

Особенности совладающего поведения младших подростков с разной выраженностью интернет-зависимости в трудной учебной ситуации

О. А. Москвитина¹, З. З. Жамбеева¹, М. К. Кабардов¹

¹ Психологический институт Российской академии образования
125009, Россия, г. Москва, ул. Моховая, д. 9/4

Сведения об авторах:

Ольга Александровна Москвитина

e-mail: mskvnlg@yandex.ru

SPIN-код РИНЦ: 7681-5770

ResearcherID: A-7882-2014

ORCID: 0000-0001-6717-3983

Зарема Залимхановна Жамбеева

e-mail: zarema-z@mail.ru

SPIN-код РИНЦ: 2372-9448

Мухамед Каншобиевич Кабардов

e-mail: kabardov@mail.ru

Финансирование: исследование выполнено при финансовой поддержке Российского фонда фундаментальных исследований, проект № 19-29-14177мк.

© Авторы (2020).

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

Аннотация. В статье рассматриваются основные теоретические подходы к особенностям Интернет-зависимости в условиях цифровизации экономики, в частности, системы образования. В силу системной цифровизации и виртуализации современной жизнедеятельности пребывание в Интернет-пространстве, использование мобильной техники и цифровых технологий подспудно делает «законным» и вынужденным некоторые проявления зависимости от виртуальности пространства в силу того, что такое поведение становится социально желательным, совмещаясь с трудоголизмом, который является саморазрушающим поведением, однако не наблюдается социально значимых и масштабных мероприятий по преодолению этого недуга. В младшем подростковом возрасте начинает формироваться совладающее поведение, понимаемое как осознанные усилия личности по преодолению трудной ситуации. В этом же возрасте подростки начинают проявлять особенный интерес к общностям сверстников, с одной стороны, и к самопознанию – с другой. Реализация этих возрастных особенностей находит благодатную почву в социальных сетях и в пространстве Интернета. Возникает опасность чрезмерного вовлечения в Интернет-пространство.

В учебной деятельности современного школьника, пользующегося виртуальными технологиями, может возникать противоречие между реальными требованиями натурального мира и теми возможностями, которые даёт цифровая среда. Вопрос с особенностями представления о том, как нужно и как можно преодолевать трудности, и тем, как эти трудности преодолевать хочется (имея технологическую возможность для этого), остаётся открытым. Проведённое исследование показало то, что и минимальный риск возникновения Интернет-зависимого поведения, и склонность к Интернет-зависимому поведению связаны с представлением о конкретных шагах по совладанию с трудной учебной ситуацией на уроке, по сути, представлением о технологии этого процесса. Это даёт основания полагать, что для младших подростков важно не только иметь представления о том, как надо себя вести в трудной ситуации на уроке, но иметь практику применения этих представлений, которые должны быть для определённых школьных событий превращены в чёткий отработанный алгоритм действий.

Ключевые слова: младшие подростки, цифровизация, Интернет-зависимость, совладающее поведение, трудные учебные ситуации.

Coping behaviour of young teenagers with different severity of Internet addiction in a difficult learning situation

O. A. Moskvitina¹, Z. Z. Zambeeva¹, M. K. Kabardov²

¹ Psychological Institute of the Russian Academy of Education
9/4 Mokhovaya Str., Moscow 125009, Russia

Authors:

Olga A. Moskvitina

e-mail: mskvn-lg@yandex.ru

SPIN: 7681-5770

ResearcherID: A-7882-2014

ORCID: 0000-0001-6717-3983

Zarema Z. Zambeeva

e-mail: zarema-z@mail.ru

SPIN: 2372-9448

Mukhamed K. Kabardov

e-mail: kabardov@mail.ru

Funding: this research was funded by the Russian Foundation for Basic Research, project no. 19-29-14177МК.

