

DOI: <https://doi.org/10.18454/PSY.2024.2.2>

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ КАК АКТУАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

Научная статья

Попов П.М.^{1,*}

¹Уральский федеральный университет имени первого президента России Б. Н. Ельцина, Екатеринбург, Российская Федерация

* Корреспондирующий автор (abbadon3579[at]yandex.ru)

Аннотация

В статье представлен анализ отечественных и зарубежных исследований в сфере профилактики кибераддиктивных паттернов поведения. Результаты анализа указывают на недостаточный уровень исследовательской базы по данной теме, необходимость дополнительных исследований проблем кибераддиктивного поведения, валидации клинических инструментов, диверсификации используемой методологии, исследований нейровизуализации мозга, изучения социально-экономического воздействия профилактических программ в среднесрочной и долгосрочной перспективе, необходимость разработки политических превентивных подходов. Результат анализа показал высокий уровень распространения зависимости в России и за рубежом. Выявлены основные направления деятельности и превентивные подходы в данной сфере. Указаны перспективные значимые направления будущих исследований в сфере профилактики кибераддиктивного поведения.

Ключевые слова: технологическая зависимость, поведенческая зависимость, кибераддикция, интернет-зависимость, генерализованная интернет-зависимость, общественное здравоохранение.

TECHNOLOGY ADDICTION AS A CURRENT PUBLIC HEALTHCARE PROBLEM

Research article

Popov P.M.^{1,*}

¹Ural Federal University named after the first President of Russia B. N. Yeltsin, Ekaterinburg, Russian Federation

* Corresponding author (abbadon3579[at]yandex.ru)

Abstract

The article presents an analysis of domestic and foreign research in the field of prevention of cyberaddictive behaviour patterns. The results of the analysis suggest the insufficient level of the research base on this topic, the necessity of additional research into the problems of cyberaddictive behaviour, validation of clinical tools, diversification of the methodology used, brain neuroimaging studies, study of the socioeconomic impact of prevention programmes in the medium and long term, the need to develop policy preventive approaches. The result of the analysis showed a high level of addiction prevalence in Russia and abroad. The main directions of activity and preventive approaches in this sphere were identified. Promising significant directions of future research in the field of cyber addictive behaviour prevention are pointed out.

Keywords: technology addiction, behavioural addiction, cyber addiction, internet addiction, generalized internet addiction, public healthcare.

Введение

Последние десятилетия истории человечества охарактеризованы быстрым ростом технологической и информационной сферы. Цифровая революция, сопровождающаяся стремительным распространением информационных девайсов и сети Интернет, в значительной степени изменила все сферы жизнедеятельности современного человека. Практически для каждого пользователя сегодня очевидны многочисленные перспективы технологического развития, позволяющие обрабатывать огромные количества данных, вступать в коммуникации за тысячи километров друг от друга, совершать покупки, не выходя из дома, осуществлять учебную, профессиональную и досуговую деятельность. Однако следует указать на обратную сторону медали. Например, на такие негативные последствия распространения информационных девайсов и сети Интернет, как проблемы, связанные с технологической зависимостью.

Первые упоминания о возможности зависимости человека от технологических девайсов были отражены еще в начале 80-х годов XX столетия в трудах M. Shotton, SH. Tekl, A. Goldberg, D. Grinfeld, M. Griffiths, Dzh. Suler и других зарубежных авторов [15, С. 325]. A. Goldberg более подробно описал данное расстройство, выделив его симптоматику [6, С. 407]. Сам термин технологическая зависимость, а точнее аддикция впервые предложил M. Griffiths в своей статье «Технологические аддикции» [7, С. 16]. Новый термин послужил отправной точкой в выделении технологической зависимости как новой формы аддиктивного поведения. Однако широкую огласку проблеме зависимости от технологических девайсов придала работа K. S. Yang [17, С. 25], которая обнаружила у большинства из 500 опрошенных признаки зависимого поведения.

Первоначальный термин технологическая зависимость, употребляемый в значительно более узкой форме эволюционировал в современных условиях глобальной цифровизации и в настоящее время охватывает огромное количество проблем киберзависимого поведения. К ним относятся такие типы кибераддиктивного поведения, как

генерализованная интернет-зависимость, компьютерная зависимость, интернет-зависимость, азартные онлайн игры, киберсексуальная зависимость, компьютерная игровая зависимость, кибераддикция и т.п., зачастую используемые различными авторами как синонимичные понятия. Необходимо понимать, что подобное терминологическое обилие без четкого разграничения дефиниций, неминуемо приводит к терминологическим коллизиям, разночтению в понимании и неоднозначности в определении проблем кибераддиктивного поведения.

