

## Зависимость школьников от сети Инстаграм как фактор социальной дезадаптации личности

К. П. Цицикашвили<sup>1</sup>, С. А. Кремень<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Смоленский государственный университет,  
214000, Россия, Смоленск, ул. Пржевальского, 4

### Сведения об авторах:

**Цицикашвили Ксения Павловна**

e-mail: xeniats@yandex.ru  
ORCID: 0000-0002-2550-864X  
SPIN-код РИНЦ: 7458-0086

**Кремень Сергей Анатольевич**

e-mail: skremen@yandex.ru  
ResearcherID: X-8871-2018  
ORCID: 0000-0001-6162-9986  
SPIN-код РИНЦ: 6115-0050

© Авторы (2019).

Опубликовано Российским  
государственным педагогическим  
университетом им. А. И. Герцена.

**Аннотация.** Недавние исследования показали, что частое использование социальных сетей может вызывать привыкание. Однако исследований, посвященных потенциальной зависимости от сети Инстаграм, ведущей к социальной дезадаптации школьников, практически не проводилось. Целью данного исследования было изучить проблему зависимости молодого поколения от социальных сетей и определить некоторые возможности для ее преодоления. В исследовании использовался тест К. Янг («Internet Addiction Test») в русской адаптации В. А. Лоскутовой (Буровой), методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона, а также метод контент-анализа мини-сочинений «Инстаграм в моей жизни». Исследование проводилось на базе школ г. Смоленска. Испытуемыми являлись ученики 9–11 классов школы в возрасте 15–17 лет. Все мероприятия проводились на добровольной

основе в сети Интернет. В статье показано, что зависимость от Инстаграм сказывается на социальных качествах личности, способности к коммуникации. Раскрыто, почему молодежь обращается к этой социальной сети. Авторами также выявлены и положительные стороны использования Инстаграм: расширение сети виртуальных контактов, креативность, обучение на базе этой онлайн-платформы. Это исследование вносит небольшой вклад в раздел психолого-педагогической науки, изучающей взаимосвязь между дезадаптацией личности и ее зависимостью от социальных сетей. Авторами разработан проект «Добрыня», направленный на профилактику Инстаграм-зависимости у школьников. В рекомендациях предлагаются пути решения проблемы Инстаграм-зависимости, основные на идее, что нужно учить школьников находить баланс между реальной жизнью и интернет-пространством. Систематическая работа семьи, школьных специалистов (психологов, классных руководителей), работников системы дополнительного образования по профилактике зависимости от социальных сетей является важнейшим условием по снижению уровня зависимости школьников, формированию осознанного отношения к ним. Представленные в статье материалы позволяют шире раскрыть данную проблему и привлечь к ней внимание специалистов.

**Ключевые слова:** интернет-зависимость, социальная дезадаптация, Инстаграм, школьники, социальная сеть.

# Instagram addiction in school students as a factor of social disadaptation

K. P. Tsitsikashvili<sup>1</sup>, S. A. Kremen<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Smolensk State University,  
4 Przhevalskogo St., Smolensk 214000, Russia

## Authors:

### **Tsitsikashvili Kseniya P.**

e-mail: xeniats@yandex.ru  
ORCID: 0000-0002-2550-864X  
SPIN: 7458-0086

### **Kremen Sergei A.**

e-mail: skremen@yandex.ru  
ResearcherID: X-8871-2018  
ORCID: 0000-0001-6162-9986  
SPIN: 6115-0050

## Copyright:

© The Authors (2019).  
Published by Herzen State  
Pedagogical University of Russia.

