

**Нуриев Сердар Язырадович**

магистрант

ФГБОУ ВО «Чувашский государственный  
педагогический университет им. И.Я. Яковлева»

г. Чебоксары, Чувашская Республика

## **КИБЕРАДДИКЦИЯ КАК АКТУАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ**

***Аннотация:** в статье рассматривается проблема распространения кибераддикции среди современной молодёжи как одного из наиболее актуальных вызовов информационного общества. Анализируются основные психологические, социальные и поведенческие характеристики подростков и юношей, предрасполагающие к формированию зависимости от цифровых технологий. Особое внимание уделяется рассмотрению механизмов возникновения кибераддиктивного поведения, а также его последствий для личностного развития и социальной адаптации подрастающего поколения. На основе анализа современных научных исследований предлагаются направления профилактической работы, направленной на минимизацию рисков киберзависимости среди молодых людей.*

***Ключевые слова:** кибераддикция, цифровая зависимость, интернет-зависимость, юношеский возраст, виртуальная среда, профилактика аддиктивного поведения.*

***Введение.** Актуальность исследования обусловлена стремительным развитием информационных технологий и широким распространением интернета, что привело к возникновению нового вида аддиктивного поведения – кибераддикции. Согласно С.В. Велиевой и А.Р. Велиева [2] современная молодёжь, являясь наиболее активной частью интернет-аудитории, особенно подвержена риску формирования интернет-зависимости и связанных с ней негативных последствий для психического и социального здоровья. Как отмечает М.С. Безбогова [1], социальные сети существенно влияют на формирование социальных установок молодёжи, изменяя их ценностные ориентиры и модели поведения,*

что может способствовать развитию интернет-зависимости. Исследования С.В. Велиевой и А.Р. Велиева [3] показывают, что аддиктивное поведение среди студентов становится все более распространенным явлением и зачастую связано с повышенным уровнем тревожности, выступающей в роли значимого предиктора возникновения зависимости от интернета и виртуального пространства. В свою очередь, Н.Г. Копейко [4] отмечает, что интернет-зависимость является фактором, способствующим девиантному поведению подростков, что подтверждает необходимость своевременного выявления и профилактики кибераддикции среди молодежи. Таким образом, актуальность изучения проблемы кибераддикции определяется необходимостью глубокого анализа причин ее возникновения, механизмов развития и последствий для современной молодежи с целью разработки эффективных мер профилактики и коррекции данного феномена.

*Феноменология и сущность кибераддикции.* Кибераддикция представляет собой сложный феномен, включающий в себя различные формы цифровых зависимостей: интернет-зависимость, зависимость от социальных сетей, онлайн-игровую зависимость и др. Общими признаками всех видов кибераддикций выступают потеря контроля над временем пребывания в виртуальном пространстве, выраженная эмоциональная вовлечённость в онлайн-активность, ухудшение социальной адаптации и снижение качества межличностного взаимодействия в реальной жизни

*Психологические предпосылки формирования киберзависимости.* Юношеский возраст характеризуется рядом психологических особенностей, способствующих возникновению аддиктивного поведения: повышенная внушаемость и восприимчивость к внешним воздействиям, недостаточная сформированность навыков саморегуляции и эмоциональной устойчивости, стремление к самоутверждению и самопрезентации. Виртуальная среда предоставляет молодому человеку возможность удовлетворения потребностей в признании, социальной принадлежности и эмоциональной разрядке, что при отсутствии адекватных

навыков самоконтроля может привести к формированию устойчивой зависимости.

*Социальные факторы риска кибераддикции.* Помимо индивидуально-психологических предпосылок, важную роль в возникновении цифровой зависимости играют социальные факторы: ослабление традиционных социальных институтов (семья, школа), недостаток эффективной социализации, низкий уровень социальной поддержки со стороны значимых взрослых (родителей, педагогов), а также широкая доступность цифровых устройств и интернет-контента. Кроме того, современные тенденции виртуализации общения способствуют росту социальной изоляции молодёжи и усилению её склонности к замещению реальных контактов виртуальными.

*Последствия кибераддикции для личностного развития молодёжи.* Длительное пребывание в виртуальном пространстве оказывает серьёзное негативное влияние на личностное развитие молодых людей. Исследования показывают снижение когнитивных способностей, ухудшение памяти и внимания, нарушение эмоционально-волевой сферы и коммуникативных навыков. Кроме того, у киберзависимых подростков наблюдаются проблемы с самоидентификацией и формированием адекватной самооценки, что приводит к трудностям в профессиональном самоопределении и социальной адаптации.

*Профилактика кибераддикции у молодёжи.* Эффективная профилактика цифровой зависимости среди молодёжи требует комплексного подхода и включения в работу не только психологов и педагогов образовательных учреждений, но и семьи подростка. Среди ключевых направлений профилактической деятельности следует выделить следующие:

- формирование у подростков навыков критического мышления и ответственного отношения к виртуальному пространству;
- развитие коммуникативной компетентности и навыков конструктивного социального взаимодействия;
- повышение уровня психологической грамотности родителей и педагогов по вопросам цифровой зависимости;

– создание условий для реализации молодёжью собственных интересов и способностей в оффлайн-пространстве (спорт, творчество, волонтёрская деятельность).

*Заключение.* Таким образом, кибераддикция является одной из наиболее острых проблем современной молодёжи, требующей пристального внимания со стороны общества и профессионального сообщества психологов и педагогов. Своевременное выявление факторов риска и внедрение комплексных профилактических мер позволяют минимизировать угрозу формирования цифровых зависимостей у подрастающего поколения и способствовать полноценному личностному развитию молодых людей в условиях информационного общества.

### ***Список литературы***

I. Безбогова М.С. Социальные сети как фактор формирования социальных установок современной молодежи: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / Марина Сергеевна Безбогова; Гос. ун-т упр. – М., 2016. – 211 с.

II. Велиева С.В. Аддиктивное поведение у студентов: обзор исследований / С.В. Велиева, А.Р. Велиев // Проблемы современного педагогического образования: сборник научных трудов. – Ялта: РИО ГПА, 2025. – Вып. 87. Ч. 1. – 425 с.

III. Велиева С.В. Тревожность как предиктор аддиктивных форм поведения у студентов / С.В. Велиева, А.Р. Велиев // Проблемы современного педагогического образования: сборник научных трудов. – Ялта: РИО ГПА, 2025. – Вып. 87. Ч. 1. – 425 с.

IV. Копейко Н.Г. Интернет-зависимость как причина девиантного поведения подростков / Н.Г. Копейко // Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию. – 2023. – №1. – С. 58–63. – EDN IAEHRI.