

7. КИБЕРАДДИКТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

КИБЕРАДДИКТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ — это пристрастие к занятиям, связанным с использованием компьютера (или иного цифрового устройства), приводящее к резкому сокращению всех остальных видов деятельности, ограничению общения с другими людьми.

Есть вероятность, что у несовершеннолетнего могут быть проблемы, если:

- * он предпочитает онлайн-коммуникации (в интернет-пространстве в целом, в играх, в частности), а не живое общение лицом к лицу,
- * у него наблюдается улучшение эмоционального состояния через игровую или другую активность с использованием цифровых технологий,
- * он демонстрирует неконтролируемое регулярное мысленное возвращение в онлайн-пространство (пространство игры или другую активность),
- * он не может оторваться от устройства, бывают трудности планирования своего пребывания в сети (в игре в частности),
- * у него имеются последствия в повседневной жизни (трудности с окружающими людьми, а также сложности в управлении собственной жизнью).

ФОРМЫ КИБЕРАДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ — онлайн форма (например, сетевые игры или зависимость от социальных сетей) или смешанная форма (может проявляться одновременно в онлайн и офлайн либо проявляется офлайн, но основные действия осуществляются в сети Интернет. Например, игнорирование мобильным).

ПОДВИДЫ КИБЕРАДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОНЛАЙН ФОРМЫ

01 Интернет-зависимость

чрезмерное недостаточно контролируемое поведение, связанное с использованием Интернета, вызывающее пагубные последствия и приводящее к снижению качества социального и личного функционирования, а также к нарушениям психического и физического здоровья.



02 Игровая зависимость (гейм-аддикция и гэмблинг)

игровое поведение, осуществляемое посредством сети Интернет:

- * зависимость от видеоигр (гейм-аддикция),
- * зависимость от азартных игр (гэмблинг, лудомания), один из вариантов гэмблинга — беттинг-аддикция или зависимость от ставок на спорт).

Иногда говорят об интернет-зависимости как обобщающем термине, однако игровая зависимость может быть как частью ее, так и отдельным видом зависимости.

ВАЖНО интернет-зависимость — это изменение состояния сознания как следствие особой ценности активности в Интернете и уход от реальности, связанный с проблемами в учебной и иных видах деятельности, а также в межличностных отношениях. Человек может быть зависим от разных технических объектов и видов деятельности, которые реализуются через Интернет.

03 Проблемное использование Интернета

чрезмерная степень использования Интернета, которая может приводить к возникновению психологических, социальных, академических и профессиональных трудностей, а также может включать в себя и другие деструктивные виды использования интернет-технологий (например, кибертравлю).

По другим основаниям среди подвидов кибераддиктивного поведения онлайн формы также выделяют:

04 Зависимость от устройств (гаджетов)

куда входит часто упоминаемая компьютерная зависимость.



05 Одержимость онлайн-новостями (думскроллинг)

зависимость от чтения негативных новостей, когда человек не может остановиться, пропуская через себя все больше и больше информации.

06 Запойный просмотр видеоконтента (бинджвотчинг)

изначально рассматривался просмотр только нескольких серий или всего сезона серийных шоу, однако в последнее время понимание данного феномена расширилось, и исследователи рассматривают не только просмотр телесериалов, но и другого продолжительного видеоконтента.