Copyright:

© The Authors (2020).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Abstract. This article discusses main theoretical approaches to Internet addiction in the context of digital transformation of the economy, in particular, in the education system. Due to the systematic digitalisation and virtualisation of modern life, one's presence on the Internet and certain manifestations of Internet addiction are implicitly validated and enforced as a socially desirable behaviour along with workaholism. This is a self-destructive behaviour; however, there are no socially significant large-scale preventive measures against it. Coping behaviour understood as a conscious effort of the individual to overcome a difficult situation starts to form in early adolescence. At the same age, teenagers begin to show a special interest in both peer communities and self-knowledge. These age-related needs are actively satisfied with social networks and the Internet, leading to the risk of excessive Internet immersion. A modern student who uses virtual technologies may face a contradiction between the real requirements of the natural world and the opportunities provided by the digital environment. The question about the contradiction between the possible ways to overcome difficulties and the desirable ways to overcome them (having the technological capability to do so) remains open. The study showed that both the minimal risk to acquire Internet addiction and the tendency to engage in addictive behaviour are associated with the specific coping

strategies that students use when faced with a difficult learning situation in the classroom and their notion of these strategies. Therefore, we believe that it is important for younger teenagers not only to have ideas about how to behave in a difficult learning situation, but also to have practical experience in applying these ideas, which should be turned into a clear algorithm for certain school situations.

Keywords: younger teenagers, digital transformation, Internet addiction, coping behaviour, difficult learning situations.

Введение

К концу XX века стало понятно, что научно-техническая революция и научно-технический прогресс не является абсолютным благом, как предполагалось ранее. В. В. Налимов указывал на то, что научно-технический прогресс представляет собой «нескончаемое покорение природы, отчуждение от неё, подчинение её

всё возрастающим нуждам человека» (Налимов 1993, 10). Сегодня, на очередном витке этого прогресса, учёные ставят вопрос о том, что «цифровые средства информации и коммуникации в перспективе наносят нашему духу колоссальный вред» (Шпитцер 2014, 224). И в этом рассуждении слово «перспектива» является ключевым. Проблема Интернет-зависимого по-

ведения в Западном мире стала осознаваться как явление, требующее пристального внимания, в 80–90-х годах XX века (Wallis 1997). В России это произошло в первой декаде XXI века, в частности, ознаменовавшись в 2009 году проведением под руководством А. Е. Войскунского симпозиума, посвященного психологической природе и динамике развития Интернет-зависимости.

Возникшая виртуальная информационная среда спровоцировала новый вид аддикции – компьютерную зависимость. Признаками компьютерной зависимости являются психическое влечение, утрата контроля, развитие симптомов астении и депрессии при вынужденном отлучении от игры, ложь, семейные конфликты и проблемы с обучением (Худяков, Урсу, Старченкова 2015); увеличение количества времени, проводимого за компьютером; повышения возбуждения; нарастающие отрицательные эмоции вне компьютера; безответственность, невыполнение школьных и домашних обязанностей и т. п. (Короленко, Дмитриева 2001).

В настоящий момент нет единого однозначного мнения относительно пребывания подростков в Интернет-пространстве: часть авторов относит эту деятельность к аддиктивному поведению (Тазетдинова 2018), которое оказывает отрицательное влияние, другие исследователи считают, что виртуальное пространство является частью общего жизненного пространства, в котором подростки находят самовыражение и решают задачи подросткового возраста (Петрова, Шаповаленко 2014; Савинская, Шоташвили 2013; Степанцева 2007).

Особенность виртуализации жизни человека сегодня, в отличие от прошлых лет, заключается в том, что, во-первых, использование Интернет-пространства и гаджетов стало массовым из-за технологизации и цифровизации повседневности, наш современник вынужден находиться параллельно в двух социальных средах – в материальной реальности и информационной реальности (Плешаков 2014), и, во-вторых,

содержание информационного пространства многократно расширилось и перестало охватывать только новости, сферу общения и развлечений или использоваться профессионалами в своей работе, но, фактически, стало обязательной частью жизни всех, включая детей школьного и дошкольного возраста, в силу системной цифровизации образования (Евзрезов, Майер 2014а; 2014b; Коллер 2019; Крылова, Антропова, Левашов 2019; Четверикова 2019; Никуленков 2020). Основной задачей современной цифровой экономики является минимизация времени между возникновением потребности, связанной с достижением цели, и её (этой потребности) удовлетворением (Бондаренко 2017). Такое сокращение времени предполагает и уменьшение, а то и исчезновение необходимости преодолевать трудности.