**Abstract.** Recent studies have shown that frequent use of social networking websites can be addictive. However, there have been no studies of Instagram addiction that leads to social disadaptation of school students. The purpose of this study is to investigate the issue of the social networking addiction in the younger generation and to identify some solutions. Kimberly Young's Internet Addiction Test (modified by Vitalina A. Loskutova (Burova)), UCLA Loneliness Scale by Russell and Ferguson, and the method of content analysis were used in the study. The study was conducted at Smolensk city schools. The study subjects were school students of the 9–11 grades, aged 15–17 years old (n=162). All tests were put online; participation was voluntary. The article shows that the Instagram addiction affects the social characteristics of a person, their ability to communicate. It is revealed why young people use this social network. The authors also identified the positive aspects of using Instagram such as using it as a tool to expand the network of virtual contacts, as well as engage in

creative and learning activities. This research makes a small contribution to the branch of psychology and pedagogy that studies the correlation between personality disadaptation and person's addiction to social networks. The authors developed the Dobrynya project aimed at preventing Instagram addiction among school students. All suggestions on preventing and overcoming Instagram addiction are based on the idea that school students should be taught to find a balance between the real life and the Internet. The systematic engagement of the family, school specialists (psychologists, supervising teachers) and the supplementary education system's social network addiction specialists is the primary condition for the reduction of the level of school students' addiction and for the formation of a conscious attitude to social networks. The materials presented in the article deepen the discussion on Instagram addiction and draw specialists' attention to it.

**Keywords:** Internet addiction, social disadaptation, Instagram, school students, social network.

## Введение

В последние годы во всем мире произошли значительные изменения в отношении количественного и качественного расширения Интернета, социальных сетей и количества людей, которые ими пользуются. Развитие интернет-технологий принесло много различных онлайн-приложений в жизнь людей и сделало мотивы использования Интернета все более разнообразными. В настоящее время (2019)

число пользователей интернета в мире составляет около 4333 миллиарда (56 % населения мира), а также 3463 миллиарда человек регулярно пользуются социальными сетями (Кемп 2019), включающими веб-сайты и приложения, которые позволяют пользователям, создавая профили личной информации, доступные друзьям и коллегам (Hamm et al. 2013), обмениваться контентом, идеями, мнениями, убеждениями, чувствами, а также личным, социаль-

ным и образовательным опытом, осуществлять связь на глобальном уровне. Инстаграм, Телеграм, Фейсбук, Твиттер, Скайп, ВотсАп, Вайбер являются одними из самых популярных и часто используемых виртуальных социальных сетей.

Появление новых интернет-технологий, помимо предоставления широких возможностей в образовании и повышении качества глобальных коммуникаций, создало ряд угроз, которые могут иметь негативные последствия на индивидуальном и социальном уровнях. Появившаяся в последнее время проблема интернет-зависимости стала популярной темой для исследователей в области поведенческих зависимостей. В ряде работ (Griffiths 1999; Young 1996 и др.) подчеркивалось, что зависимость от интернета близка к зависимости от наркотиков или алкоголя и может оказывать негативное влияние на жизнь людей. В отечественной науке разработки по данной проблеме начали появляться лишь с 2000-х годов. А. Е. Войскунский обобщил опыт западных ученых и также описал критерии интернет-зависимости, в работах Н. А. Цой описаны условия развития этой зависимости, а А. Е. Жичкина разработала тест по выявлению интернет-зависимости. В целом, зависимость от социальных сетей классифицируется как форма зависимости от кибер-отношений (Сан, Кауа 2016).

Популярность социальных сетей быстро растет, и большинство пользователей интернета являются активными участниками социальных сетей. В этой связи, «жизнь» в интернет-сетях стала новой формой зависимости. В работе Кусс (Kuss) и Гриффитс (Griffiths) (2017) отмечается, что чрезмерное использование социальных сетей связано с психологическими, физиологическими и социальными факторами, такими как депрессия, одиночество, проблемы со сном, снижение психологического благополучия, более низкая удовлетворенность жизнью и ослабление социальных связей. Под интернет-зависимостью понимается психическое расстройство, в ходе которого наблюдается

постоянное желание «быть» в интернете и социальных сетях (Чистая 2014), стойкое нежелание сократить использование электронных устройств, сопровождающееся негативной реакцией при отсутствии доступа к сети (Войскунский 2000), изменение поведения и социальная жизнь пользователя, игнорирование реальных проблем жизни, пренебрежение собой, колебания настроения, сокрытие аддиктивного поведения и наличие психических проблем (Azizi, Seyyed Mohsen et al. 2019), снижение социальной и профессиональной активности в жизни вне интернета (Жичкина 2004).

