

Диривянкина Ольга Владимировна

канд. пед. наук, доцент

Лаушкина Татьяна Владимировна

студентка

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»

г. Краснодар, Краснодарский край

ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ КАК ФАКТОР АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

***Аннотация:** в статье рассматривается влияние интернет-зависимости на формирование агрессивного поведения у подростков. Анализируются механизмы влияния цифровой среды на психологическое состояние и поведенческие реакции подрастающего поколения: когнитивные, эмоциональные и поведенческие. Рассмотрены ключевые факторы, усиливающие агрессивные проявления: агрессивный контент в видеоиграх, кибербуллинг в социальных сетях, анонимность онлайн-взаимодействия, сравнение себя с идеализированными образами в соцсетях. Проведено эмпирическое исследование, направленное на изучение взаимосвязи интернет-зависимости и агрессивного поведения подростков.*

***Ключевые слова:** интернет-зависимость, агрессивное поведение, особенности подросткового возраста, механизмы влияния интернет-зависимости на рост агрессивности, специфика онлайн-контента.*

В современном мире интернет прочно вошёл в повседневную жизнь подростков и стал её неотъемлемой частью. Молодые люди активно используют цифровые технологии для самых разных целей: обучения, общения с друзьями и новыми знакомыми, развлечений, поиска и получения разнообразной информации. Виртуальная среда открывает перед подрастающим поколением широкие возможности для самореализации, расширения кругозора и построения социальных связей. В то же время активное использование интернета среди молодежи приводит к распространению интернет-зависимости. Данное явление способно

оказывать негативное влияние на психологическое состояние и поведение подростков. Отмечается неуклонный рост числа молодых людей, демонстрирующих признаки интернет-зависимости. Согласно результатам опроса ВЦИОМ, проведенного в марте 2025 года, молодёжь всё чаще выбирает виртуальное общение вместо реальных встреч (61% и 33%) [6].

Длительное пребывание в Сети может провоцировать изменения в поведении, в том числе проявление агрессии. Уход в виртуальную реальность приводит к дефициту эмоциональных контактов и ослаблению социальных навыков. На этом фоне у подростков нередко развиваются фрустрация и внутреннее напряжение, которые могут спровоцировать агрессивные реакции.

Влияние интернет-зависимости на рост агрессивности обусловлено несколькими взаимосвязанными механизмами. Когнитивные механизмы связаны с трансформацией способов обработки информации и формированием устойчивых установок. Регулярное взаимодействие с агрессивным контентом, например в видеоиграх с элементами насилия или в конфликтных онлайн-дискуссиях, способствует формированию агрессивных когнитивных схем. Это повышает готовность человека к агрессивному реагированию на раздражители. Насильственный контент в играх коррелирует с ростом агрессии в реальной жизни, снижением уровня эмпатии и повышенной толерантностью к проявлениям насилия. Как отмечает К.А. Андерсон, подобный контент активизирует агрессивные когнитивные процессы и эмоции, что может приводить к соответствующему поведению за пределами виртуального мира [1].

Эмоциональные механизмы обусловлены накоплением негативных эмоций. Постоянный поток негативной информации в интернете снижает эмоциональную чувствительность, то есть человек начинает воспринимать насилие как обыденность, что ослабляет внутренние барьеры для агрессивного поведения. Кроме того, фрустрация, возникающая из-за невозможности удовлетворить потребность в игровом процессе или онлайн общении, может провоцировать вспышки агрессии.

Поведенческие механизмы связаны с переносом виртуальных моделей поведения в реальную жизнь. Подростки и молодые люди, привыкшие к агрессивному взаимодействию в онлайн-среде, будь то словесные перепалки в чатах, конфликты в многопользовательских играх или участие в травле других пользователей, могут начать применять аналогичные стратегии в повседневном общении. Важную роль здесь играет фактор анонимности: в интернете он снижает страх наказания и способствует так называемому «растормаживанию» агрессии. Ощущение безнаказанности позволяет агрессору проявлять большую жестокость, чем в реальной жизни, где социальные нормы и непосредственная обратная связь сдерживают деструктивные импульсы.