Однако трудности являются не только необходимостью для физического выживания человека как индивида, но намеренное их создание и преодоление связано с обучением и развитием интеллекта, творчества, а также с конструктивным отношением к жизни или дезадаптации, например, в диаде «учитель – ученик»; напротив, отсутствие ощутимых трудностей может стать в будущем залогом возникновения значительных проблем (Поддъяков 2008). Зачастую люди сами создают себе трудности, бросая вызов своим возможностям ради самоиспытания и самопознания, самокоррекции и саморазвития (Соболевская 2018). Но в школе, в процессе получения образования, учащиеся связывают свои трудные учебные ситуации со своим незнанием материала, неготовностью к уроку; с непониманием материала, в частности, с непониманием объяснения учителя, с опросом на уроке или с контрольной работой, с трудностями взаимодействия с другими людьми — учителями, одноклассниками, или же с трудностями, связанными с конкретными заданиями (Москвитина 2020).

Данное исследование не включает в себя трудности, которые возможны

в условиях цифрового обучения. Но в повседневной жизни взрослые люди жалуются на медленную работу компьютеров и гаджетов, обеспокоены настройками их безопасности, жалуются на ошибки операционной системы или некорректную работу программ и мультимедиа (Жуков 2020). Доступность цифровой среды свело процесс переработки информации и представления для отчёта ученических и студенческих работ к «copy & paste» (Щелкунов, Николаева 2009). Таким образом, происходит перестройка учебной деятельности и, как следствие, изменение трудностей, с которыми будут встречаться или уже встречаются школьники, и способов совладания с ними.

Проблема данного исследования заключается в выявлении особенностей представлений младших подростков с разной выраженностью Интернет-зависимости о своём совладании с трудными учебными ситуациями.

Материалы и методы

Целью пилотажного исследования стало выявление внутри однородной вы-

борки из 33 респондентов младшего подросткового возраста 11–12 лет ($SD=11,7$), жителей крупного подмосковного города, групп младших подростков с разным уровнем проявления Интернет-зависимого поведения и определения особенностей их представлений о собственных способах совладающего поведения в трудных учебных ситуациях. Были использованы метод опроса с помощью следующие методики: шкалы интернет-зависимости Чена (Малыгин 2011) и «Как я себя веду в трудной ситуации на уроке» (Москвитина 2018). С помощью шкалы Чена младшие подростки были поделены на три подгруппы интернет зависимого поведения по степени риска Интернет-зависимости.

Результаты и их обсуждение

В результате проведенного корреляционного анализа Спирмена в группе младших подростков были выявлены связи, как положительные, так и отрицательные, между шкалами Интернет-зависимости и особенностями совладающего поведения младших подростков в трудной учебной ситуации (см. таблицу 1).

Таблица 1. Корреляционные взаимосвязи шкал интернет зависимости и способов совладающего поведения в трудных учебных ситуациях ($n=29$)

Шкалы Интернет-зависимости Чена	Способы совладающего поведения в трудных учебных ситуациях	
	Зрелость	Позиция
1. Компulsive симптомы	-,583**	
2. Симптомы отмены	-,500**	,597**
	Подход	Зрелость
4. Внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем	-,586**	-,566**
5. Проблемы с управлением временем	-,505**	-,471**

Примечание: ** – корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя)

Итак, наиболее сильные взаимосвязи были выявлены между такими шкалами Интернет-зависимости и способами совладающего поведения, как:

– компulsive симптомы и «зрелость» ($-0,583$, $p<0,001$): следовательно, чем больше и чаще проявляется компуль-

сивность, тем меньшую зрелость проявляет младший подросток в выборе способа поведения в трудной ситуации на уроке; шкала «Зрелость» («Трудное задание, сложный урок вдохновляет и радует меня») предполагает более конструктивное совладающее поведения

на уроке, компульсия проявляется в постоянной тревоге, что исчезнет Интернет, дети не способны сосредоточиться на важном вопросе и принять решение;

– симптом отмены и «осознание» (-0,500, $p < 0,006$), находятся в отрицательном соотношении: для высокого показателя симптома отмены характерны ухудшение настроения, раздражительность, нарушения сна, а осознанность при выборе совладающего поведения «Я знаю, что учиться не просто и надо прикладывать усилия для того, чтобы получать новые знания» будет подавляться.

