



СПб ГКУЗ «Городской центр  
медицинской профилактики»



ФГБУ «Национальный медицинский  
исследовательский центр психиатрии и  
неврологии» им. В.М. Бехтерева» МЗ РФ



АНО «Содружество  
по противодействию детско-подростковой  
дезадаптации «Герой»

межведомственная научно-практическая конференция

## «Основные направления профилактики дезадаптивного (асоциального) поведения подростков»

21.03.2022 г. и 28.03.2022 г.

*ст.н.сопр. ФГБУ «НМИЦ ПН  
им. В.М. Бехтерева» МЗ РФ*

**И.В. Добряков**



### Особенности формирования зависимости

### у несовершеннолетних на современном этапе

## ПОТРЕБНОСТЬ

это стимулирующее человека к активным действиям состояние, создаваемое испытываемой им нуждой в объектах, важных для его существования и развития

## ИНСТИНКТ (лат: instinctus - побуждение)

есть целенаправленная приспособительная деятельность, обусловленная врождёнными механизмами и характеризующаяся постоянством ответных реакций на действия определённых раздражителей

## ВЛЕЧЕНИЕ

это возникающее независимо от сознания субъективное переживание потребности, стимулирующее деятельность человека и придающее ей направленность

*Влечение происходит из внутренних источников раздражения, создает психологическое напряжение, которое и действует как сила, ориентированная на устранение источника возбуждения...*

*возврат к состоянию покоя достигается редукцией (разрядкой) возникшего напряжения. Покой и возбуждение постоянно чередуются*

Freud S.

**ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ** - это возраст психического и физического созревания человека, социализации.

**Подросток** – девушка или юноша в возрасте 10-19 лет

- младший подростковый возраст – с 10 до 13 лет
- средний подростковый возраст – с 13 до 15 лет
- старший подростковый возраст – с 15 до 19 лет

**Взросление - строительство собственных телесных и психических границ, что проявляется:**

- реакциями эмансипации и группирования;
- переживанием одиночества, стремлением найти собственный жизненный путь, понять предназначение, обрести любовь;
- ростом базальной тревоги;
- появлением новых ощущений и желаний;
- актуализацией ожиданий, к которым подросток должен выработать отношение;
- стремлением к получению опыта принципиально нового типа
- усилением влечений - особенно полового и влечения к получению ощущений (сенсорной жажды)

**Сенсорная жажда** возникает независимо от сознания и выражается субъективным переживанием потребности получения сенсорных стимулов и впечатлений, активизирующей деятельность подростка, придающих ей направленность.

- *Подросток – нетерпеливый эгоист, полагающий, что создать идеал на практике не труднее, чем представить его себе в теории. При этом он пытается объединить в гармоничное целое свои разные роли учащегося, члена семьи, друга, спортсмена и.пр., понять себя, связать с прошлым и проецировать в будущее (Erikson E.H.)*

ПОДРОСТКИ создают мысленные идеалы семьи, религии, общества, далекие от тех, с которыми подросток сталкивается в реальной жизни. Это порождает реакции негативизма.

*Возможность родителей влиять на становление личности подростка значительно снижается по сравнению с предыдущими стадиями развития ребенка*

- Сенсорная неудовлетворенность характеризуется подавленным состоянием, скукой, апатией, ощущением пустоты, которые часто возникают в конце учебной недели, ближе к выходным дням. Подросток не знает, чем заняться, ощущает экзистенциальный вакуум – потерю цели и смысла деятельности, **это может провоцировать как ауто-, так и гетероагрессию.**

Препятствия удовлетворения сенсорной жажды привычным образом вызывает состояние, которое В. Франкл назвал «*воскресным неврозом*» (Frankl V.)

