

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРНЕТ-ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ ПОДДЕРЖАНИЯ КОНТАКТА СО СТАРЫМИ ДРУЗЬЯМИ В ПРЕДОТВРАЩЕНИИ СОЦИАЛЬНОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ У МУЖЧИН, СТРАДАЮЩИХ ПСИХИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ**

**Бойко О.М.<sup>1</sup>, Воронцова О.Ю.<sup>2</sup>, Ениколопов С.Н.<sup>3</sup>, Казьмина О.Ю.<sup>4</sup>**

<sup>1</sup> Бойко Ольга Михайловна

клинический психолог, научный сотрудник отдела медицинской психологии; федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Научный центр психического здоровья», Каширское шоссе, 34, Москва, 115522, Россия. Тел.: 8 (495) 109-03-93.

E-mail: olga.m.boyko@gmail.com

<sup>2</sup> Воронцова Оксана Юрьевна

клинический психолог, научный сотрудник отдела медицинской психологии; федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Научный центр психического здоровья», Каширское шоссе, 34, Москва, 115522, Россия. Тел.: 8 (495) 109-03-93.

E-mail: okvorontsova@inbox.ru

<sup>3</sup> Ениколопов Сергей Николаевич

кандидат психологических наук, заведующий отделом медицинской психологии; федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Научный центр психического здоровья», Каширское шоссе, 34, Москва, 115522, Россия. Тел.: 8 (495) 109-03-93.

E-mail: enikolopov@mail.ru

<sup>4</sup> Казьмина Ольга Юрьевна

кандидат психологических наук, клинический психолог, ведущий научный сотрудник отдела медицинской психологии; федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Научный центр психического здоровья», Каширское шоссе, 34, Москва, 115522, Россия. Тел.: 8 (495) 109-03-93.

E-mail: kazminaolga@mail.ru

**Аннотация.** Наличие друзей положительно сказывается на качестве жизни психически больных, уменьшает их социальную изоляцию и дезадаптацию. Отдельное направление исследований в области реабилитации нацелено на выявление способов сохранения круга общения. Научно-технический прогресс создаёт новые формы поддержания контактов, в том числе с использованием интернет-технологий. Цель работы — исследование возможности применения интернет-технологий для поддержания контакта со старыми друзьями в социальной адаптации у мужчин, страдающих психическим заболеванием. Материал: данные обследования 83 мужчин в возрасте от 16 до 32 лет с психическим заболеванием шизофренического спектра, госпитализированных в клинику ФГБНУ НЦПЗ. 61 человек из них (от 16 до 31 года, ср. возраст — 23,2 года) используют интернет для поддержания контактов со старыми друзьями, 18 — не используют (от 16 до 32 лет, ср. возраст — 22,1 г.). Методы: блок методик, диагностирующий качество социальной сети и отношения в ней, полуструктурированный опросник «Использование интернета», опросник CORE. Результаты: 1. Отсутствие использования интернет-технологий для поддержания контактов со старыми друзьями сопровождается снижением основных показателей социальной адаптации: от числа друзей и знакомых, уровня близости в отношениях до общего числа ровесников в кругу общения. 2. Использование интернет-технологий для поддержания контактов со старыми друзьями сопровождается снижением представленности таких копинг-стратегий, как использование успокоительных, отрицание и мысленный уход. Это подтверждает значимость использования интернет-технологий для поддержания контакта со старыми друзьями и должно учитываться при планировании реабилитационных мероприятий.

**Ключевые слова:** психические заболевания; интернет; общение; социальная адаптация; дружба.

УДК 615.851.5:616.89-055.1

**Библиографическая ссылка**

Использование интернет-технологий для поддержания контакта со старыми друзьями в предотвращении социальной дезадаптации у мужчин, страдающих психическими заболеваниями / О.М. Бойко, О.Ю. Воронцова, С.Н. Ениколопов [и др.] // Медицинская психология в России. – 2021. – Т. 13, № 4. – С. 9. doi: 10.24412/2219-8245-2021-4-9

Поступила в редакцию: 22.04.2021    Прошла рецензирование: 18.05.2021    Опубликовано: 06.07.2021

