**Интернет-зависимость - новая форма аддиктивного поведения у подростков**

Компьютеризация нашего общества в последнее время приобрела лавинообразный характер, практически невозможно найти учебное заведение, организацию без наличия в них компьютеров и компьютерных сетей. Аналогично тому, как изобретение игровых автоматов породило такую форму аддиктивного поведения, получившего название "патологическая игра", таким же образом очередной виток технического прогресса создал еще более замысловатую аддиктивную патологию - интернет-зависимость. Согласно К.Young интернет-зависимость включает в себя следующие формы зависимого поведения: киберсекс, зависимость от общения в интернет-сети, азартные игры в интернет-сети, компульсивные путешествия по чатам, компьютерные игры.

Как показывает наш опыт работы основной группой риска для развития этой патологии в России являются подростки в возрасте от 13 до 17 лет. Этому способствует ряд факторов - широкое распространение домашних компьютеров, легкость подключения к интернет-сети, компьютеризация школьных и студенческих программ обучения, большое количество компьютерных клубов и интернет-салонов, особенно в таких крупных городах, как Москва и Санкт-Петербург. Как правило, подростки знакомятся с компьютером в школе или компьютерном клубе. Практически все они проходят стадию естественной увлеченности и, хотя многие из них становятся в дальнейшем обычными пользователями, определенная часть переходит в категорию интернет-зависимых.

В процессе работы нами были выявлены некоторые общие черты, присущие этим пациентам. Как правило, для них были характерны дисгармония функционирования эмоциональной сферы, проявляющаяся в неспособности к четкой дифференцировке своих чувств, невозможности спонтанно отреагировать их в коммуникативных ситуациях. Это часто формировалось в результате псевдосолидарного типа семейных отношений, в которых выражение чувств считалось излишним или, вообще, относилось к проявлению слабости. Отношения в семьях носили формальный характер, отсутствовала искренняя вовлеченность родителей в дела ребенка, что способствовало возникновению у него ощущения изолированности, и в дальнейшем приводило к проблемам адаптации в коллективе сверстников. Даже при наличии порой широкого круга общения, дружеские отношения возникали крайне редко, не было и эмоциональной привязанности к кому-либо из окружения. С одной стороны - сами пациенты объясняли это отсутствием потребности в эмоционально близких отношениях, с другой стороны нами были обнаружены явные паттерны алекситимического синдрома, характерного для аддикций вообще. При этом и без того узкий круг общения, по мере развития интернет-зависимости приводил фактически к формальной изоляции подростка.

Чаще всего, сами подростки не отдавали себе отчет в то, что их увлечение вариантами компьютерных развлечений стало чрезмерным. Инициаторами обращения за помощью были родственники, случайно обнаружившие значительные проблемы в процессе обучения в школе или институте (пропуски занятий, перенос экзаменов, угрозу отчисления из учебного заведения и т.п.). Не случайно, время обращения за помощью совпадало чаще всего с началом весны.

Терапия, которая проводилась с такими пациентами, состояла из трех фаз: 1) индивидуальное обучение контролю над импульсом к запуску цикла "человек-компьютер"; 2) коррекция семейных отношений; 3) создание и реализация реабилитационной программы, направленной на нормализацию учебного процесса и восстановление социальных связей со сверстниками.

Таким образом, приходится очередной раз констатировать тот факт, что развитие цивилизации неизменно сопровождается не только улучшением качества жизни людей, но и порождает новые проблемы, откладывание решения которых грозит значительными последствиями для психического здоровья общества.

**Список литературы**

А.Ф.Шайдулина. Интернет-зависимость - новая форма аддиктивного поведения у подростков