Особую озабоченность вызывает зависимость школьников, являющихся одними из самых частых пользователей виртуального мира и социальных сетей, которая, в свою очередь, может привести к социальной дезадаптации личности – «несоответствию и не усвоению социальных норм и правил, несформированности социально значимых качеств, препятствующих успешному приспособлению к условиям социальной среды» (Винокуров 2012), неспособности ребенка коммуницировать с окружающими, выстраивать дружеские отношения со сверстниками, а также побуждает к агрессивным реакциям на различные происшествия и к антисоциальному поведению в целом.

В рамках проблемы изучения интернет-зависимости нами была выбрана социальная сеть Инстаграм, помогающая своим пользователям редактировать и загружать фотографии и видео, получать комментарии и «лайки» от других, следить за профилями других, осуществлять прямые трансляции. Эти функции могут приводить к чрезмерно частой проверке количества уведомлений (посредством лайков и комментариев) для загруженных собственных фотографий и видео, высокому вниманию профилей других пользователей, а также обмен фотографиями и видео (Kircaburun, Griffiths 2018).

При зависимости от социальной сети Инстаграм преобладают такие виды пси-

психологической защиты, как замещение, застенчивость и компенсация (Степанов 2015). Дети становятся закрытыми, не стремятся к общению, не склонны к дружелюбию, открытости. Однако на самом деле именно постоянные пользователи сети Инстаграм имеют достаточно большую потребность в общении, которое не может реализовать социальная сеть (Короленко 2013). Шелдон (Sheldon) и Брайант (Bryant) (2016) отмечают, что пользователи Инстаграм в основном удовлетворяют свои потребности в саморекламе, слежке и документировании, а не в общении с другими. Кроме того, у них часто низкая самооценка, которую они надеются повысить, получая положительную обратную связь, они недовольны своей внешностью, поступками и собой в целом. Дети-завсегдатаи этой социальной сети склонны к романтизму, артистичности и художественности восприятия мира (Мунтян 2014). Все перечисленное приводит к проблемам не только с общением, но и с учебной деятельностью: ребенок все время проводит в виртуальном мире, что еще больше усугубляет конфликт между ним и обществом. Другими словами, изучение психологических особенностей Инстаграм-зависимости в рамках проблемы социальной дезадаптации у школьников является актуальным.

### **Цели и задачи исследования**

Предположение насчет того, что у детей, которые проводят много времени в сети Инстаграм, развивается социальная дезадаптация, легло в основу нашего исследования. Целью данной работы является выявление взаимосвязи зависимости школьников от сети Инстаграм и социальной дезадаптации личности. Авторами исследования поставлены следующие задачи: 1) изучение степени зависимости школьников от сети Инстаграм и уровня социальной дезадаптации; 2) выявление связи между «чувством одиночества» и Инстаграм-зависимостью; 3) создание рекомендаций по решению данной проблемы.

### **Материалы и методы исследования**

*Методы исследования.* В процессе исследования были использованы следующие методы: контент-анализ мини-сочинения «Инстаграм в моей жизни», позволивший выявить непосредственное отношение детей к данной социальной сети. И диагностические методики: тест К. Янг («Internet Addiction Test») в русской адаптации В. А. Лоскутовой (Буровой), способный выявить степень зависимости детей от сети Инстаграм, а также методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона, удобная тем, что ее можно использовать только когда человек сам осознает свое одиночество, а дети старших классов уже склонны к рефлексии. Данная методика помогла выяснить, насколько школьники ощущают себя одинокими, желают общения, что при анализе данных позволяет выявить признаки социальной дезадаптации. Кроме того, обозначенные тесты имели преимущества в применении в силу их краткости, простоты, а, соответственно, удобстве при выполнении онлайн. Написание мини-сочинений проводилось на базе школ, во внеучебное время.