В настоящий момент общепризнана роль социального фактора в развитии психики и в возникновении, течении и лечении психических заболеваний. Социальная дезадаптация — одно из серьезных негативных последствий при эндогенных психических расстройствах шизофренического спектра. В идеале, конечная цель комплекса реабилитационных мероприятий — сохранение личного и социального статуса пациента. Шизофрения — болезнь, которая в первую очередь затрагивает социальные аспекты жизни человека. Несмотря на то, что в последние десятилетия с появлением атипичных нейролептиков фармакотерапия стала эффективнее не только для продуктивной симптоматики шизофрении, но и для негативной, именно негативные симптомы остаются самой большой сложностью в терапии шизофрении. Они усугубляют последствия шизофрении, в том числе и ухудшают социальную адаптацию больных и во многом определяют функциональный исход заболевания.

Аутизация — одно из серьезных проявлений негативной симптоматики, проявляющаяся в сужении круга общения с уходом из него друзей — людей, с которыми человека не связывают родственные узы. Сам факт сокращения круга общения до одних родственников существенно уменьшает объем доступной человеку эмоциональной поддержки, как получаемой, так и оказываемой [3]. Обмен эмоциональной поддержкой происходит именно с друзьями, с которыми человек ощущает общность интересов и целей. Эти отношения дают человеку ощущение собственной значимости и принятия, любви. Утрата отношений со старыми друзьями негативно сказывается на общем ощущении удовлетворенности жизнью, усиливает переживание одиночества и сокращает возможности для возвращения в социум после стабилизации психического состояния.

Один из важных видов реабилитации психических больных, направленный на предотвращение и уменьшение аутизации, — это обучение способам установления и поддержания отношений. Неоднократно показано, что оно позитивно сказывается на состоянии людей, страдающих психическим заболеванием [3; 4].

Способы установления и поддержания контакта с другими людьми, в том числе и со старыми друзьями, зависят от научно-технического прогресса. Так, изобретение письменности явилось толчком для развития одной из первых форм дистанционного поддержания контакта и обмена социальной поддержкой. Позже для этой цели стали использоваться телеграф, телефон. В конце XX века появляются первые интернет-форумы, где люди собирались в группы по интересам, общение в которых иногда переходило и в реальную жизнь, а значит, тоже может рассматриваться как одна из форм поддержания контактов. В своем критическом исследовании психотерапевтических интервенций Антони Рот отмечает, что в связи с изменившейся социальной ситуацией, общей тенденцией к глобализации, появлением интернет-технологий неизбежно возникает вопрос изменения стратегий и тактик психотерапии с учетом новой реальности [7].

В настоящее время, помимо общения «лицом к лицу», распространены следующие формы дистанционного общения с использованием интернет-технологий: общение в программах для видео- и аудиоконференций, в разных соцсетях, в мессенджерах с помощью текста, обмена фото-, аудио- и видеосообщениями, в онлайн-играх, на форумах; ведение интернет-дневников с возможностью комментирования. Общение с использованием интернет-технологий в клинической психологии привычно рассматривается как одна из форм аддиктивного поведения без учета его адаптирующего потенциала, в том числе в ситуации психического заболевания.

Важно учитывать, что психическое заболевание негативно влияет на поддержание дружеских и приятельских отношений. Во-первых, на период ухудшения психического состояния и госпитализации человек «выпадает» из привычного круга общения, так как прекращает заниматься повседневными делами и не имеет физической возможности принимать участие в обыденной жизни. Во-вторых, в моменты обострения психического заболевания может изменяться восприятие обыденных ситуаций в общении [1], что способно приводить к усилению чувств отчужденности, одиночества и к увеличению числа конфликтов, а также это отражается на поведении больного. Кроме того, физиологические и психопатологические особенности состояния могут затруднять поддержание контактов «лицом к лицу». При этом использование интернет-технологий в общении дает возможность общаться в удобное для себя время, в комфортном темпе и доступной форме, продолжать быть вовлеченным в совместную деятельность, делиться значимыми для себя темами, быть в курсе происходящего в жизни близких и выражать свое эмоциональное отношение к этому. Всё это способно уменьшить дистанцию, которая возникает во время ухудшения психического состояния, и предотвратить охлаждение и разрыв отношений со старыми друзьями.