# Повышенной сенсорной жаждой подростков объясняются:

- тяга подростков испытывать мощные воздействия на все органы чувств (чрезмерно громкая музыка, яркие световые эффекты, спортивные зрелища и т.п.); -
- раннее начало половой жизни,
- рискованное поведение (посещение заведомо опасных мест, катание на роликах или скейтборде по проезжей части дороги без шлема, зацепинг и пр.; позднее - езда в автомобиле в состоянии опьянения, и пр.);
- **появление зависимостей** – стремление к искусственному удовлетворению сенсорной жажды и изменениям эмоционального состояния **БЕЗ НАПРЯЖЕНИЯ** (формирование зависимостей от алкоголя, наркотиков, компьютера и пр.)

*Более половины всех подростков отмечают такие действия, сочетая перечисленные виды*



*Причина возникновения зависимостей - активное стремление к изменению неудовлетворяющего психического состояния, которое представляется скучным, однообразным и монотонным.*

Концепция аддиктивного поведения  
(Короленко Цезарь Петрович, 1986)

# Виды аддикций

**Аддикции  
(зависимости)**

```
graph TD; A[Аддикции (зависимости)] --- B[Химические (злоупотребление психоактивными веществами)]; A --- C[Нехимические (поведенческие)]; A --- D[Промежуточные (пищевые)];
```

**Химические  
(злоупотребление  
психоактивными  
веществами)**

**Нехимические  
(поведенческие)**

**Промежуточные  
(пищевые)**

# Нейрохимическая модель аддикции

(H. Milkman and S. Sunderwirth, 1987)

- Психоактивные вещества (ПАВ) и различные виды поведенческой активности могут вызывать сходный аддиктивный эффект;
- Для удовлетворения какого-либо своего желания люди могут давать три основных типа реакции:
  - возбуждение,
  - пресыщение,
  - усиление пристрастия или поглощенности объектом.

**Нехимические аддикции** - объектом зависимости становится не психоактивное вещество, а какой-либо поведенческий акт, совершение которого приводит к удовлетворению влечения

# Нехимические аддикции (классификация (А.Ю. Егорова (2006))

1. Патологическое влечение к азартным играм (гемблинг)
2. Эротические аддикции:
  - 2.1. Любовные аддикции
  - 2.2. Сексуальные аддикции
3. «Социально приемлемые» аддикции:
  - 3.1. Работоголизм.
  - 3.2. Спортивные аддикции (аддикция упражнений)
  - 3.3. Аддикция отношений
  - 3.4. Аддикция к трате денег (покупкам)
  - 3.4. Религиозная аддикция
4. Технологические аддикции:
  - 4.1. Интернет-аддикции
  - 4.2. Аддикция к мобильным телефонам
  - 4.3. Другие технологические аддикции (телевизионная аддикция, тамагочи-аддикция и др.).
5. Пищевые аддикции:
  - 5.1. Аддикция к перееданию
  - 5.2. Аддикция к голоданию.

# Критерии для диагностики поведенческих нехимических зависимостей (I. Marks, 1990):

- Побуждение к контрпродуктивной поведенческой деятельности (= тяга).
  - Нарастающее напряжение, пока деятельность не будет завершена.
  - Завершение данной деятельности немедленно, но ненадолго снимает напряжение.
  - Повторная тяга и напряжение через часы, дни или недели (= симптомы абстиненции).
  - Внешние проявления уникальны для данного синдрома аддикции.
- 
- Последующее существование определяется внешними и внутренними проявлениями (дисфория, тоска).
  - Гедонистичекий оттенок на ранних стадиях аддикции.

# отличия общения online и общения offline

*«В реальном социуме нужно нести ответственность за свои поступки, поведение, коммуникацию. Здесь невозможно всё время оставаться в искусственно созданной зоне комфорта, так как жизненным реальным ситуациям обычно присуща изменчивость и нередко многозначность. Это, как правило, подразумевает жёсткую необходимость взаимодействовать с различными людьми, от нежелательных чреватых конфликтами контактов с которыми нельзя уклониться».*

(Кудрявцев И.А., 2021)

# Патологическое использование Интернета

(Davis R. , 2001)

*Специфическое патологическое использование Интернета* представляет собой зависимость от какой-либо специфической функции Интернета (онлайновые сексуальные службы, онлайновые аукционы, онлайновая продажа акций, онлайновый гемблинг). Тематика аддикции сохраняется, а также может быть реализована и вне Интернета.