– симптом отмены и «позиция» имеют корреляцию со знаком плюс (0,597, $p < 0,001$): «позиция» («Добиваются хороших отметок, вызывая к себе жалость учителя – это не мой способ») – это некая убежденность, угол зрения, что надо делать так, а не иначе; положительная корреляция в данном случае, возможно, объясняется причинно-следственной связью между данными шкалами, учитывая, что симптом отмены возникает, когда ученик в какой-то момент решает не пользоваться

гаджетами, не заходить в Интернет, а это есть изменение позиции, отношения, проявление стойкости.

Психологические аспекты зависимости, критерии негативных последствий использования интернета «Внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем» и «Проблемы с управлением временем» имеют связи отрицательные с совладающим поведением «Подход» (-0,586, $p < 0,001$), (-0,505, $p < 0,005$) («Я считаю, что нужно не откладывать на потом проблемы с уроками, а решать их») и «Зрелость» (-0,566, $p < 0,001$), (-0,471, $p < 0,001$) («Трудное задание, сложный урок вдохновляет и радует меня»). Стратегия «Подход» предполагает способ действия на поведенческом уровне, которое снимает остроту трудной ситуации на уроке. Таким образом, если ребёнок бездействует, то это приводит к нехватке времени, напряжённому состоянию и личностным проблемам. Вероятно, с этим связаны и групповые различия по «Подходу» в группах с минимальным риском и склонностью к возникновению интернет зависимо поведения (см. таблицу 2).

Таблица 2. Статистическая оценка различий двух независимых групп с минимальным риском возникновения интернет-зависимого поведения и склонностью к возникновению интернет зависимо поведения по способам совладающего поведения в трудных учебных ситуациях

<i>Способы совладающего поведения в трудных учебных ситуациях</i>	<i>Группа №1 Минимальный риск возникновения интернет зависимо поведения (n=10)</i>	<i>Группа №2 Склонность к возникновению интернет зависимо поведения (n=10)</i>	<i>U- критерий</i>	<i>P</i>
Подход	131,000	79,000	24,000	0,049

Выводы

Проведённое исследование показало то, что и минимальный риск возникновения Интернет-зависимого поведения, и склонность к Интернет-зависимому поведению связаны с представлением о конкретных шагах по совладанию с трудной учебной ситуацией на уроке, по сути, с представлением о технологии этого процесса. Это

даёт основания полагать, что для младших подростков важно не только иметь представления о том, как надо себя вести в трудной ситуации на уроке, но иметь практику применения этих представлений, которые должны быть для определённых школьных событий превращены в чёткий отработанный алгоритм действий.