Важно отметить, что сохранение отношений с друзьями, несмотря на наличие психического заболевания, за счет поддержания у человека ощущения включенности в социальную жизнь помогает предотвратить развитие самостигматизации, которая существенно усиливает аутизацию и усложняет социальную реадaptацию после стабилизации состояния.

Общение с людьми, с которыми человека не связывают узы родства, в том числе с теми, с кем он давно знаком и ощущает душевную близость, является процессом, требующим активности с обеих сторон. При использовании интернета активность субъекта требуется ещё в большей степени, так как не предполагает случайного совпадения во времени и месте с другими людьми, а подразумевает необходимость поиска и освоения подходящих всем сторонам способов взаимодействия. Неудовлетворенная потребность в общении, близком контакте вызывает фрустрацию, совладание с которой может как идти по пути изменения ситуации, ее вызвавшей, так и быть направлено на снижение интенсивности переживания. Это говорит о значимости исследования характера используемых копинг-стратегий, сопровождающих применение интернет-технологий для поддержания контактов со старыми друзьями.

Таким образом, целью исследования стало изучение возможностей использования интернет-технологий для поддержания контакта со старыми друзьями в социальной адаптации у мужчин, страдающих психическим заболеванием.

### **Материалы и методы**

Материалами исследования явились данные обследования 83 человек мужского пола в возрасте от 16 до 32 лет, госпитализированных в отделение № 4 на базе отдела по изучению эндогенных психических расстройств и аффективных состояний ФГБНУ Научного центра психического здоровья. Респонденты соответствовали следующим критериям отбора: наличие эндогенного психического заболевания шизофренического спектра, актуальное отсутствие острой психотической симптоматики, согласие пациента

на участие в исследовании. Выборка была разделена на две группы в соответствии с ответом на вопрос об использовании интернет-технологий для поддержания контакта со старыми друзьями: группа «используют» составила 61 человек в возрасте от 16 до 31 года, ср. возраст — 23,2 года, группа «не используют» — 18 человек в возрасте от 16 до 32 лет, ср. возраст — 22,1 года.

Методический инструментарий составили Калифорнийский опросник социальной сети и Опросник к рисунку социальной сети [6], позволяющие выявить количественные и качественные показатели субъективного восприятия отношений в кругу общения респондента (количество людей, которых респондент считает друзьями, количество людей, с которыми существуют отношения разной степени близости, состав круга общения — количество в нем родственников, друзей, возрастной состав, количество людей с разным сроком знакомства), опросник COPE [5], демонстрирующий преобладающие копинг-стратегии. Характер использования интернет-технологий изучался с помощью созданного специально для данного исследования полуструктурированного опросника. Полученные данные были обработаны в статпакете SPSS с использованием U-критерия Манна — Уитни.

## Результаты

Выявлены значимые различия между группами в структуре ядра социальной сети, в степени эмоциональной близости и в особенностях используемых копинг-стратегий, которые представлены на рисунках 1, 2 и 3, с указанием суммы рангов, набранных представителями каждой из групп по сравниваемым параметрам.



Рисунок 1. Различия в структуре ядра социальной сети у мужчин, с психическими заболеваниями, использующими интернет для поддержания контактов со старыми друзьями, и не использующими — суммы рангов ( $p \leq 0,05$ )



Рисунок 1 демонстрирует меньшее число людей в кругу общения, не относящихся к родственникам пациента, у респондентов, не использующих интернет-технологии для поддержания контактов со старыми друзьями: соседей ( $U = 778,5$ ;  $p = 0,035$ ), людей с неоконченным высшим образованием ( $U = 716,5$ ;  $p = 0,011$ ) и ровесников ( $U = 717$ ;  $p = 0,015$ ), людей, стаж общения с которыми составляет от 6 месяцев до 2 лет ( $U = 652,5$ ;  $p = 0,015$ ), тех, кого пациент называет друзьями и знакомыми ( $U = 742$ ;  $p = 0,006$ ), тех, с кем испытуемый проводит свободное время ( $U = 939$ ;  $p = 0,000$ ). Это указывает на выраженные структурные различия в кругу общения у мужчин с психическим заболеванием при использовании интернета для поддержания контактов со старыми друзьями.