Технологическая зависимость является сложным коморбидным расстройством с точки зрения концептуализации, клинических проявлений и инструментария выявления, ввиду ее неоднозначной полинаучной природы, а также нетрадиционной природы аддиктивного агента, не имеющего в своей структуре химической составляющей. В научном мире до сих пор нет общего мнения относительно терминологии, критериев, негативных последствий зависимости, эффективности превентивных мер и т.п.

Критерии определения технологической зависимости являются схожими с критериями определения зависимости от психоактивных веществ, в число которых входит: толерантность, абстиненция, ютимия, неспособность к снижению употребления, проблемы в повседневной жизни и т.п. Причиной тому являются некоторые сходства протекания и формирования зависимости. Так, например, исследования нейровизуализации технологической поведенческой зависимости проведенные K. S. Kurniasanti, P. Assandi, R. I. Ismail, M. W. Setiawan Nasrun, T. Wiguna показали связь между изменениями в структуре и функциях мозга, связанными с вознаграждением, эмоциями, исполнительной функцией и вниманием, принятием решений и когнитивным контролем, что явно имеет сходство с протеканием химических форм зависимости [11, С. 84]. Но при всем сходстве поведенческая зависимость имеет свои определенные особенности, которые нельзя не учитывать при ее выявлении и лечении.

Материалы и методы

В исследовании был использован системный подход, что открывает возможность объяснить способ развития и функционирования любой системы, когда стоит задача объяснения интегративных свойств объекта, не являющимся результатом простого суммирования частей, и свойства которого не могут быть выявлены из особенностей составляющих его элементов.

Метод теоретического анализа использован при определении основных подходов, применяемых к профилактике технологической зависимости у человека и формулировании направлений государственной политики в этой сфере.

Обзор литературы

Высокая степень распространённости и социальная значимость проблем кибераддиктивного поведения послужили причиной включения зависимости от компьютерных игр в пятое издание Диагностического и статистического руководства по психическим расстройствам (DSM-5) и Международную классификацию болезней одиннадцатого пересмотра (МКБ-11) Всемирной организации здравоохранения. Например, в DSM-5 определение интернет-игрового расстройства включает девять критериев:

- 1) озабоченность или одержимость интернет-играми;
- 2) появление симптомов отмены при попытке сократить или остановить интернет-игры;
- 3) увеличение количества времени, затрачиваемого на игру;
- 4) неудачные усилия по контролю за играми в Интернете;
- 5) утрата интереса к другим видам жизнедеятельности;
- 6) продолжающееся чрезмерное использование интернет-игр, несмотря на негативные последствия в реальной жизни;
- 7) ложь другим, в целях сокрытия использования Интернет-игр;
- 8) использование интернет-игр для снятия тревоги или чувства вины;
- 9) потери в значительных сторонах бытия аддикта (отношения, работа, образование и т.п.) [13, С. 613].

Следует отметить, что критерии, предложенные на сегодняшний день Всемирной организацией здравоохранения и DSM-5, часто поддаются критике и определяются как противоречивые, что подтверждается исследованиями, проведенными D. L. King, M. C. Haagsma, P. H. Delfabbro, M. Gradisar, M. D. Griffiths [10, С. 337]. Например, M. Griffiths говорит о существовании корреляции между временем, проведенным в киберсреде, и формированием зависимости, хотя обратное не обязательно имеет место быть, поскольку многие пользователи проводят большое количество часов в интернете [8, С. 236]. В данном случае акцент необходимо ставить на контекст, т.е. конечную цель нахождения в сети.

Несмотря на некоторые недостатки и противоречия необходимо понимать, что получение статуса международной проблемы общественного здравоохранения повлекло признание проблемы кибераддиктивного поведения государствами-участниками международных медико-санитарных правил, в число которых входит 196 стран, в том числе Российская Федерация. Признание кибераддикции в качестве заболевания также способствовало ее освещению в средствах массовой информации, активизации международных исследований по определению феноменологии, факторов, критериев, подходов к профилактике и разработке политики в сфере профилактики.