*Выборка.* Опытной-экспериментальной базой исследования являлись школы г. Смоленска. В нем приняли участие старшеклассники 15–17 лет школ г. Смоленска (n=162). Отбор испытуемых осуществлялся путем целенаправленной выборки – ученики 9–11 классов обоих полов: 64 мальчика и 98 девочек. Все мероприятия проводились на добровольной основе в сети интернет.

### **Результаты исследования и их обсуждение**

Исследование показало, что у 82 % респондентов в той или иной степени наблюдается зависимость от сети Инстаграм. Тест Янг позволил выявить, что у 39 % респондентов (20–49 баллов) отсутствует аддикция к использованию интернета, у

51 % процента опрошенных присутствуют начальные признаки зависимости (50–79 баллов), а у 10 % показатели достаточно высоки (80–100 баллов), причем среди них у 2 % опрошенных показатели достигают максимального значения (100 баллов), что свидетельствует об интернет-зависимости. Дети пытаются уйти от проблем (65 %), «стать другой личностью» (78 %), повысить уверенность в себе (54 %), что указывает на превалирование таких типов психологической защиты, как замещение и компенсация. Многие школьники чувствуют себя одиночками (71 %), не идут на контакт со сверстниками, больше углубляются в интернет (58 %).

После поведения теста были выделены следующие группы респондентов:

Группа **А** – высокий уровень зависимости (18 человек);

Группа **В** – средний уровень зависимости (80 человек);

Группа **С** – низкий уровень зависимости (64 человека).

Методика Рассела-Фергюсона позволила выявить, что у 52 % опрошенных наблюдается средняя степень одиночества (20–40 баллов), у 27 % – низкая степень (0–20 баллов) и высокая степень (40–60 баллов) у 12 %, а у 9 % опрошенных – максимальное значение показателя (60 баллов). Так, было выяснено, что дети в силу своей незрелости, чтобы уйти от негативных эмоций, от одиночества еще больше «углубляются» в социальную сеть, где они могут быть, кем хотят.

Причем у группы **А** было набрано от 48 до 60 баллов; у группы **В** – от 28 до 40 баллов; у группы **С** – от 4 до 19 баллов, что указывает на прямую взаимосвязь между чувством одиночества и зависимостью от сети Инстаграм.

В ходе анализа сочинений методом контент-анализа было выявлено, что зависимость сказывается на таких психологических качествах личности, как целеустремленность, общительность, открытость, инициативность, дружелюбие, стремление к общению, коммуникабельность, тер-

пимость, замещение объективной реальности виртуальной. Школьники «не стремятся дружить» (71 %), общаться «вживую» (68 %), обмениваться новостями вне сети (47 %). Было отмечено, что многие респонденты чувствуют себя «подавленными», «покинутыми», ненужными, «одиночками» в реальной жизни. Большинство детей указало, что активно использовать сеть Инстаграм они начали в старших классах (48 %). 45 % опрошенных отметили, что проводят в данной сети «несколько часов», 29 % – «довольно мало», 18 % – «много». Когда же нет возможности выхода в Инстаграм, 49 % признались, что чувствуют «раздражение», «беспокойство», «становятся вспыльчивыми», но «эти симптомы проходят при подключении к интернету». Но среди них только 22 % поддаются таким эмоциям, а 26 % респондентов спокойно относятся к такой ситуации.

Большинство респондентов отметили, что проводят время в сети Инстаграм в ущерб сну (52 %), а 38 % делают такое достаточно редко. Школьники отмечали, что «проводят в Инстаграм гораздо больше времени, чем кажется им самим». Так, около 58 % признались, что при выполнении домашнего задания часто отвлекаются на данную социальную сеть, но, в то же время, 42 % «вообще стараются не использовать ее при подготовке к школе (урокам)».

Причем группа респондентов с зависимостью утверждают, что с трудом представляют отсутствие Инстаграма в их жизни (17 %). В то время как группа детей без интернет-зависимости отмечает, что «жить без Инстаграма можно, но скучно» (59 %), а также то, что «смогли бы жить без использования данной сети» (24 %).