Рисунок 2. Характеристики уровня эмоциональной близости отношений в кругу общения у мужчин с психическим заболеванием, в зависимости от использования интернета для поддержания контактов со старыми друзьями — суммы рангов ( $p \leq 0,05$ )

Рисунок 2 демонстрирует существенные различия в уровне эмоциональной близости отношений в кругу общения у мужчин с психическим заболеванием, использующих и не использующих интернет для поддержания контактов со старыми друзьями. Так, при отсутствии использования интернет-технологий обнаруживается меньше людей с общими ценностями ( $U = 831,5$ ;  $p = 0,014$ ), интересами ( $U = 827,5$ ;  $p = 0,016$ ); меньше друзей и знакомых ( $U = 742$ ;  $p = 0,006$ ), лучших друзей ( $U = 814,5$ ;  $p = 0,013$ ), тех, с кем респондент может обсудить всё, включая сокровенные мысли, страхи, сомнения ( $U = 699$ ;  $p = 0,007$ ). При использовании интернет-технологий в кругу общения также находится меньше людей, с которыми человек может обсудить только посторонние вопросы и текущие события ( $U = 352$ ;  $p = 0,005$ ).

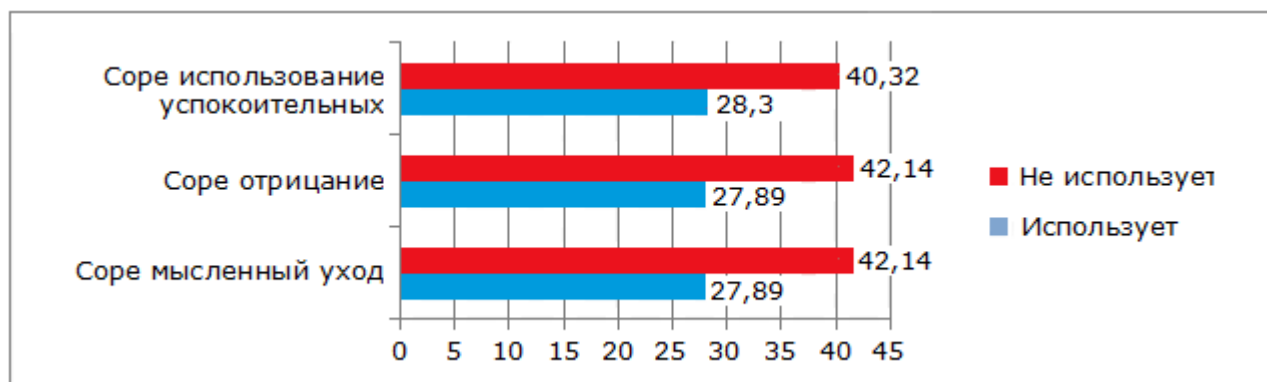


Рисунок 3. Различия в особенностях используемых копинг-стратегий у мужчин с психическим заболеванием в зависимости от использования интернета для поддержания контакта со старыми друзьями — сумма рангов ( $p \leq 0,05$ )

У мужчин, страдающих психическими заболеваниями и использующих интернет для поддержания контактов со старыми друзьями, статистически значимо ниже уровень использования таких стратегий совладания, как употребление успокоительных ( $U = 161,5$ ;  $p = 0,033$ ), отрицание ( $U = 141,5$ ;  $p = 0,014$ ), мысленный уход ( $U = 141,5$ ;  $p = 0,014$ ).

### Обсуждение результатов

Полученные результаты показывают, что отсутствие использования мужчинами, страдающими психическими заболеваниями, интернет-технологий для поддержания контакта со старыми друзьями приводит к существованию заметно более бедного близкого круга общения. В таком кругу меньше людей, с которыми респондент проводит своё свободное время, тех, с кем есть общие интересы и общность на профессиональной основе, а также ровесников, друзей, знакомых и соседей. Последний показатель значим, т.к. именно соседи часто оказывают необходимую инструментальную поддержку в экстренных ситуациях. Поэтому число соседей, с которыми знаком человек, свидетельствует о включенности человека в социальную жизнь. По всей видимости, выявленные данные говорят о более высокой социальной активности мужчин с психическим заболеванием, использующих интернет для поддержания контактов со старыми друзьями. Вероятно, что использование интернета помогает поддерживать как сами отношения, так и внутреннее ощущение близости с людьми. О последнем свидетельствуют результаты по параметрам «число людей, с которыми респондент может обсудить только посторонние вопросы и текущие события» и «количество людей, с которыми респондент может обсудить всё, включая сокровенные мысли, страхи, сомнения»; их целесообразно анализировать вместе. Так, отсутствие использование интернет-технологий для поддержания контакта со старыми друзьями сопровождается значимым снижением числа людей, отношения с которыми пациент воспринимает как достаточно близкие, чтобы поделиться тем, что его действительно беспокоит.