*Генерализованное патологическое использование Интернета* представляет собой неспециализированное, многоцелевое избыточное пользование Интернетом и включает проведение большого количества времени в сети без ясной цели, общение в чатах, зависимость от электронной почты, т.е. в значительной степени связана с социальными аспектами Интернета.



Я ПРОСТО УМЕЮ ГОВОРИТЬ  
О СЛОЖНЫХ ВЕЩАХ  
НА ДОСТУПНОМ ЯЗЫКЕ

ТАТЬЯНА ЧЕРНИГОВСКАЯ

*«...люди лишаются  
навыка социального  
общения, они не  
влюбляются, они не  
знают, как это  
делать. И вообще  
беда с ними  
происходит»*

*«Если мы сидим все время в интернете, появляется то, что в мире признано болезнью, а именно **компьютерная зависимость**.*

*Ее лечат те же специалисты, которые лечат наркоманию и алкоголизм, и вообще разные мании. И это правда, настоящая зависимость, а не просто пугалка. Одна из неприятностей, возникающая при компьютерной зависимости, — лишение социального общения. У таких людей не разрабатывается то, что сейчас считается одной из последних (и то ускользающих) привилегий человека по сравнению со всеми другими соседями по планете, а именно способности строить модель психики другого человека».*

# Пять типов Интернет-аддикции (Young, 1998)

**Компьютерная зависимость** (*computer addiction*): обсессивное пристрастие к работе с компьютером (играм, программированию или другим видам деятельности).

**Компульсивные навигаторы сети** (*net compulsions*): компульсивная навигация по WWW, поиск в удаленных базах данных.

**Перегруженные информацией** (*information overload*): патологическая привязанность к опосредованным Интернетом азартным играм, он-лайн-аукционам или электронным покупкам.

**Кибер-коммуникативная зависимость** (*cyber-relational addiction*): зависимость от социальных применений Интернета, то есть от общения в чатах, групповых играх и телеконференциях, что может в итоге привести к замене имеющихся в реальной жизни семьи и друзей виртуальными.

**Кибер-сексуальная зависимость** (*cybersexual addiction*): зависимость от «киберсекса», то есть от порнографических сайтов в Интернете, обсуждения сексуальной тематики в чатах или закрытых группах «для взрослых».

# Предвестники интернет-зависимости

(Young, 1998)

- Навязчивое стремление постоянно проверять электронную почту.
- Предвкушение следующего сеанса online.
- Увеличение времени, проводимого online.
- Увеличение количества денег, расходуемых на интернет.

# Признаки геджет-аддикции

- Отчетливая, осознаваемая связь настроения с использованием геджета.
- Прогрессивное возрастание времени использования геджета.
- Прогрессивное возрастание материальных затрат на геджет.
- Чувство вины, связанное с использованием геджета.
- Сужение интересов до тех, которые связаны с использованием геджета.
- Физические, психологические, семейные и профессиональные проблемы, связанные с использованием геджета.

# Критерии интернет-аддикции

(К. Янг, 2000)

- всепоглощенность Интернетом;
- потребность проводить в сети все больше и больше времени;
- повторные попытки уменьшить использование Интернета;
- при прекращении пользования Интернетом возникают симптомы отмены:
  - проблемы контроля времени;
  - проблемы с окружением (семья, школа, работа, друзья);
  - ложь по поводу времени, проведенном в сети;
  - изменение настроения посредством использования Интернета.

