBN 5-9268-0387-X. [in Russian].
- Nosov, N.A. (2000). *Virtual'naya psihologiya [Virtual psychology]*. Moscow.: Agraf. [in Russian].
- Pleshakov, V.A. (2018). Kibersocializaciya cheloveka: ot Homo Sapiens'a do «Homo Cyberus'a»? [Human cyber socialization: from Homo Sapiens'a to Homo Cyberus'a?]. *Voprosy vospitaniya — Education issues*. Moscow: MPSI. 1 (2), 92-97. [in Russian].
- Smirnova, A.A., Zaharova, T.YU., & Sinogina, E.S. (2017). Kiberugrozy bezopasnosti podrostkov [Cyber threats to adolescent security]. *Nauchno-pedagogicheskoe obozrenie — Scientific and pedagogical review*. 3 (17), 99-107. [in Russian].
- Smokova, E.YU., & Bogush, S.B. (2017). Vliyanie razvitiya informacionnyh tekhnologij na social'no-psihologicheskoe razvitie lichnosti [The influence of the development of information technology on the socio-psychological development of the individual]. *Territoriya nauki — Territory of Science*, 1, 80-84. [in Russian].
- Shherbacheva, P.P., & Usty'nova, N.A. (2017). Vliyanie kiberaddicicii na lichnost' podrostka [The influence of cyberraddication on the personality of a teenager]. *Gumanitarnyj nauchnyj zhurnal — Humanitarian Scientific Journal*, 1, 93-99. [in Russian].
- Davey, S., & Davey, A. (2015). Assessment of smartphone addiction in Indian adolescents: A mixed method study by systematic-review and meta-analysis approach. *International Journal of Preventive Medicine*, 5(12), 150-151.
- Davis, R., Flett, G., & Bessre, A. (2002). Validation of a new scale for measuring problematic Internet use: Implications for pre-employment screening. *CyberPsychol. Behavior*, 5, 4, 331-345.
- Goldberg, I. Internet addiction disorder. (1996). URL: Psychom.net. Retrieved from <http://www.psycom.net>.

- Griffiths, M.D. (1996). Internet «addiction»: an issue for clinical psychology? *Clin. Psychology Forum*, 5, 97:32-3.
- Griffiths, M.D., Kuss, D.J., & Billieux, J. (2019). The evolution of Internet addiction: A global perspective. *Addictive Behaviors*, 193-195.
- Hall, A., & Parsons, J. (2001). Internet Addiction: Student case study using best practices in cognitive behavior therapy. *Journal of Mental Health Counseling*, 23, 4, 312-327.
- Hawi, N. (2018). Identifying commonalities and differences in personality characteristics of Internet and social media addiction profiles: traits, self-esteem, and self-construal. *Behaviour & Information Technology*, 110-119.
- Kandell, J.J. (1998). Internet addiction on a college campus: The vulnerability of college students. *CyberPsychol. Behavior*, 3, 2, 1:11-17.
- Kemp, S. (2020). Digital 2020: 3.8 billion people use social media. *Wearesocial and Hootsuite*. Retrieved from <https://wearesocial.com/blog/2020/01/digital-2020-3-8-billion-people-use-social-media>.
- Shotton, M.A. (1989). *Computer addiction? A study of computer dependency*. Basingstoke: Taylor & Francis.
- Suler, J. (2008). Image, action, word: interpersonal dynamics in the photo-sharing community. *Cyberpsychology and Behavior*, 11, 555-560.
- You J., & Bongwon, S. (2019). Is smartphone addiction different from Internet addiction? comparison of addiction-risk factors among adolescents. *Behaviour & Information Technology*, 1-16.
- Young, K. (1999). Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber. Psychol. Behavior*, 1, 237-244.

Yuliia Asieieva

PhD in Psychological Sciences, Senior lector of the Department of Psychiatry, Addiction Medicine and Psychology, Odessa National Medical University, Odessa (Ukraine)

COMPUTER ADDICTION, INTERNET ADDICTION AND CYBER ADDICTION (HISTORICAL OVERVIEW OF THE DEFINITIONS)

SUMMARY

The author provides the historical overview of the following concepts: computer addiction, Internet addiction and cyber addiction. The views of scientists on the definitions of these concepts are analyzed. Based on the analysis results, our own definitions are proposed. The research methods were: theoretical analysis and generalization of socio-psychological, medical-psychological, psychological and pedagogical literature, as well as interdisciplinary anal-

ysis.

