

Кафедра юридической психологии и права
факультета Юридической психологии

Центр экстренной
психологической помощи



МОСКОВСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

МГППУ.РФ

Особенности суицид-направленного онлайн поведения несовершеннолетних и возможности реализации профилактических программ в интернет-среде

Делибалт Варвара Васильевна,
доцент кафедры юридической психологии и права факультета юридической психологии МГППУ

Прокопишин Ростислав Александрович,
научный сотрудник лаборатории научно-методического обеспечения экстренной психологической помощи, психолог сектора экстренного реагирования и психологического консультирования
Центра экстренной психологической помощи МГППУ

Можно ли оградить детей от негативного влияния в Интернете?

- На такой вопрос большая часть квалифицированных специалистов в сфере телекоммуникаций дают ответ: «При существующей правовой и технологической ситуации – невозможно».

«Я не вижу никакой опасности для мира в целом, если кто-то будет пытаться ограничить свободное распространение информации через Сеть. Контролировать интернет невозможно. Рано или поздно свобода снова победит».

Билл Гейтс

Первая инициатива контроля данных в сети Интернет, исходила от родителей и педагогов, обеспокоенных тем, что оскорбительный интернет-контент может нанести вред детям.

- В начале 1996 года в Конгрессе США был подготовлен «Акт о нормах приличия в телекоммуникациях» (“Communications Decency Act”), согласно которому запрещалось размещение в Сети информации непристойного или откровенно оскорбительного характера.

Психологические исследования изменения поведения и развития детей и подростков под влиянием интернет-коммуникаций и интернет-контента:

- Позитивное влияние новых информационных технологий. Изменяются и коммуникативные особенности подростков – за счет использования чатов, социальных сетей лучше развивается вербальная коммуникация, а навыки невербальной коммуникации и эмоционального обмена снижаются.
- Изменились уличные дворовые компании, подростковые группировки.
- При этом также отмечается: снижение способности к сосредоточению и длительной концентрации на решении задачи, ухудшению запоминания, феномен «перескакивания» фокуса внимания.
- Доступность любой информации, одновременное выполнение нескольких задач, необходимость использовать периферическое зрение, большая нагрузка на кратковременную память, высокие требования к переключаемости внимания также могут вызывать физиологические изменения, влиять на процесс формирования структур головного мозга.
- Существует гипотеза об ухудшении способности к чтению, однако это предположение до конца еще не доказано.
- Снизился уровень привязанности подростка, принадлежности к конкретной группе, компании.

Среди негативных эффектов у учащихся также указываются:

- формирование склонности отыскивать готовые решения в сети Интернет вместо самостоятельного решения учебной задачи,
- быстрая потеря интереса к объекту этого интереса,
- некритическое принятие в качестве безусловно авторитетных Интернет-источников информации,
- формирование привычки к "полевому", ситуативному мышлению в противовес самостоятельному и критичному,
- формирование склонности принимать в качестве референтной группы участников виртуального общения,
- повышение значимости и зависимости самооценки от мнений этой группы,
- развитие уязвимости к социальному давлению со стороны виртуальной группы или виртуального авторитета.

Эмоциональная сфера ребенка, подростка, проводящего длительное время в социальных сетях и виртуальном пространстве:

- эмоциональные реакции могут становиться гипертрофированными и менее контролируемыми,
- сдвигаются рамки допустимых и недопустимых в общении с окружающими поведенческих реакций в спектр агрессивных и/или депрессивных проявлений,
- возрастает склонность к нарциссическому поведению, либо тревожно-избегающему,
- повышается склонность к рискованному поведению.

Использование социальных сетей, Интернет-коммуникаций, виртуальная реальность вызывают изменения в детско-родительских отношениях.

- возрастает психологическая дистанция между детьми и родителями,
- контроль за ребенком и возможности позитивного влияния со стороны родителей понижаются - поскольку возникает дополнительный источник психологического и педагогического влияния на ребенка в виде социальных сетей и новых, не контролируемых родителями, Интернет-источников социальных стереотипов,
- увеличение психологической дистанции с родителями вызывается возможностью "ухода" в виртуальное пространство и социальные сети, недоступное взрослым без желания самого ребенка.

Некоторые зарубежные исследования показывают нарастающую тенденцию использовать интернет в качестве "виртуальной няни".

- примерно половина опрошенных родителей воспринимают детей в возрасте от 8 лет до 13 лет достаточно взрослыми для самостоятельного общения и серфинга в Интернете;
- недооценка со стороны взрослых возможных негативных последствий неконтролируемого использования цифровых технологий и социальных сетей,
- уменьшение интенсивности и времени общения с ребенком, по причине его пребывания в виртуальном пространстве или Интернет-серфинге,
- нарастание психологической дистанции,
- когда Интернет в семье используется в качестве социальной среды (либо онлайн-игр и социальных сетей) существует положительная корреляция между использованием Интернета и семейными конфликтами.