Одновременно с этим использование интернет-технологий для поддержания контакта со старыми друзьями сопровождается снижением в кругу общения числа людей, уровень близости в отношениях с которыми воспринимается как более поверхностный (возможность обсуждения только посторонних вопросов и текущих событий). Есть два варианта объяснения таких результатов. С одной стороны, возможно, поддержание контактов с использованием интернет-технологий сохраняет в кругу общения мужчины, страдающего психическим заболеванием, друзей, с которыми и раньше общение было довольно близким, и препятствует отдалению. С другой стороны, возможно, сам факт поддержания контакта с использованием интернет-технологий изменяет субъективное восприятие партнёров по общению, создавая ощущение большей близости, чем она есть на самом деле.

Кроме того, отсутствие использования интернета для поддержания контакта с друзьями уменьшает возможности для расширения близкого круга общения. На это указывает меньшее количество людей, стаж общения с которыми составляет от 6 месяцев до 2 лет. Значимость контактов с ними заключается в том, что, вне зависимости от степени текущей близости отношений, само наличие более обширного круга знакомых создаёт возможности для того, чтобы отношения с кем-то из них переросли в более близкие.

Представляет интерес и соотношение использования интернет-технологий для поддержания контактов со старыми друзьями с репертуаром предпочитаемых копинг-стратегий. Статистическая обработка показывает более низкие уровни использования успокоительных, отрицания и мысленного ухода у респондентов, использующих интернет-технологии для поддержания контактов со старыми друзьями. С одной стороны, более низкий уровень использования успокоительных может быть связан с тем, что у респондента сильнее развиты конструктивные копинг-стратегии, позволяющие совладать с переживаемой фрустрацией. С другой стороны, учитывая специфику выборки, такой результат может быть связан с особенностями клинической картины имеющегося психического заболевания, с меньшей выраженностью аффективного компонента. Это объяснение требует дополнительной экспериментальной проверки. Третьим объяснением может являться позитивное влияние поддержания контакта со старыми друзьями на эмоциональную сферу человека, страдающего психическим заболеванием. Это объяснение также имеет право на существование, так как известно, что близкие отношения содержат в себе обмен эмоциональной поддержкой, которая является одним из психологических средств «контейнирования» переживаний. Косвенно это объяснение подтверждается снижением числа отношений, в которых респондент получает эмоциональную поддержку, при отсутствии использования интернет-технологий для поддержания отношений со старыми друзьями.

Кроме того, все три копинг-стратегии, по которым выявлены значимые различия между группами, являются способами модификации эмоционального состояния пациента без изменения внешней среды. То есть использование интернета для поддержания контактов со старыми друзьями, вероятно, требует использования другого пула копинг-стратегий, направленных на активное изменение ситуации, с которыми у людей, страдающих психическими заболеваниями, часто есть сложности, причем не только из-за специфики заболевания [2]. Это может говорить о важности обучения мужчин, страдающих психическими заболеваниями, активным способам совладания со сложностями, в том числе в сфере общения, что в настоящее время действительно является одним из важных направлений в социально-психологической адаптации [4].

## **Выводы**

1. У мужчин, страдающих психическими заболеваниями, отсутствие использования интернета для поддержания контактов со старыми друзьями сопровождается сокращением близкого круга общения и существенным уменьшением его поддерживающего потенциала, что может снижать успешность социальной реадaptации при стабилизации состояния.
2. Освоение интернета для поддержания контактов со старыми друзьями требует расширения диапазона используемых копинг-стратегий с автоматизацией использования стратегий, направленных на активное изменение ситуации.