The author emphasizes that most scientists understand computer addiction, Internet addiction and cyber addiction as a mental disorder that affects an individual's normal life and has its own manifestations and processes. These phenomena are not yet recognized at the official level and are not included into ICD-10 disease classification or DSM IV disorders (however, their inclusion is planned in future editions of these classifiers). At present, the symptoms and medical history are not adequately described, the criteria for distinguishing between Internet addictions, computer addictions, and gambling addiction are not clearly defined, and some new types of cyber addictions are still not well understood and are not taken into account by the international classifiers of diseases. Nevertheless, they exist in our reality and allow us to talk about a person as a victim of cyber socialization.

The article author comes to the conclusion that it is necessary to distinguish between these concepts. Summarizing the manifestations characteristic of Internet addiction and cyber addiction, their main features are highlighted: the impossibility of subjective control over the use of the Internet that leads to a person's maladaptation, has a negative impact on their interpersonal relationships, health, work, study, emotional, psychological state, financial status etc., characteristic, however, for any dependent behavior. Internet addiction and cyber addiction include the following components: 1) a feature, «overvaluation» (salience) 2) mood changes; 3) increase tolerance; 4) tolerance withdrawal symptoms 5) conflict with others and by oneself; 6) relapse.

So, the problem of distinguishing between computer addiction, Internet addiction and cyber addiction is relevant and is a relatively young area of scientific knowledge that requires further study.

Key words: computer addiction, Internet addiction, cyber addiction, virtual reality, personal computer.

Асеева Юлія Александровна

Кандидат психологічних наук, старший преподаватель кафедры психіатрії, наркології та психології Одеського національного медичного університету, г. Одеса (Україна)

КОМП'ЮТЕРНА ЗАВИСИМОСТЬ, ИНТЕРНЕТ ЗАВИСИМОСТЬ И КИБЕР-АДДИКЦИИ (ИСТОРИЧЕСКИЙ ОБЗОР ДЕФИНИЦИИ)

АННОТАЦИЯ

В работе автором предоставлен исторический обзор понятий: компьютерная зависимость, Интернет зависимость и кибер-аддикции. Проанализированы взгляды ученых о дефиниции данных понятий. По результатам анализа предоставлены собственные определения. Методами исследования были: теоретический анализ и обобщение социально-психологической, медико-психологической, психолого-педагогической литературы, а также междисциплинарный анализ.

Автором подчеркивается, что компьютерная зависимость, Интернет зависимость и кибер-аддикции большинством ученых трактуется как, психическое расстройство, влияющее на нормальный процесс жизнедеятельности личности и имеющее свои варианты проявления и процессы протекания. Данные феномены, пока не признаны на официальном уровне и не включены в классификацию заболеваний МКБ-10 и расстройств DSM IV, (однако, их включение планируются в будущих редакциях данных классификаторов). В настоящее время недостаточно описана симптоматика и анамнез, недостаточно четко выявлены критерии разграничения Интернет-аддикций, компьютерных аддикций, игровой зависимости, а некоторые новые виды кибер-аддикций вообще еще недостаточно изучены и не учтены международными классификаторами болезней. Тем не менее, существуют в нашей действительности и позволяют говорить о человеке как о жертве кибер-социализации.

В работе автор приходит к выводу о необходимости разграничения данных понятий. Обобщая проявления, характерные для Интернет зависимости и кибер-аддикции, выделено их основные признаки: невозможность субъективного контроля за использованием Интернета и приводит к дезадаптации личности, которая оказывает негативное влияние на межличностные отношения, здоровье, работу, учебу, эмоциональный, психо-

логический состояние, финансовый статус и др., характерные, впрочем, для любого зависимого поведения. Интернет-зависимость и кибер-аддикция включают следующие компоненты: 1) особенность, «сверхценность» (salience) 2) изменения настроения (mood changes) 3) рост толерантности (tolerance) 4) симптомы отмены (withdrawal symptoms) 5) конфликт с окружающими и самим собой (conflict) 6) рецидив (relapse).

Итак, проблема разграничения компьютерной зависимости, Интернет зависимости и кибер-аддикции актуальна и является относительно молодой областью научного познания которая требует дополнительного изучения.

Ключевые слова: компьютерная зависимость, Интернет зависимость, кибер-аддикции, виртуальная реальность, персональный компьютер.

Дата отримання статті: 21.05.2020

Дата рекомендації до друку: 26.06.2020

Дата оприлюднення: 30.06.2020