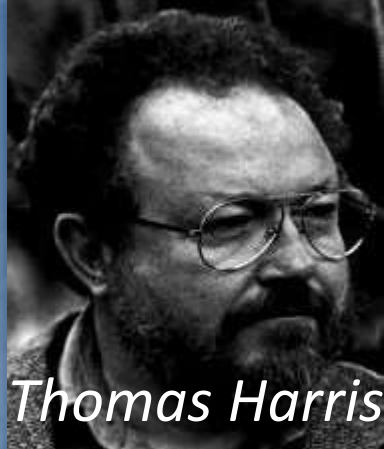
Игровая компьютерная зависимость в настоящее время часто встречается, чему способствует взросление в условиях информационно-коммуникационной революции. В связи с этим процессе подготовки 11 варианта Международной классификации болезней было решено в качестве специальной рубрики включить в перечень болезней «игровое расстройство», определяемое как зависимое поведение при игре в цифровые и/или видеоигры (МКБ-11, 2021).

Что делать?

А.Г. Асмолов считает, что проблему можно решить, если не демонизировать интернет, не видеть в нем зло, а бороться с цифровым неравенством. Тогда, по его мнению, и растущие поколения будут чувствовать себя более уверенно



(Асолов **А.Г.**, **2020**)



Thomas Harris

<p><b>Я — не О'Кей</b> <b>Ты — О'Кей</b></p> <p><i>позиция «ступенькой ниже»</i></p> <p>Уйти от Беспомощная</p>	<p><b>Я — О'Кей</b> <b>Ты — О'Кей</b></p> <p><i>здоровая позиция</i></p> <p>Находим общий язык Счастливая</p>
<p><b>Я — не О'Кей</b> <b>Ты — не О'Кей</b></p> <p><i>безнадёжная позиция</i></p> <p>Нет выхода из Безнадёжная</p>	<p><b>Я — О'Кей</b> <b>Ты — не О'Кей</b></p> <p><i>позиция «ступенькой выше»</i></p> <p>Избавиться от Гневная</p>



**Психологическое консультирование** (лат.: *consultare* – советоваться, заботиться) – *психологический процесс фокусирующий внимание на изменении чувств, мыслей и действий обратившегося за помощью таким образом, чтобы он мог жить более эффективно* (Нельсон-Джоунс Р., 2000)

**Индивидуальное психологическое консультирование детей и подростков** – *оказание профессиональной психологической помощи и поддержки с целью решения проблем и восстановления достойного уровня качества жизни при помощи организации взаимодействия консультанта и клиента, при котором происходит трансформация проблемы клиента в ресурсное состояние, потенцирующее личностное развитие.*

В час отлива возле чайной  
я лежал в ночи печальной,  
говорил друзьям об Озе

- и величье бытия.  
Но внезапно чёрный ворон  
примешался к разговорам,  
вспыхнув синими очами,  
он сказал:  
"А на фига?!"

Я вскричал:

- "Мне жаль вас, птица,  
человеком вам родиться б,  
счастье высшее - трудиться,  
полпланеты раскроя..."  
Он сказал: "А на фига?!"

"Будешь ты великий ментор,  
бог машин, экспериментов,  
будешь бронзой монументов  
знаменит во все края..."  
Он сказал: "А на фига?!"

"Уничтожив олигархов,  
тыстроишь агрегатов,  
демократией заменишь  
короля и холуя..."  
Он сказал: "А на фига?!"



Я сказал: "А хочешь - будешь  
спать в заброшенной  
избушке,  
утром пальчики девичьи  
будут класть на губы вишни,  
глушь такая, что не слышна  
ни хвала и ни хула..."

Он ответил: "Все - мура,  
раб стандарта, царь природы,  
ты свободен без свободы,  
ты летишь в автомашине,  
но машина - без руля...  
Оза, Роза ли, стервоза -  
как скучны метаморфозы,  
в ящик рано или поздно...  
Жизнь была - а на фига?!"

- ***Как сказать ему, подонку,  
что живём не чтоб подохнуть, -  
чтоб губами тронуть чудо  
поцелуя и ручья!  
Чудо жить - необъяснимо.  
Кто не жил - что спорить с ними?!***

***Можно бы - да на фига?***

1964