

Диса Олена Вікторівна

завідувач кафедри педагогічної
та вікової психології Дніпровського
національного університету
імені Олеся Гончара

Горбаньова Анастасія

студентка 1 курсу другого
(магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського національного
університету імені Олеся Гончара

КІБЕРХОНДРІЯ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНЕ ЯВИЩЕ У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

Останнім часом ми спостерігаємо величезний потік даних, що з'являються, зберігаються і передаються через мережу Інтернет. Це викликає підвищений інтерес багатьох дослідників до аналізу отриманого об'єму інформації, а також до соціально-психологічних перетворень, які відбуваються в результаті використання і застосування існуючих баз даних.

За підрахунками вчених, у всьому світі щодня в Інтернеті здійснюється мінімум 6,75 мільйонів запитів пов'язаних із здоров'ям. Актуальні дослідження також свідчать про те, що люди досить часто стали звертатися до пошукової системи для оцінки власного здоров'я, при цьому причини різні: особисті переваги, небажання своєчасно записатися на прийом у лікарню, побоювання лікарів та ін.[4].

В останні часи психологами зафіксовано спалах іпохондрії через те, що кожна людина може легко «консультуватися» стосовно власних хвороб у мережі Інтернет. Таке явище має назву «кіберхондрія». Його симптомами є постійний пошук інформації про хвороби, захоплення онлайн-обстеженнями, збір причин, які призвели до захворювання тощо. Не дивно, що після подібних пошуків медичної інформації у людини погіршується самовідчуття і настрої, з'являються негативні думки та емоції.. Незначні захворювання сприймаються як серйозні проблеми, і навіть коли діагноз відсутній, людина впевнена, що лікарі щось не помітили або помилилися.

Існує два основних підходи до визначення кіберхондрії. Перший підкреслює зв'язок із занепокоєнням здоров'ям та осмислює кіберхондрію як надмірну та повторювану поведінку, яка пов'язана зі збільшенням рівня тривожності чи стресу [3]. Другий підхід є більш широким і передбачає, що кіберхондрія є синдромоподібним і багатовимірним явищем, оскільки включає декілька компонентів: повторюваність, негативні емоційні стани (наприклад, тривога), переривання діяльності внаслідок тривоги та консультування з лікарем у відповідь на посилену тривогу, як правило, для отримання заспокоєння [2].

Нажаль, кіберхондрія розвивається швидше за іпохондрію, і має значно гірші наслідки. У Великій Британії проводилось обстеження, результати якого

показали, що 70% користувачів Інтернету не звертаються до лікарів, для встановлення діагнозу вони використовують інформацію з інформаційного простору і ставлять собі діагноз самостійно. Більше того, 50% таких осіб впевнені в тому, що вони правильно встановили діагноз і для лікування самостійно купують багато ліків.

Швидкість передачі інформації через Інтернет значно зросла під час пандемії. Користуючись сайтами соціальних медіа чи інформаційними платформами, люди отримували доступ до новин та різноманітних статей про пандемію та інформацію, пов'язану з COVID-19, ділились своїм досвідом та проблемами [5].

Деякі дослідження показали, що кіберхондрія і тривога за здоров'я можуть бути окремими психологічними явищами [1], хоча вони тісно взаємопов'язані, перетинаються і аналогічним чином відносяться до різних розладів. На думку вчених, неправильно розглядати кіберхондрію тільки сучасним аналогом іпохондрії. Так само кіберхондрію не слід розглядати тільки як форму інтернет залежності. Способи взаємодії цих конструктів можуть бути складнішими, і очікується, що майбутні дослідження нададуть змогу дізнатися більше про їх взаємодію.

Треба зазначити, що поведінка інтернет-користувачів в контексті використання пошукових систем для оцінки персонального здоров'я може мати дві основні спрямованості: адаптивну (перевірка медичних рекомендацій офлайн) або дезадаптивну (самодіагностика і самолікування). Вибір дезадаптивної стратегії лежить в основі генезу кіберхондрії та з'являється внаслідок різних чинників під впливом специфічного інформаційного інтернет-середовища. У такий спосіб на прикладі кіберхондрії можна спостерігати цифровий психоморфоз психічних феноменів, що створює необхідність детальнішого вивчення цього явища для ефективності подальшої діагностики, корекції та превенції його проявів.

Список використаних джерел:

1. Cyberchondria: Overlap with health anxiety and unique relations with impairment, quality of life, and service utilization / Mathes B.M., Norr A.M., Allan N.P., Albanese B.J.. // *Psychiatry Res.* – 2018. – №261. – С. 204–211.
2. McElroy E. The development and initial validation of the cyberchondria severity scale (CSS) / McElroy E., Shevlin MJ.. // *Anxiety Disord.* – 2014. – 28(2). – С. 259-265.
3. Starcevic V. Cyberchondria: Challenges of Problematic Online Searches for Health-Related Information / Starcevic V.. // *Psychother Psychosom.* – 2017. – 86 (3). – С. 129–133.
4. Using Search Engine Data as a Tool to Predict Syphilis / Young S. D., Torrone E. A., Urata J., Aral S. O. // *Epidemiology.* – 2018. – 29(4) – С. 574-578.
5. Walker A. Use of Google Trends to investigate loss-of-smell-related searches during the COVID-19 outbreak. / Walker A., Hopkins C.. // *Surda PInt Forum Allergy Rhinol.* – 2020. – 10(7). – С. 839-847.