Необходимо указать, что в современных условиях информационные технологии настолько проникли в повседневную реальность, что стало сложно говорить о каких-то различиях между чрезмерным и функциональным использованием киберсреды. По большей части под удар попали дети и молодежь, являющиеся в меру специфических психо-возрастных особенностей самой многочисленной группой пользователей информационных технологий, в наибольшей степени сенситивной к формированию зависимости.

Так, например, согласно S. M. Romero Saletti, S. Van den Broucke и C. Chau 95% населения Европы в возрасте от 16 до 29 лет ежедневно посещают сеть Интернет [14, С. 1]. Следует указать, что в условиях тотальной цифровизации проблема технологической зависимости приобрела глобальный международный характер. Согласно исследованию M. A. Throuvala, M. D. Griffiths, M. Rennoldson, D. J. Kuss изменчивость показателей распространенности технологической зависимости в мировом масштабе лежит в диапазоне от 0,8% до 26,7% [16, С. 507]. K. S. Young

говорит, что от 10 до 14% играющих в компьютерные игры являются зависимыми. При этом 25% геймеров становятся зависимыми уже в первом полугодии, 58% во втором полугодии и 17% через год после первой пробы.

Исследование Национальной академии юридических наук Украины, представленное в трудах Y. Asieieva, O. Druz, H. Kozhyna, I. Chernenko, проведенное в 2018 году, свидетельствует о том, что от 14 до 16% детей в Украине страдают от кибернетической зависимости, проводя по 6 часов в день онлайн. При этом отмечается, что некоторые аддикты находятся в сети до 16 часов в день [3, С. 18].

Анализ научной литературы показал наличие межкультурных отличий в уровне распространения технологических форм зависимости в мировом масштабе. Так, например, уровень распространения кибераддиктивных паттернов поведения в Азиатско-Тихоокеанском регионе гораздо выше, чем в странах Европы и США. Согласно J. Chun, H. Shim, S. Kim распространенность интернет-зависимости среди корейских подростков неуклонно возрастала с 10,4% в 2011 году до 10,7% в 2012 год, 11,7% в 2013 году и 12,5% в 2014 году и на сегодняшний день достигла порядка 26 % [4, С. 227].

Россия в данном контексте не является исключением. В отечественной действительности также отмечается стремительный рост распространения интернета. Так, согласно данным Росстата если в 2015 году, 7 человек из 10 иногда выходили в сеть, то в 2019 столько же пользовались интернетом уже ежедневно [19]. Согласно сообщению вице-преьера Дмитрия Чернышенко, количество интернет-пользователей в России в 2022 году составляет около 130 миллионов человек, что соответствует 90 % населения страны [18].

По некоторым данным распространенность кибераддиктивного поведения у российских подростков варьирует от 4,2% до 12,0%, а в ряде регионов России достигает 38%. В целом последние годы в России характеризуются тенденцией увеличения интернет-зависимых пользователей [2, С. 191].

Рост и распространение проблем киберзависимого поведения привел к разработке и реализации государственных и частных программ профилактики кибераддиктивного поведения. Первыми в признании кибераддикции в качестве заболевания и реализации масштабной профилактической компании были страны Азиатско-Тихоокеанского региона.

Так, в Корее реализована программа Nighttime Shutdown, которая, учитывая возрастные ограничения, позволяет закрывать доступ к игровому контенту и снижать скорость интернета при длительной игре.

Вьетнам уже давно ввел жесткие ограничения для Интернет-провайдеров, в результате чего вьетнамские геймеры не могут осуществлять игровую деятельность в период с 10 вечера до 8 утра.

В Китае открыты лагеря принудительного лечения и реализована гонконгская программа позитивного обучения подростков посредством целостных социальных программ – P.A.T.H.S. [4, С. 229].

В странах Европейского региона и США реализуются программы по профилактике кибераддиктивного поведения, направленные на воспитание медиаграмотности молодых людей.

Согласно результатам анализа зарубежной практики, превентивные подходы к профилактике различных типов кибераддиктивного поведения чаще имеют обобщенный характер, что не всегда приемлемо, поскольку различные типы зависимости от интернет-среды имеют свои специфические особенности. Но следует отметить, что унификация подходов позволяет количественно повысить результативность и охват превентивных мер. Так, например, в пользу комплексной профилактики в своем исследовании выступают D. Finkelhor, K. Walsh, L. Jones, K. Mitchell, A. Collier, аргументируя ее полезность тесной взаимосвязью, схожими симптомами, факторами развития, нозологическими проявлениями и офлайн-рисками формирования аддиктивного поведения [5, С. 1235]. Однако необходимо понимать, что при таком подходе в ряде случаев могут не учитываться специфические особенности того или иного вида технологической зависимости. Так, например, зависимость от компьютерных игр может формироваться как онлайн, так и офлайн и в целом относится к виду игровой зависимости, а не зависимости от киберсреды.