Литература

- Бондаренко, В. М. (2017) Мировоззренческий подход к формированию, развитию и реализации «цифровой экономики». *Современные информационные технологии и ИТ-образование*, т. 13, № 1, с. 237–251.
- Евзрезов, Д. В., Майер, Б. О. (2014а) «Образование 2030» – вызов системе образования. 1. Форсайт образования – план создания «людей одной кнопки»? *Вестник Новосибирского государственного педагогического университета*, № 2 (18), с. 118–132. DOI: 10.15293/2226-3365.1402.11
- Евзрезов, Д. В., Майер, Б. О. (2014б) «Образование 2030» – вызов системе образования. 3. Смена государственного образования на частное элитарное? *Вестник Новосибирского государственного педагогического университета*, № 2 (18), с. 150–161. DOI: 10.15293/2226-3365.1402.13
- Жуков, С. (2020) *Названы проблемы, с которыми сталкиваются пользователи гаджетов*. [Электронный ресурс]. URL: <https://rg.ru/2020/04/21/reg-cfo/nazvany-problemy-s-kotorymi-stalkivaiutsia-polzovately-gadzhetrov.html> 2/3 (дата обращения 01.10.2020).
- Коллер, Д. (2019) *Чему нас учит онлайн-образование?* [Электронный ресурс]. URL: https://www.ted.com/talks/daphne_koller_what_we_re_learning_from_online_education/transcript?language=ru (дата обращения 20.07.2020).
- Короленко, Ц. П., Дмитриева, Н. В. (2001) *Психосоциальная аддиктология*. Новосибирск: Олсиб, 251 с.
- Крылова, Н. П., Антропова, Л. В., Левашов, Е. Н. (2019) Влияние организационных, экономических и социально-педагогических условий на цифровизацию образовательной среды. *Science for Education Today*, т. 9, № 4, с. 124–143. DOI: 10.15293/2658-6762.1904.08
- Малыгин, В. Л. (2011) *Интернет-зависимое поведение. Критерии и методы диагностики*. М.: МГМСУ, 32 с.
- Москвитина, О. А. (2020) Эмпирическое исследование связей позиции субъекта учения с копинг-стратегиями и психологическими защитами у младших подростков. В кн.: Е. Д. Божович (ред.). *Личностные факторы развития позиции субъекта учения*. М.: Наука, 329 с.
- Налимов, В. В. (1993) *В поисках иных смыслов*. М.: Прогресс, 280 с.
- Никуленков, В. В. (2020) Цифровое будущее «нецифровой школы». *The Newman in Foreign Policy*, № 52 (96), с. 77–79.
- Петрова Е.А., Шаповаленко А.А. (2014) Виртуальное психологическое пространство как часть общего психологического пространства личности: обоснование понятия. *Ученые записки Российского государственного социального университета*, № 4, с. 33–39.
- Плешаков, В. А. (2014) Киберонтологическая концепция развития личности и жизнедеятельности человека XXI в. и проблемы образования. *Вестник ПСТГУ. Серия IV: Педагогика. Психология*, № 4 (35), с. 9–22.
- Поддьяков, А. Н. (2008) Преднамеренное создание трудностей и совладание с ними. *Психологические исследования*, № 1 (1). [Электронный ресурс]. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения 20.08.2020).
- Савинская, О. Б., Шоташвили В. А. (2013) Влияние увлеченности онлайн-играми на интенсивность коммуникаций и социальные навыки игроков. *Мониторинг общественного мнения*, № 5 (117), с. 123–135.

- Соболевская, О. В. (2018) *Все сложно. Как и зачем создаются искусственные трудности. Интервью с А. Н. Поддъяковым*. [Электронный ресурс]. URL: <http://iq.hse.ru/news/218396093.html> (дата обращения 31.08.2020).
- Степанцева, О. А. (2007) *Субкультура геймеров в контексте информационного общества. Автореферат диссертации на соискание степени кандидата культурологических наук*. СПб., СПбГУП, 27 с.
- Тазетдинова Ю. М. (2018) Теоретические предпосылки исследования особенностей агрессивного поведения у подростков – мальчиков с разным уровнем игровой компьютерной зависимости. *Санкт-Петербургский образовательный вестник*, № 9, с. 43–48.
- Худяков, А. В., Урсу, А. В., Старченкова, А. М. (2015) Компьютерная игровая зависимость, клиника, динамика и эпидемиология. *Медицинская психология в России*, № 4 (33), с. 1–10.
- Четверикова, О. Н. (2019) Скрытые угрозы российского проекта «Цифровая школа». *Народное образование*, № 1, с. 9–25.
- Щелкунов, М. Д., Николаева, Е. М. (2009) Потребление. Образование. Личность. *Вестник экономики, права и социологии*, № 1. с. 97–105.
- Wallis D. (1997) “Just click No”. The talk of the town. *The New Yorker*, January 13, p. 28.