Что касается взаимосвязи между социальной дезадаптацией и Инстаграм-зависимостью, то представители группы **А** наиболее часто упоминали о виртуальной жизни, «в которой они могли вести себя как хотят» (12 %). Сочинения же школьников групп **В** и **С** практически не различа-

лись. В группе С чаще упоминалось «эстетическая роль Инстаграма», появление благодаря ему вдохновения и т. д. В то время как не все ребята из группы В смогли объяснить саму цель использования этой сети.

Таким образом, стоит отметить, что результаты, полученные в ходе исследования, доказывают, что предположение, сформулированное выше, было подтверждено.

### **Выводы и рекомендации**

Полученные в ходе исследования данные свидетельствуют о наличии зависимости между аддикцией к Инстаграм и социальной дезадаптацией школьников. Дети пытаются уйти от проблем, «стать другой личностью», повысить уверенность в себе, что указывает на превалирование таких типов психологической защиты, как замещение и компенсация. Многие школьники чувствуют себя одинокими, не идут на контакт со сверстниками, больше углубляются в интернет в целом и сеть Инстаграм, в частности.

Однако нельзя не отметить и некоторые положительные моменты, связанные с ней: например, развитие креативности, использование Инстаграм как онлайн платформы для обучения, расширение сети виртуальных контактов.

В дальнейшем, для более детального понимания данной проблемы, мы считаем необходимым провести дополнительные исследования, позволяющие выявить причинно-следственные связи между полом школьника и Инстаграм-зависимостью, зависимостью от социальных сетей и успеваемостью, используя более глубокие качественные методы, такие как интервью.

Авторами предлагается проект «Добрыйня», направленный на профилактику Инстаграм-зависимости у школьников. Разработанный проект включает три основных блока: образовательный, социально-психологический и культурно-досуговый.

1. *Образовательный блок.* Учителя объясняют школьникам о вреде частого использования социальных сетей, дают рекомендации по минимизированию проведенного в Инстаграм времени; также осуществляется активная профориентационная работа, направленная на возвращение учеников к реальности. Рекомендация учителями образовательных профилей в сети Инстаграм, которым, ребенок может, конечно, пропустить, но, по крайней мере, самой первой информацией при входе в приложение будут данные, имеющие практическую значимость. Рекомендация родителям учеников по установке специальных программ, лимитирующих время, проведенное в интернете или конкретной социальной сети. Так, ребенку будет разрешено использовать сеть, но в разумных количествах.

2. *Социально-психологический блок.* Целью является создание доверительных отношений в классе; осуществление поддержки ученикам, помощь в преодолении закрытости, тревоги, депрессии; формирование стрессоустойчивости, положительной оценки о себе и окружающих. Информирование и вовлечение родителей в социальную жизнь детей, в том числе в виртуальном пространстве, а также развитие непосредственных межличностных отношений, установившихся в сетевом общении. Проведение тренингов общения с учениками и самими учениками (например, для младших школьников), обсуждения на различные темы под руководством учителя. Контроль родители и учителей за тем, что «выставляют» школьники, анализ материала с целью выявления «одиноких» детей.

3. *Культурно-досуговый блок.* Посещение музеев, театров, выставок с целью отвлечь детей от «выдуманного» мира, дальнейшее обсуждение увиденного/просмотренного. Разработка собственной Инстаграм-профиля класса, обсуждение публикаций, касающихся жизни классного коллектива, что поможет сплотить детей, укрепить командный дух, раскрыть ребенка как творческую личность.

В результате исследования можно утверждать, что систематическая работа семьи, школьных специалистов (психологов, классных руководителей), работников системы дополнительного образования по профилактике зависимости от социальных сетей является важнейшим условием

по снижению уровня зависимости школьников, формированию осознанного отношения к ним должна стать одним из приоритетных направлений в сфере современного образования.