В целях предотвращения и коррекции кибераддиктивных паттернов поведения в зарубежной практике применяются методы групповой и индивидуальной психологической терапии, психофармакологической терапии, комбинированной терапии, когнитивно-поведенческой терапии и т.п. Хорошо зарекомендовали себя методы когнитивно-поведенческой терапии. Например, S. Jäger, K. W. Müller, C. Ruckes, T. Wittig, A. Batra, M. Musalek, K. Mann, K. Wölfling, M. E. Beute предлагают использование когнитивно-поведенческой программы лечения STICA, объединяющий индивидуальные и групповые превентивные меры общей продолжительностью 4 месяца [9, С. 3]. Однако следует указать, что чаще речь идет именно о клинических образцах, т.е. о лечении, а не профилактике, что накладывает свои особенности на полученные результаты. Также следует понимать, что лечение, как правило, требует больших материальных и временных затрат нежели профилактика. Ни для кого не секрет, что легче предотвратить болезнь, чем в последствии ее долго лечить.

Обзор превентивной практики в сфере предотвращения проблем с зависимостью от вредоносного использования Интернета в Европе, проведенный O. Lopez-Fernandez и D. J. Kuss позволил сделать вывод о наличии четырех вариантов политики предотвращения проблем интернет-зависимости, реализуемых в европейских странах:

1. Бездействие. Согласно данному подходу проблемы зависимости от интернет-среды рассматриваются как временно появляющиеся и также спонтанно исчезающие, и соответственно не требующие никаких превентивных мер.

2. Поощрение и распространение исследований в сфере профилактики технологических форм зависимости. Подход ориентирован на специалистов и практиков, на поддержку и поощрение исследовательской деятельности по изучению факторов, критериев, феноменологии и подходов к профилактике проблем кибераддиктивного поведения.

3. Просвещение. Подход, при котором превентивная работа акцентирована на содействии просвещению молодежи в вопросах здорового образа жизни в онлайн и офлайн режиме, воспитание медиаграмотности и поощрение альтернативных видов деятельности, что приводит к снижению риска проблем, связанных с использованием Интернета.

4. Поддержка семьи и общественных организаций. Подход, направленный на формирование медиакомпетентности родителей и других участников образовательного процесса, взаимодействие с государственными и общественными организациями и т.п. [12, С. 11].

На территории Российской Федерации также ведется превентивная работа на государственном и локальном уровне. Отечественными учеными разрабатываются и реализуются программы и технологии профилактики поведенческих зависимостей, связанных с использованием Интернета и технологических девайсов. Однако они, как правило, носят локальный разрозненный характер, не имеют широкого распространения и не выходят за рамки отдельно взятых исследований.

Превентивная работа по профилактике распространения технологических форм зависимости в молодежной среде в России имеет определенные особенности и рассматривается как:

- целенаправленная деятельность органов государственной власти, включающая систему принципов и мер нормативно-правового, экономического, информационно-образовательного, организационного, управленческого и иного превентивного характера;

- профилактическое направление государственной политики в сфере своевременного воспитания медиаграмотности у молодежи;

- создание условий государством для эффективной самореализации и повышения уровня потенциала молодежи в целях противодействия распространения кибераддиктивных паттернов поведения [1, С. 133].

Проведенное нами ранее исследование по реализации государственной политики в сфере профилактики распространения кибераддиктивных паттернов поведения позволяет выделить следующие ключевые особенности ее реализации:

1. Превентивная деятельность реализуется в рамках законодательства в сфере обеспечения информационной безопасности детей и защиты детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию.

2. Государственная политика в сфере профилактики распространения кибераддикции в молодежной среде является составной частью национальных стратегий и целей, реализуемых в сфере обеспечения информационной безопасности детей.

3. Российская нормативно-правовая действительность не признает кибераддикцию заболеванием на официальном уровне и не содержит термина кибераддикция, вместо которого отмечается наличие более объемного термина интернет-зависимость, включающего широкий спектр проблем киберзависимого поведения.