Исследования поведенческих рисков,
вызываемых социальными сетями,
виртуальным пространством компьютерных игр и Интернета

- наиболее часто дети и подростки называют риск кибериздевательств, непристойный контент, сексуальные домогательства, сцены жестокости и насилия, кража личной информации, взлом профиля в социальной сети.;
- наибольший резонанс в прессе вызывают такие случаи негативного влияния Интернет-коммуникаций на детей и подростков, как доведение до самоубийства, видеосообщения с демонстрацией сцен жестокости и насилия над людьми или животными, пропаганда самоповреждений, демонстрация рискованного поведения или поведения опасного для жизни и здоровья, вовлечение в экстремистские организации.

По данным Jean M. Twenge (Сан-Диего)

- наблюдался резкий скачек изменений в психике детей и подростков, родившихся в период между 1995 и 2012 годами,
- трое из четырех использовали устройство типа iPhone,
- вне зависимости от социальной и национальной принадлежности и материального достатка, все были не готовы к взрослой жизни, отставали в психическом развитии по сравнению с предыдущим поколением - по своему поведению 18-летние были схожи в своем поведении с 15-летними подростками,
- психологически они более уязвимые по сравнению с предыдущим поколением, с точки зрения психического здоровья наиболее неблагоприятны - по сравнению с 2011 годом, уровень распространения депрессии резко возрос и нарастает.

По данным Jean M. Twenge (Сан-Диего) подростки:

- меньше выходят из дома, меньше участвуют в непосредственном общении, проявляют значительно меньший интерес к сексу, романтическим знакомствам и общению.
- стали менее инициативными, в том числе и в сфере трудовой занятости и самостоятельного заработка.
- располагают большим количеством свободного времени, но проводят его лежа на кровати и просматривая свой смартфон.
- дистанцированы от своей семьи и замкнуты.

Обнаружена прямая зависимость между временем, проводимым он-лайн и интенсивностью симптомов депрессии:

- чем больше времени дети и подростки проводят за смартфоном, тем больше они чувствуют себя несчастными и подавленными.
- риск суицида у детей и подростков, которые проводят более трех часов за электронными устройствами, возрастает на 35%.
- Эта тенденция особенно распространена среди девушек 12-14 лет. В отличие от мальчиков, которые выносят свои конфликты из сети интернет в реальность и прибегают к физическому насилию, девочки преимущественно занимаются интернет-травлей своих ровесниц.
- Дети, использующие смартфон страдают хроническим недосыпанием, в среднем они спят на два часа меньше физиологически необходимой нормы (8-9 часов).
- Дети и подростки "поколения iPhone" во время общения лицом-к-лицу чаще смотрят на экран смартфона и не смотрят собеседнику в глаза.

Проблема детского и подросткового суицида

Суицидальные мысли

- Исследования учеников американских средних школ обнаружили - 63% посещали суицидальные мысли, 54% студентов колледжей замыслили самоубийство по меньшей мере раз в своей жизни (Garland & Zigler)