## **Заключение**

Таким образом, можно предположить, что использование интернет-технологий для поддержания контакта со старыми друзьями является и важным средством социализации, и одним из показателей общего уровня адаптации у мужчин, страдающих психическим заболеванием, что стоит учитывать в построении программ социальной реабилитации.

## Литература

1. Бойко О.М., Казьмина О.Ю. Соответствие характера восприятия социальной поддержки качеству ядра социальной сети // Социальная психология и общество. – 2014. – Т. 5, № 1. – С. 129–137.
2. Выготский Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. / гл. ред. А.В. Запорожец. – М.: Педагогика, 1982–1984. – Т. 5: Основы дефектологии / под ред. Т.А. Власовой. – 1983. – 369 с.
3. Казьмина О.Ю. Структурно-динамические особенности систем межличностных взаимодействий у больных юношеской малопрогредиентной шизофренией: автореф. ... канд. психол. наук. – М., 1997. – 25 с.
4. Основные подходы к организации тренинга социальных навыков для больных шизофренией: Методические рекомендации / О.Ю. Казьмина, С.Н. Ениколопов, О.Ю. Воронцова [и др.]. – М.: Сам Полиграфист, 2016. – 143 с.
5. Рассказова Е.И., Гордеева Т.О., Осин Е.Н. Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики COPE // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2013. – Т. 10, № 1. – С. 82–118.
6. Phillips S.L. Network Characteristics Related to the Well-Being of Normals: A Comparative Base // Schizophrenia bulletin. – 1981. – Vol. 7, № 1. – P. 117–124. doi: 10.1093/schbul/7.1.117
7. Roth A., Fonagy P. What Works for Whom?: A Critical Review of Psychotherapy Research. – Guilford Press, 1996. – 484 p.

## Using internet technologies to contact with old friends in prevent social disadaption in men with mental illness

Boyko O.M.<sup>1</sup>  
E-mail: olga.m.boyko@gmail.com

Vorontsova O.Yu.<sup>1</sup>  
E-mail: okvorontsova@inbox.ru

Enikolopov S.N.<sup>1</sup>  
E-mail: enikolopov@mail.ru

Kazmina O.Yu.<sup>1</sup>  
E-mail: kazminaolga@mail.ru

<sup>1</sup> Mental Health Research Center  
34, Kashirskoye shosse, Moscow, 115522, Russia  
Phone: +7 (495) 109-03-93

**Abstract.** The presence of friends has a positive effect on the quality of life of people with mental illness, reduces their social isolation and disadaption. One of the lines of research in rehabilitation is aimed at identifying ways to maintain a circle of friends. Scientific and technological progress creates new forms of maintaining contacts, including with the use of Internet technologies. The purpose of this work is to study the possibility of using Internet technologies to maintain contact with old friends in social adaptation in men suffering from mental illness. Material: survey data of 83 men aged 16 to 32 years with a mental illness of the schizophrenic spectrum, hospitalized in the clinic of the FSBSI MHRC. 61 of them (from 16 to 31 years old, average age 23.2) use the Internet to keep in touch with old friends, 18 do not use it (from 16 to 32 years old, average age 22.1). Methods: a battery of questionnaires that diagnose the quality of a social circle and relationships in it, a semi-structured questionnaire "Internet use",



a COPE questionnaire. Results: 1. The lack of the use of Internet technologies to maintain contacts with old friends is accompanied by a decrease in the main indicators of social adaptation: from the number of friends and acquaintances, the level of intimacy in relationships, to the total number of peers in the social circle. 2. The use of internet technology to keep in touch with old friends is accompanied by a decline in coping strategies such as the use of sedatives, denial and mental withdrawal. This confirms the importance of using Internet technologies to contact with old friends and should be taken when rehabilitation measures are planning.

**Key words:** mental illness; internet; communication; social adaptation; friendship.

**For citation**

Boyko O.M., Vorontsova O.Yu., Enikolopov S.N., Kazmina O.Yu. Using internet technologies to contact with old friends in prevent social disadaptation in men with mental illness. *Med. psihol. Ross.*, 2021, vol. 13, no. 4, p. 9. doi: 10.24412/2219-8245-2021-4-9 [in Russian, abstract in English].