Специфика онлайн-контента во многом определяет характер влияния интернета на агрессивное поведение. Агрессивные видеоигры, особенно жанры «шутеров» и экшен-игр, часто содержат сцены насилия и поощряют агрессивное поведение как способ достижения цели. В ряде случаев победы в играх подкрепляются бонусами, достижениями или повышением игрового рейтинга – это формирует условный рефлекс: агрессия в виртуальном мире вознаграждается, и этот паттерн может переноситься на реальные ситуации [9].

Социальные сети нередко становятся площадкой для кибербуллинга, троллинга и других форм онлайн-агрессии. Анонимность, возможность быстро распространять информацию и отсутствие непосредственной обратной связи усиливают агрессивные тенденции. Кроме того, постоянное сравнение себя с идеализированными образами, которые пользователи демонстрируют в соцсетях («идеальная жизнь», успех, красота), может вызывать у подростков чувство неполноценности, зависть и, как следствие, скрытую или явную агрессию. Виртуальная среда создаёт иллюзию конкуренции, где каждый стремится выглядеть лучше, что порождает напряжение и конфликты.

Форумы и онлайн-сообщества могут способствовать распространению агрессивного контента и радикальных идеологий. В отдельных случаях модераторы или владельцы площадок даже провоцируют конфликты, чтобы повысить посещаемость и вовлеченность аудитории. Замкнутые сообщества с жёсткой

внутренней иерархией и нормами могут закреплять агрессивные модели поведения как единственно правильные, формируя у участников чувство принадлежности через противопоставление «своих» и «чужих».

Ряд психологических теорий позволяет концептуально объяснить взаимосвязь интернет-зависимости и агрессии. Общая модель агрессии (GAM, General Aggression Model), разработанная Б.Дж. Бушман и К.А. Андерсон, показывает, что медианасилие способствует формированию агрессивных установок и поведения. Модель учитывает, как краткосрочные, так и долгосрочные эффекты воздействия контента на когнитивные, эмоциональные и поведенческие компоненты агрессии. Она подчёркивает, что повторяющееся воздействие насилия в медиа постепенно меняет восприятие мира, делая агрессию более приемлемой стратегией решения проблем [1].

Теория социального научения А. Бандуры объясняет агрессию как результат научения через наблюдение и имитацию. Если человек регулярно видит агрессивное поведение в медиа, он может перенимать такие модели как нормативные. Особенно это актуально для подростков, чья система ценностей ещё формируется: они склонны копировать поведение персонажей, которые кажутся им успешными или влиятельными [5].

Когнитивно-биологические модели связывают аддиктивное поведение, в том числе интернет-зависимость, с нарушениями в работе нейромедиаторных систем (дофамин, серотонин), что влияет на самоконтроль и эмоциональную регуляцию. Например, стремление к сенсорной стимуляции и «жажда острых ощущений» могут быть связаны как с формированием зависимости, так и с проявлением агрессивного поведения. Нейробиологические механизмы подкрепляют цикл: агрессия вызывает выброс дофамина, что создаёт положительное подкрепление и усиливает зависимость от подобных переживаний.

В подростковом возрасте механизмы, связанные с поиском новизны и острых ощущений, приобретают особую значимость. Согласно периодизации Д.Б. Эльконина, в период подросткового возраста (11–15 лет) происходят

значительные изменения в развитии личности и социальной активности подростков.

Ключевые особенности подросткового возраста:

- расширение сферы социальной активности и изменение отношений с учителями, сверстниками и родителями;
- развитие интимно-личностного общения как ведущей деятельности, направленной на познание себя и других, изучение межличностных отношений и норм социального поведения;
- формирование чувства взрослости, личностной рефлексии (самопознания) и самосознания, а также идеала личности;
- повышенная эмоциональная возбудимость и частая смена настроения, что связано с гормональными и психологическими изменениями;
- развитие волевых качеств, потребность в самоутверждении и самосовершенствовании, стремление к независимости и самостоятельности [9].