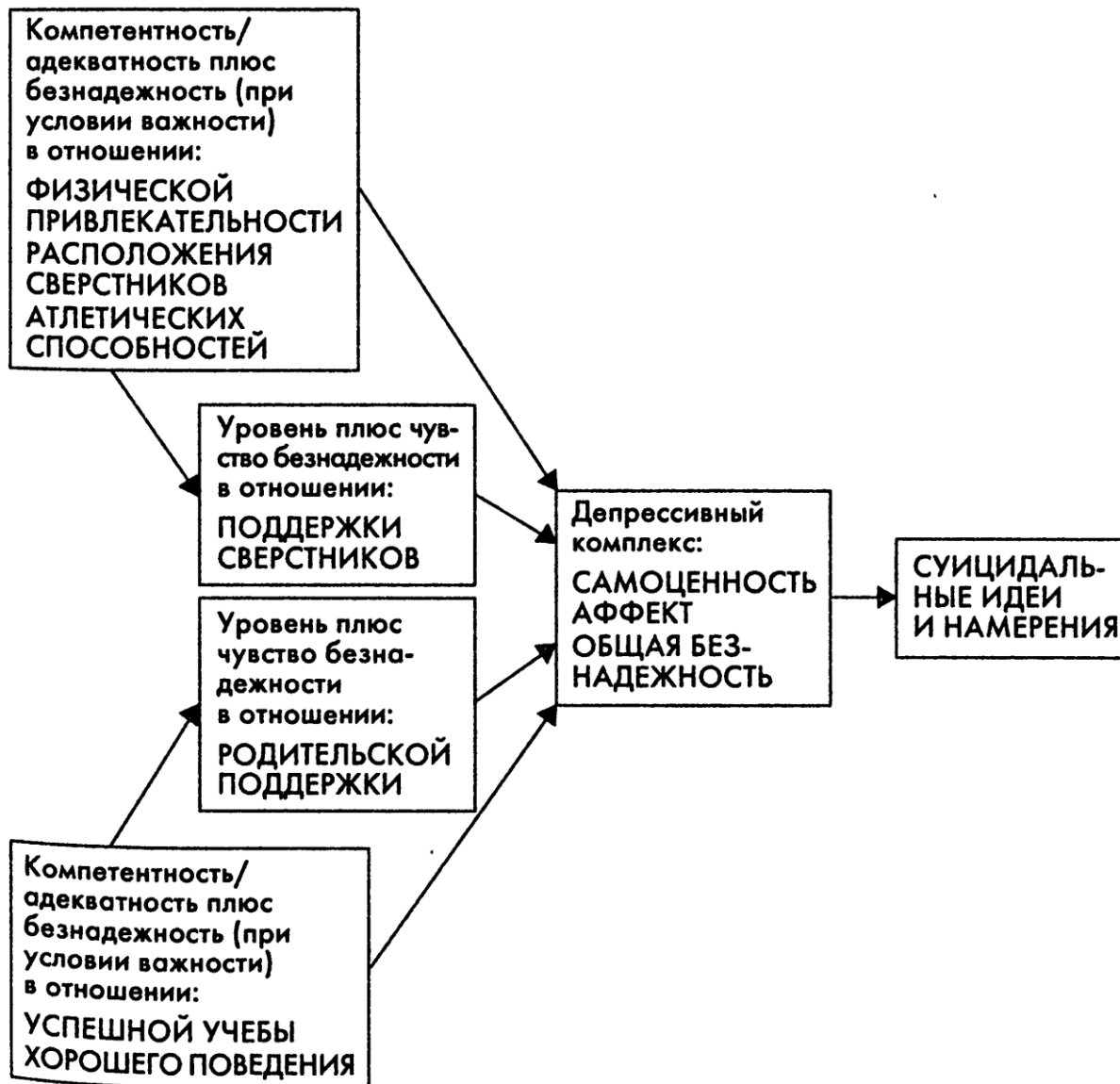
Суицидные попытки

- Чаще всего это реакция на межличностный конфликт или значимый стрессор.
- Могут выступать как «практика» для более серьезных действий.
- За год попытку самоубийства совершают приблизительно 7% учеников американских средних школ (Centers for Disease Control).
- Существуют данные о суицидальных попытках среди дошкольников (Rosenthal & Rosenthal).

Осуществленное самоубийство

- Суицид — третья ведущая причина смерти среди 15-19-летних в США, уступающая несчастным случаям и убийствам (Garland & Zigler)

Факторы риска для суицидальных намерений подростков (Harter, Marold & Whitesell)



Связь между насилием, пережитым в детстве, и суицидальным поведением

- В среднем, сексуальное насилие начиналось до того, как пациенты достигали возраста 9 лет. Зачастую ему сопутствовало физическое насилие.
- Пациенты, совершавшие суицидальные попытки чаще, нередко страдали от депрессии и расстройств личности и подвергались насилию в течение более долгого периода.
- Раннее начало сексуального насилия и его продолжительность были связаны с большим числом попыток самоубийства.
- Тяжесть сексуального насилия и сопутствующее физическое насилие коррелируют с возрастом первой попытки. Чем раньше начиналось сексуальное насилие, тем сильнее были суицидальные намерения (эта связь сохранялась даже при учете в модели возраста, пола и наличия расстройств личности).
- Характеристики сексуального насилия в детском возрасте, особенно возраст начала насилия, следует учитывать при изучении риска суицидального поведения.

По последним данным Центров по контролю и профилактике заболеваний число самоубийств в США выросло на 24% с 1999 по 2014 год. Рост, темпы которого увеличились после 2006 года, наблюдался среди мужчин и женщин, и среди всех представителей населения от 10 до 74 лет, но был более выражен у девушек в возрасте от 10 до 14 лет и мужчин в возрасте от 45 до 64,5 лет.