## Литература

- Винокуров, Л. Н. (2012) Причины и коррекция школьной дезадаптации. Народное образование, № 2, с. 253–263.
- Войскунский, А. Е. (2000) Феномен зависимости от Интернета. В кн.: Войскунский, А. Е. (ред) *Гуманитарные исследования в Интернете*. М.: Можайск-Терра, с. 100–131.
- Жичкина, А. Е. (2004) *Социально-психологические аспекты общения в Интернете*. М.: Дашков и Ко., 117 с.
- Короленко, Ц. П., Дмитриева, Н. В. (2013) *Психосоциальная аддиктология*. Новосибирск: Олсиб, 151 с.
- Мунтян, П. (2005) Вид компьютерной аддикции: зависимость от компьютерных игр. В кн.: Сельченко, К. В. (сост.) *Психология зависимости: Хрестоматия*. Минск: Харвест, с. 143–151.
- Степанов, Р. Ю. (2015) Патологическая зависимость от компьютера или интернета. В кн.: *Материалы Всероссийской 74-й итоговой студенческой конференции им. Н. И. Пирогова*. Томск: СГМУ, с. 138–141.
- Цой, Н. А. (2011) Низкий самоконтроль как один из детерминирующих социальных факторов феномена интернет-зависимости. *Журнал социологии и социальной антропологии*. Т. XIV, №4 (57), с. 72–85.
- Чистая, А. (2008) Интернет-зависимость – Болезнь XXI века. *Минская школа сегодня*, № 6, с. 22–27.
- Янг, К. (2000). Диагноз – интернет-зависимость. *Мир Интернет*, № 2, с. 24–29.
- Azizi, S. M. et al. (2019) The relationship between social networking addiction and academic performance in Iranian students of medical sciences: a cross-sectional study. *BMC Psychology*, vol. 7 (28), pp. 1–8. DOI: 10.1186/s40359-019-0305-0
- Can, L., Kaya, N. (2016). Social Networking Sites Addiction and the Effect of Attitude towards Social Network Advertising. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, vol. 235, pp. 484–492. DOI: 10.1016/j.sbspro.2016.11.059
- Griffiths, M. (1999) Internet addiction: Fact or fiction? *Psychologist*, vol. 12(5), pp. 246–250.
- Hamm, M. P., Chisholm, A., Shulhan, J., Milne, A., Scott, S. D., Given, L. M., Hartling, L. (2013) Social media use among patients and caregivers: A scoping review. *BMJ Open*, vol. 3(5), pp.1–9. DOI: 10.1136/bmjopen-2013-002819
- Kemp, S. (2019) Global social media users pass 3.5 billion. *WeAreSocial*. [Online]. Available at: <https://wearesocial.com/blog/2019/07/global-social-media-users-pass-3-5-billion> (assessed 05.09.2019)
- Kircaburun, K., Griffiths, M. D. (2018) Instagram addiction and the Big Five of personality: The mediating role of self-liking. *Journal of Behavioral Addictions*, vol. 7 (1), pp. 158–170. DOI: 10.1556/2006.7.2018
- Kuss, D. J., Griffiths, M. D. (2017) Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 14 (3), p. 311. DOI: 10.3390/ijerph14030311

- Sheldon, P., Bryant, K. (2016) Instagram: Motives for its use and relationship to narcissism and contextual age. *Computers in Human Behavior*, vol. 58, pp. 89–97. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.12.059>
- Young, K. (1996) Psychology of computer use: XL. Addictive use of the Internet: A case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*, vol. 79 (3), pp. 899–902. DOI:10.2466/pr0.1996.79.3.899