Эти особенности делают подростков особенно восприимчивыми к влиянию цифровой среды, в том числе к формированию интернет-зависимости, а также могут усиливать проявления агрессивного поведения в условиях стресса или фрустрации.

Важно отметить, что влияние интернет-зависимости и онлайн контента на агрессию определяется множеством факторов: личностных характеристик (импульсивность, эмоциональная устойчивость), семейной среды (стиль воспитания, вовлечённость родителей), социального контекста (наличие поддерживающих отношений, уровень стресса), длительности и интенсивности воздействия. Стоит отметить, что не все жанры игр и виды онлайн активности одинаково влияют на поведение. В некоторых случаях игры могут способствовать улучшению когнитивных навыков или снижать стресс, выполняя компенсаторную функцию.

Нами было проведено эмпирическое исследование, направленное на выявление влияния интернет-зависимости на агрессивное поведение подростков. В работе были использованы: способ (с маленькой буквы, т.к. перечисление после

двоеточия) скрининговой диагностики компьютерной зависимости (Л.Н. Юрьевой и Т.Ю. Больбот), который направлен на выявление интернет-зависимости и опросник Л.Г. Почебут, основанный на методике Б. Басса и Р. Дарки, предназначен для оценки уровня агрессивного поведения человека. В проведенном исследовании принимали участие 26 респондентов в возрастной категории 11–15 лет. Данное исследование соответствует предписаниям следующих нормативно-правовых актов: Конвенция о правах ребенка, одобренная Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989 г.; Доктрина информационной безопасности Российской Федерации (утв. Указом Президента Российской Федерации от 05.12.2016 №646); Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ; Федеральный закон «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» от 29.12.2010 №436-ФЗ.

Таблица 1

Результаты по скрининговой диагностике компьютерной зависимости
(Л.Н. Юрьева, Т.Ю. Больбот)

Уровень интернет-зависимости	Количество участников	Доля от выборки (%)
0% риска (меньше 16 баллов)	6	23,1
Стадия увлечения (16–22 балла)	12	46,1
Первая стадия зависимости (23–37 балла)	8	30,8
Вторая стадия зависимости (38 и более баллов)	0	0

Анализируя полученные результаты по скрининговой диагностике компьютерной зависимости Л.Н. Юрьева и Т.Ю. Больбот, можно сказать о том, что наиболее распространённой оказалась стадия увлечения, она выявлена у 12 (46,1%) участников исследования. Этот факт свидетельствует о том, что для значительной части подростков компьютер и интернет играют заметную роль в повседневной жизни. 8 (30,8%) человек демонстрирует признаки начальной стадии компьютерной зависимости. Положительным результатом исследования стало то, что ни один из участников не достиг второй стадии зависимости. Это

показывает, что в выборке отсутствуют ярко выраженные случаи интернет-зависимости. У 6 (23,1%) участников не выявлено признаков компьютерной зависимости.

Таблица 2

Результаты по тесту агрессивности (опросник Л. Г. Почебут) –
общий уровень агрессивности

Уровень агрессивности	Количество участников	Доля от выборки (%)
Низкий (0–10 баллов)	8	30,8
Средний (11–24 балла)	16	61,5
Высокий (25+ баллов)	2	7,7

Анализируя полученные результаты по тесту измерения агрессии Б. Баса и Р. Дарки в адаптации Л.Г. Почебут, можно сказать о том, что большинство подростков – 6 (61,5%) – демонстрируют средний уровень агрессивности, что в целом соответствует возрастной норме для подросткового периода. 8 (30,8%) человек из выборки имеет низкий уровень агрессии. Особого внимания заслуживают 2 (7,7%) участника, показавшие высокий уровень агрессивности. Эти подростки нуждаются в индивидуальном психолого-педагогическом сопровождении.