- Интернет может стать отправной точкой для многих людей, размышляющих о самоубийстве. По данным исследований, 11% самоубийств является результатом посещения про-суицидальных сайтов.
- На них может поддерживаться идея свободы совершить самоубийство для всех или делаться акцент на возможности “достойной смерти”.
- Позитивно относящиеся к суициду сайты могут быть привлекательным для людей, отчаявшихся и страдающих в одиночестве, предоставляя возможность общаться с единомышленниками.
- Также может происходить трансформация обдумывания суицида из одиночного выбора в коллективный опыт, который начинает восприниматься как нормальное поведение при поддержке сообщества, поощряющего суицидальное поведение (договорённости о совместном совершении самоубийства онлайн, групповые самоубийства, самоубийства «в прямом эфире», где происходит трансляция смерти в качестве зрелища).

Некоторые исследования обнаруживают взаимосвязи между импульсивностью, характерной для самоповреждающего поведения, и импульсивностью, определяющей особенность онлайн переживаний.

- Импульсивность значительно повышает риск суицидальных действий. Импульсивность также является отличительной особенностью онлайн переживаний.
- Такое поведение в онлайн частично расценено в качестве расстройства контроля над побуждениями, и дано определение “проблемного использования Интернета”, заимствованное из диагностических критериев патологического пристрастия к азартным играм, и классифицируется как расстройство контроля над побуждениями в DSM-IV.

Эффект Вертера

- Интернет-ресурсы могут выступать в качестве генерального фактора суицидального поведения у детей и подростков, когда суицидальное поведение массово освещается средствами информации и героизируется.
- Однако требуются объемные демографические исследования поведения современных подростков в семье, школе и сетях Интернет.

По результатам исследований

Центра экстренной психологической помощи МГППУ (2012-2013 г.г.):

- почти все подростки, совершающие суицид, были из внешне благополучных, среднего достатка семей,
- по рассказам близких, они отличались ранимостью, впечатлительностью, крайней эмоциональностью (не всегда заметной окружающим), но не проявляли отчетливых признаков депрессии, акцентуаций характера,
- почти в 90% случаев подростки непосредственно перед суицидом или даже задолго до этого писали о своих намерениях в социальных сетях, пользующихся наибольшей популярностью у молодого поколения,
- эта информация содержалась либо в переписке с друзьями, либо в иной информации, размещенной на персональной странице подростка (рисунки, ссылки на ресурсы, музыка, литература и т.д.),
- друзья (реже близкие взрослые) видели эти странички, но не обладая определенной культурой распознавания таких сигналов, знаниями, что делать с этой информацией дальше, не среагировали вовремя,
- суицидальные намерения можно проследить также и по тому, как (в какой манере) подросток рисует свои портреты, какие рассматривает фотографии, ссылки на какие интернет-ресурсы рассылает своим друзьям и знакомым.

ПРОФИЛАКТИКА



Подготовка специалистов и волонтеров

Развитие интернет-консультирования, привлекательных сайтов психологической и психиатрической помощи, а также образовательной и профилактической направленности

Развитие групп помощи (форумов) в онлайн с различными онлайн-мероприятиями

Поддержка телефонов доверия и развитие сети кризисных центров помощи

Разработка программ профилактики на базе школ

Разработка программ гейткипер-тренинга

Проведение адекватных информационных кампаний в СМИ

Рекомендации:

- Необходим тщательный контроль со стороны государства за деятельностью и уровнем профессиональной подготовки различных групп активистов и общественных организаций, заявляющих о том, что эти активисты и организации оказывают психологическую помощь людям с суицидальными намерениями или находящимся в трудных или катастрофических жизненных ситуациях. Необходима система государственной сертификации и профессиональной подготовки такого рода специалистов.
- В силу стремительного развития средств современной телекоммуникации необходимы широкие и масштабные отечественные исследования социально-психологических эффектов и влияния на психологическое и психическое здоровье детей, подростков и молодежи.

Рекомендации:

- Необходимы проактивные правовые и технологические решения в сфере телекоммуникаций, направленные на защиту психического здоровья и психологического благополучия населения России.
- В качестве оперативной меры, направленной на снижение суицидальных факторов, представляющих угрозу жизни и здоровью российских детей, подростков и молодежи, требуется широкое информирование родителей и педагогов о современных техногенных рисках в ситуации развития детей и подростков, а также подготовка достаточного количества специалистов во всех регионах России.
- Такая подготовка может быть осуществлена на базе Московского государственного психолого-педагогического университета и с использованием наработанного практического опыта исследований и обучения.

**Юридическая
психология
в #МГППУ**



Факультет юридической психологии:

<http://jp.mgppu.ru>

8 (495) 632-99-97

8 (499) 259-01-94

8 (499)-256-60-55

fjurpsy@mail.ru



Детский телефон доверия ЦЭПП:

<http://childhelpline.ru/>

(бесплатно, анонимно, круглосуточно)

8 (495) 624-6001 (для жителей Москвы)

8 (800) 2000-122

dtd@mgppu.ru