## References

- Azizi, S. M. et al. (2019) The relationship between social networking addiction and academic performance in Iranian students of medical sciences: a cross-sectional study. *BMC Psychology*, vol. 7(28), pp. 1–8. DOI: 10.1186/s40359-019-0305-0 (In English)
- Can, L., Kaya, N. (2016). Social Networking Sites Addiction and the Effect of Attitude towards Social Network Advertising. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, vol. 235, pp. 484–492. DOI: 10.1016/j.sbspro.2016.11.059 (In English)
- Chistaya, A. (2008) Internet-zavisimost' – Bolezn' XXI veka [Internet Addiction –Disease of XXI Century]. *Minskaya shkola segodnya [Minsk school today]*, no. 6, pp. 22–27. (In Russian)
- Griffiths, M. (1999). *Internet addiction: Fact or fiction?* *Psychologist*, volume 12(5), pp. 246–250. (In English)
- Hamm, M. P., Chisholm, A., Shulhan, J., Milne, A., Scott, S. D., Given, L. M., Hartling, L. (2013) Social media use among patients and caregivers: A scoping review. *BMJ Open*, vol. 3 (5), pp.1–9. DOI: 10.1136/bmjopen-2013-002819 (In English)
- Kemp, S. (2019) Global social media users pass 3.5 billion. *WeAreSocial*. [Online]. Available at: <https://wearesocial.com/blog/2019/07/global-social-media-users-pass-3-5-billion> (assessed 05.09.2019). (In English)
- Kircaburun, K., Griffiths, M. D. (2018) Instagram addiction and the Big Five of personality: The mediating role of self-liking. *Journal of Behavioral Addictions*, vol. 7(1), pp. 158–70. DOI: 10.1556/2006.7.2018. (In English)
- Korolenko, T. P., Dmitrieva, N. V. (2013) *Psikhosotsial'naya addiktologiya [Psychosocial Addictology]*. Novosibirsk: Olsib Publ, 151 p. (In Russian)
- Kuss, D. J., Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 14 (3), p. 311. DOI: 10.3390/ijerph14030311 (In English)
- Muntyan, P. (2005) Vid komp'yuternoi addiksii: zavisimost' ot komp'yuternykh igr [Type of computer addiction: dependence on computer games]. In: Sel'chenok, K. V. (comp.) *Psikhologiya zavisimosti: Khrestomatiya [Psychology of addiction: a reader]*. Minsk: Harvest, pp. 143–151. (In Russian)
- Sheldon, P., Bryant, K. (2016) Instagram: Motives for its use and relationship to narcissism and contextual age. *Computers in Human Behavior*, vol. 58, pp. 89–97. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.12.059> (In English)
- Stepanov, R. Y. (2015) Patologicheskaya zavisimost' ot komp'yutera ili interneta. [Pathological dependence on a computer or the Internet.]. In: *Materialy Vserossiyskoi 74-i itogovoi studencheskoi konferentsii im. N. I. Pirogova [Proceedings of the 74th Russian final student conference devoted to N. I. Pirogov]*, Tomsk: SGMU Publ., pp. 138–141. (In Russian)
- Tsoi, N. A. (2011) Nizkii samokontrol' kak odin iz determiniruyushchikh sotsial'nykh faktorov fenomena internet-zavisimosti. [Low self-control as one of the determining social factors of the phenomenon of Internet addiction]. *Zhurnal sotsiologii i sotsial'noi antropologii [Journal of sociology and social anthropology]*, vol. XIV, no. 4 (57), pp. 72–85. (In Russian)
- Vinokurov, L. N. (2012) Prichiny i korrektsiya shkol'noi dezadaptatsii [Causes and correction of school deadaptation]. *Narodnoe obrazovanie [Public education]*, no. 2, pp. 253–263. (In Russian)



- Voiskunskiy, A. E. (2000) Fenomen zavisimosti ot Interneta [Internet addiction phenomenon]. In: Voiskunskiy, A. E. (ed.) *Gumanitarnye issledovaniya v Internete [Humanitarian studies on the Internet]*. M.: Mozhaisk-Terra, pp. 100–131. (In Russian)
- Young, K. (2000). Diagnost – internet-zavisimost [Diagnosis is Internet addiction]. *Mir Internet [Internet world]*, no. 2, pp. 24–29. (In Russian)
- Young, K. (1996) Psychology of computer use: XL. Addictive use of the Internet: A case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*, vol. 79 (3), pp. 899–902. DOI:10.2466/pr0.1996.79.3.899 (In English)
- Zhichkina, A. E. (2004) *Sotsial'no-psikhologicheskie aspekty obshcheniya v Internete. [Socio-psychological aspects of communication on the Internet]*. M.: Dashkov i Ko Publ., 117 p. (In Russian)