Таблица 3

Количественное соотношение уровня интернет-зависимости
и агрессивного поведения

	Высокий уровень агрессивности	Средний уровень агрессивности	Низкий уровень агрессивности
Высокий уровень интернет-зависимости	2	5	1
Низкий уровень интернет-зависимости	7	11	0

Анализируя соотношение полученных результатов по скрининговой диагностике компьютерной зависимости (Л.Н. Юрьева, Т.Ю. Ботьбот) и тесту измерения агрессии Б. Баса и Р. Дарки в адаптации Л.Г. Почебут, можно сказать о том, что подростки с низким уровнем компьютерной зависимости, как правило, демонстрируют низкий или средний уровень агрессии выявлено 7 участников с низким уровнем агрессивности и 11 участников со средним уровнем агрессивности.

сти. Это свидетельствует о сохранении агрессии в пределах нормы при умеренном использовании цифровых технологий. В то же время, подростки с высоким уровнем компьютерной зависимости демонстрируют средний или высокий уровень агрессии, выявлено 5 участников со средним уровнем агрессивности и 2 участника с высоким уровнем агрессивности. Важно отметить, что случаи выраженной агрессивности зафиксированы только в этой группе. Это позволяет предположить наличие взаимосвязи между высоким уровнем компьютерной зависимости и склонностью к агрессивному поведению у подростков.

Таким образом, в исследовании выявлена тенденция: чем выше уровень компьютерной зависимости у подростков, тем чаще у них встречаются средние и высокие показатели агрессивности. Это может свидетельствовать о связи между степенью вовлечённости в цифровую среду и уровнем агрессивных проявлений. Однако для утверждения о причинно-следственной связи необходимы дополнительные исследования.

Список литературы

1. Агеев Н.Я. Влияние видеоигр с агрессивным контентом на эмоциональное состояние и поведение игроков: обзор современных исследований / Н.Я. Агеев, И.А. Дубовик // Современная зарубежная психология. – 2024. – Т. 13. №4. – С. 108–119. – DOI: 10.17759/jmfp.2024130410. EDN JMOTCO
2. Басс А. Концепция агрессии / враждебности: учебник / А. Басс, А. Дарки. – Екатеринбург, 2013. – 260 с.; М.: ИЦ Академия, 2012. – 264 с.
3. Войскунский А.Е. Психологические исследования феномена интернет-аддикции / А.Е. Войскунский. – М.: Экопсицентр РОСС, 2000. – 251 с.
4. Диривянкина О.В. Киберрискованное поведение молодежи как атрибут современного социума / О.В. Диривянкина // Новая наука: новые перспективы: материалы X Международной научно-практической конференции (г. Краснодар, 30 ноября 2021 года). – Краснодар: Автономная некоммерческая организация дополнительного профессионального образования «Институт стандартизации, сертификации и метрологии», 2021. – С. 11–14. – EDN CXWERJ.

-
5. Егоров А.Ю. Интернет-зависимость / А.Ю. Егоров // Руководство по аддиктологии. – СПб.: Речь, 2007. – С. 100.
 6. Живущие в сети, или Медиапотребление современной молодежи // ВЦИОМ. Новости. – URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/zhivushchie-v-seti-ili-mediapotreblenie-sovremennoi-molodezhi> (дата обращения: 16.06.2026).
 7. Клейберг Ю.А. Психология девиантного поведения: учеб. пособие / Ю.А. Клейберг. – М.: Юрайт, 2017. – 240 с. EDN ZRNZHR
 8. Книжникова С.В. Медиапродукция и риск девиантного поведения у детей и молодежи / С.В. Книжникова // Медиаобразование. – 2017. – №3. – С. 91–103. – EDN ZENBIX.
 9. Кузнецова О.Д. Исследование агрессии у интернет-зависимых подростков / О.Д. Кузнецова, Л.Г. Глазырина // Скиф. – 2021. – №8 (60). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-agressii-u-internet-zavisimyh-podrostkov> (дата обращения: 16.06.2026).
 10. Эльконин Д.Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте / Д.Б. Эльконин // Вопросы психологии. – 1971. – №4. – С. 6–21.
 11. Юрьева Л.Н. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика: монография / Л.Н. Юрьева, Т.Ю. Больбот. – Днепропетровск: Пороги, 2006. – 150 с.
 12. Янг К.С. Диагноз – интернет-зависимость / К.С. Янг // Мир Internet. – 2000. – №2. – С. 24–29.