4. Основой деятельности по профилактике распространения кибераддикции в молодежной среде является формирование медиаграмотности детей, медиакомпетентности родителей и работников организаций детства [1, С. 135].

Однако следует указать на формальное решение вопроса профилактики кибераддиктивного поведения на территории Российской Федерации и ее регионов. Также необходимо понимать, что, несмотря на все многообразие отечественных исследований в области профилактики кибераддиктивного поведения, требуются дополнительные исследования, направленные на: определение проблем, связанных с технологической зависимостью, валидации инструментов выявления, клинических параметров, социально-психологического и медико-экономического воздействия и эмпирически подтвержденных программ профилактики, а также политических подходов. Подобная тенденция характерна для многих зарубежных стран.

Так, международный анализ превентивной работы по профилактике кибераддиктивных паттернов поведения, приведенный в исследованиях D. J. Kuss, A. M. Kristensen, O. Lopez-Fernandez [12, С. 12], M. A. Throuvala, M. D. Griffiths, M. Rennoldson и др. [16, С. 508], указывает на:

- скудность систематических исследований, направленных на профилактику кибераддиктивного поведения;
- отсутствие в западных исследованиях систематической программы профилактики кибераддикции и пропаганду программ, направленных на лечение и профилактику широкого спектра поведенческих зависимостей, а не разработку конкретных процедур лечения в зависимости от типа киберзависимого поведения;

- отсутствие данных оценки и скрининга кибераддикции на уровне образовательных учреждений.

Chun J., Shim H., Kim S. указывают на то, что несмотря на растущий в Корее объем исследований относительно детерминант и негативных последствий технологических форм зависимости еще мало что известно об эффективности превентивных программ в долгосрочной перспективе [4, С. 231].

Заключение

Необходимо понимать, что при всем многообразии исследований актуальным остается вопрос необходимости разработки надежных программ профилактики, инструментария, критериев определения и интеграции усилий превентивной практики в международном и межкультурном формате. Изучение зарубежных практик позволит концептуализировать имеющиеся модели кибераддиктивного поведения, определить инструментарий оценки, критерии выявления и модели профилактики зависимости. Отсутствие консенсуса по данным вопросам приведет к разногласиям, терминологическим коллизиям и снижению эффективности в работе по профилактике кибераддиктивного поведения.

Таким образом, мировому сообществу необходимо объединиться, консолидировать усилия, изучить и понять потенциальные культурные различия в величинах и характере различных типов и моделей кибераддиктивного поведения, а также организовать развитие сетевых междисциплинарных исследований, что позволит интегрировать зарубежный опыт, обосновать оптимальную превентивную программу и разработать эффективные варианты политики по предотвращению зависимости.

Конфликт интересов

Не указан.

Рецензия

Все статьи проходят рецензирование. Но рецензент или автор статьи предпочли не публиковать рецензию к этой статье в открытом доступе. Рецензия может быть предоставлена компетентным органам по запросу.

Conflict of Interest

None declared.

Review

All articles are peer-reviewed. But the reviewer or the author of the article chose not to publish a review of this article in the public domain. The review can be provided to the competent authorities upon request.

Список литературы / References

1. Резер Т.М. Проблема нормативно-правового регулирования профилактики кибераддикции в молодежной среде / Т.М. Резер, П.М. Попов // ЦИТИСЭ. — URL: http://ma123.ru/wp-content/uploads/2021/05/Rezer-Popov_CITISE_2-2021.pdf (дата обращения: 25.02.2023).
2. Эверт Л.С. Интернет-зависимость у подростков Центральной Сибири: анализ распространенности и структура потребляемого контента / Л.С. Эверт, С.Ю. Терещенко, О.И. Зайцева [и др.] // Бюллетень сибирской медицины. — 2020. — № 19(4). — С. 189–197.
3. Asieieva Y. Cyber-addiction Psychoprophylaxis Program for Young Generation of Ukraine / Y. Asieieva, O. Druz, H. Kozhyna [et al.] // Amazonia Investiga. — 2021. — Vol. 10. — № 40. — P. 17-28.
4. Chun J. A Meta-Analysis of Treatment Interventions for Internet Addiction Among Korean Adolescents / J. Chun, H. Shim, S. Kim // Cyberpsychology Behav. Soc. Netw. — 2017. — Vol. 20(4). — P. 225-231.
5. Finkelhor D. Youth Internet Safety Education: Aligning Programs with the Evidence Base / D. Finkelhor, K. Walsh, L. Jones [et al.] // QUT Australia. — 2021. — Vol. 22(5). — P. 1233–1247.
6. Goldberg I. Internet Addiction Disorder / I. Goldberg // CyberPsychol. Behavior. — 1996. — № 3(4). — P. 403–412.
7. Griffiths M.D. Technological Addictions / M.D. Griffiths // Clinical Psychology Forum. — 1995. — № 76. — P. 14–19.
8. Griffiths M.D. Conceptual Issues Concerning Internet Addiction and Internet Gaming Disorder: Further Critique on Ryding and Kaye / M.D. Griffiths // Int. J. Ment Health Addiction. — 2018. — Vol. 16. — P. 233–239.
9. Jäger S. Effects of a Manualized Short-term Treatment of Internet and Computer Game Addiction (STICA): Study Protocol for a Randomized Controlled Trial / S. Jäger, K.W. Müller, C. Ruckes [et al.] // BioMed Central. — URL: <http://www.trialsjournal.com/content/13/1/43> (accessed: 15.02.2023).
10. King D.L. Toward a Consensus Definition of Pathological Video-gaming: a Systematic Review of Psychometric Assessment Tools / D.L. King, M.C. Haagsma, P.H. Delfabbro [et al.] // Clin Psychol Rev. — 2013. — № 33. — P. 331–342.
11. Kurniasanti K.S. Internet Addiction: a New Addiction? / K.S. Kurniasanti, P. Assandi, R.I. Ismail [et al.] // Medical Journal of Indonesia. — 2019. — Vol. 28. — №1. — P. 82–91.
12. Lopez-Fernandez O. Preventing Harmful Internet Use-Related Addiction Problems in Europe: A Literature Review and Policy Options / O. Lopez-Fernandez, D.J. Kuss // Int. J. Environ. Res. Public Health. — 2020. — №17. — P. 1–20.
13. Malinauskas R. Meta-analysis of Psychological Interventions for Internet/smartphone Addiction among Adolescents / R. Malinauskas, V. Malinauskiene // Journal of Behavioral Addictions. — 2019. — Vol. 8(4). — P. 613–624.
14. Romero Saletti S.M. The Effectiveness of Prevention Programs for Problematic Internet Use in Adolescents and Youths: A systematic review and meta-analysis / S.M. Romero Saletti, S. Van den Broucke, C. Chau // Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace. — DOI: 10.5817/CP2021-2-10
15. Suler J. The Online Disinhibition Effect / J. Suler // Cyber Psychology & Behavior. — DOI: 10.1089/1094931041291295.
16. Throuvala M.A. School-based Prevention for Adolescent Internet Addiction: Prevention is the Key. A Systematic Literature Review Current / M.A. Throuvala, M.D. Griffiths, M. Rennoldsonb [et al.] // Neuropharmacology. — 2019. — Vol. 17. — № 6. — P. 507–525.
17. Yang K.S. Diagnosis – Internet addiction / K.S. Yang // Mir Internet. — 2000. — № 2. — P. 24–29.
18. Чернышенко сообщил, что почти 90% населения России пользуются интернетом // ТАСС. — URL: <https://tass.ru/obschestvo/15891729> (дата обращения: 15.02.2023).
19. Рост мобильного интернета и изменение целей его использования // Федеральная служба государственной статистики. — URL: <https://rosstat.gov.ru/folder/70843/document/100659> (дата обращения: 15.02.2023).

Список литературы на английском языке / References in English

1. Rezer T.M. Problema normativno-pravovogo regulirovaniya profilaktiki kiberaddikcii v molodezhnoj srede [The Problem of Regulatory and Legal Regulation of Prevention of Cyber-Discrimination in the Youth Environment] / T.M. Rezer, P.M. Popov // CITISE. — URL: http://ma123.ru/wp-content/uploads/2021/05/Rezer-Popov_CITISE_2-2021.pdf (accessed: 25.02.2023). [in Russian]
2. Jevert L.S. Internet-zavisimost' u podrostkov Central'noj Sibiri: analiz rasprostranennosti i struktura potrebljaemogo kontenta [Internet Addiction in Adolescents of Central Siberia: an Analysis of Prevalence and Structure of Consumed Content] / L.S. Jevert, S.Ju. Tereshhenko, O.I. Zajceva [et al.] // Bjulleten' sibirskoj mediciny [Bulletin of Siberian Medicine]. — 2020. — № 19(4). — P. 189–197. [in Russian]
3. Asieieva Y. Cyber-addiction Psychoprophylaxis Program for Young Generation of Ukraine / Y. Asieieva, O. Druz, H. Kozhyna [et al.] // Amazonia Investiga. — 2021. — Vol. 10. — № 40. — P. 17-28.
4. Chun J. A Meta-Analysis of Treatment Interventions for Internet Addiction Among Korean Adolescents / J. Chun, H. Shim, S. Kim // Cyberpsychology Behav. Soc. Netw. — 2017. — Vol. 20(4). — P. 225-231.

5. Finkelhor D. Youth Internet Safety Education: Aligning Programs with the Evidence Base / D. Finkelhor, K. Walsh, L. Jones [et al.] // QUT Australia. — 2021. — Vol. 22(5). — P. 1233–1247.
6. Goldberg I. Internet Addiction Disorder / I. Goldberg // CyberPsychol. Behavior. — 1996. — № 3(4). — P. 403–412.
7. Griffiths M.D. Technological Addictions / M.D. Griffiths // Clinical Psychology Forum. — 1995. — № 76. — P. 14–19.
8. Griffiths M.D. Conceptual Issues Concerning Internet Addiction and Internet Gaming Disorder: Further Critique on Ryding and Kaye / M.D. Griffiths // Int. J. Ment Health Addiction. — 2018. — Vol. 16. — P. 233–239.
9. Jäger S. Effects of a Manualized Short-term Treatment of Internet and Computer Game Addiction (STICA): Study Protocol for a Randomized Controlled Trial / S. Jäger, K.W. Müller, C. Ruckes [et al.] // BioMed Central. — URL: <http://www.trialsjournal.com/content/13/1/43> (accessed: 15.02.2023).
10. King D.L. Toward a Consensus Definition of Pathological Video-gaming: a Systematic Review of Psychometric Assessment Tools / D.L. King, M.C. Haagsma, P.H. Delfabbro [et al.] // Clin Psychol Rev. — 2013. — № 33. — P. 331–342.
11. Kurniasanti K.S. Internet Addiction: a New Addiction? / K.S. Kurniasanti, P. Assandi, R.I. Ismail [et al.] // Medical Journal of Indonesia. — 2019. — Vol. 28. — №1. — P. 82–91.
12. Lopez-Fernandez O. Preventing Harmful Internet Use-Related Addiction Problems in Europe: A Literature Review and Policy Options / O. Lopez-Fernandez, D.J. Kuss // Int. J. Environ. Res. Public Health. — 2020. — №17. — P. 1–20.
13. Malinauskas R. Meta-analysis of Psychological Interventions for Internet/smartphone Addiction among Adolescents / R. Malinauskas, V. Malinauskiene // Journal of Behavioral Addictions. — 2019. — Vol. 8(4). — P. 613–624.
14. Romero Saletti S.M. The Effectiveness of Prevention Programs for Problematic Internet Use in Adolescents and Youths: A systematic review and meta-analysis / S.M. Romero Saletti, S. Van den Broucke, C. Chau // Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace. — DOI: 10.5817/CP2021-2-10
15. Suler J. The Online Disinhibition Effect / J. Suler // Cyber Psychology & Behavior. — DOI: 10.1089/1094931041291295.
16. Throuvala M.A. School-based Prevention for Adolescent Internet Addiction: Prevention is the Key. A Systematic Literature Review Current / M.A. Throuvala, M.D. Griffiths, M. Rennoldsonb [et al.] // Neuropharmacology. — 2019. — Vol. 17. — № 6. — P. 507–525.
17. Yang K.S. Diagnosis – Internet addiction / K.S. Yang // Mir Internet. — 2000. — № 2. — P. 24–29.
18. Chernyshenko soobshhil, chto pochni 90% naselenija Rossii pol'zujutsja internetom [Chernyshenko said that almost 90% of the Russian population use the Internet] // TASS. — URL: <https://tass.ru/obschestvo/15891729> (accessed: 15.02.2023). [in Russian]
19. Rost mobil'nogo interneta i izmenenie celej ego ispol'zovanija [Growth of Mobile Internet and Changing Purposes of its Use] // Federal'naja sluzhba gosudarstvennoj statistiki [Federal State Statistics Service]. — URL: <https://rosstat.gov.ru/folder/70843/document/100659> (accessed: 15.02.2023). [in Russian]