References

- Bondarenko, V. M. (2017) Mirovozzrencheskii podkhod k formirovaniyu, razvitiyu i realizatsii “tsifrovoy ekonomiki” [Worldview approach to the formation, development and implementation of the “digital economy”]. *Sovremennye informatsionnye tekhnologii i IT-obrazovanie — Modern Information Technologies and IT-education*, vol. 13, no. 1, pp. 237–251. (In Russian)
- Chetverikova, O. N. (2019). Skrytye ugrozy rossiiskogo proekta “Tsifrovaya shkola” [Hidden threats of the Russian Digital school project]. *Narodnoe obrazovanie*, no. 1, pp. 9–25. (In Russian)
- Evzrezov, D. V., Maier, B. O. (2014a) “Obrazovanie 2030” – vyzov sisteme obrazovaniya. 1. Forsait obrazovaniya – plan sozdaniya “lyudei odnoi knopki”? [Education 2030 is a challenge to the education system. 1. Education foresight-a plan to create “one-button people”?]. *Vestnik Novosibirskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta — Science for Education Today*, no. 2 (18), pp. 118–132. DOI: 10.15293/2226-3365.1402.11 (In Russian)
- Evzrezov, D. V., Maier, B. O. (2014b) “Obrazovanie 2030” – vyzov sisteme obrazovaniya. 3. Smena gosudarstvennogo obrazovaniya na chastnoe elitarnoe? [Education 2030 is a challenge to the education system. 3. Changing public education to private elite education?]. *Vestnik Novosibirskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta — Science for Education Today*, no. 2 (18), pp. 150–161. DOI: 10.15293/2226-3365.1402.13 (In Russian)
- Khudyakov, A. V., Ursu, A. V., Starchenkova, A. M. (2015) Komp’yuternaya igrovaya zavisimost’, klinika, dinamika i epidemiologiya [Computer game addiction, clinic, dynamics and epidemiology]. *Meditinskaya psikhologiya v Rossii*, no. 4 (33), pp. 1–10. (In Russian)
- Koller, D. (2019) Chemu nas uchit onlain-obrazovanie? [What does online education teach us?]. [Online]. Available at: https://www.ted.com/talks/daphne_koller_what_we_re_learning_from_online_education/transcript?language=ru (accessed 20.07.2020). (In Russian)
- Korolenko, Ts. P., Dmitrieva, N. V. (2001) *Psikhosotsial’naya addiktologiya [Psychosocial addictology]*. Novosibirsk: Olsib Publ., 251 p. (In Russian)
- Krylova, N. P., Antropova, L. V., Levashov, E. N. (2019) Vliyanie organizatsionnykh, ekonomicheskikh i sotsial’no-pedagogicheskikh uslovii na tsifrovizatsiyu obrazovatel’noi

- sredy [The impact of organizational, economic, and socio-pedagogical conditions on the digitalization of the educational environment]. *Science for Education Today*, vol. 9, no. 4, p. 124–143. DOI: 10.15293/2658-6762.1904.08 (In Russian)
- Mamalygin, V. L. (2011) *Internet-zavisimoe povedenie. Kriterii i metody diagnostiki [Internet-dependent behavior. Criteria and methods of diagnostics]*. Moscow: MGMSU Publ., 32 p.
- Moskvitina, O. A. (2020) Empiricheskoe issledovanie svyazei pozitsii su"ekta ucheniya s koping-strategiyami i psikhologicheskimi zashchitami u mladshikh podrostkov [An empirical study of the relationship of the teaching subject's position with coping strategies and psychological defenses in younger adolescents]. In: E. D. Bozhovich (ed.). *Lichnostnye faktory razvitiya pozitsii sub"ekta ucheniya [Personal factors of the development of the teaching subject's position]*. Moscow: Nauka Publ., 329 p. (In Russian)
- Nalimov, V. V. (1993) *V poiskakh inykh smyslov [In search of other meanings]*. Moscow: Progress Publ., 280 p. (In Russian)
- Nikulenkov, V. V. (2020) Tsifrovoe budushchee "netsifrovoi shkoly" [Digital future of the "non-digital school"]. *The Newman in Foreign Policy*, no. 52 (96), pp. 77–79. (In Russian)
- Petrova, E. A., Shapovalenko, A. A. (2014) Virtual'noe psikhologicheskoe prostranstvo kak chast' obshchego psikhologicheskogo prostranstva lichnosti: obosnovanie ponyatiya [Virtual psychological space as part of the General psychological space of the individual: justification of the concept]. *Uchenye zapiski Rossiiskogo gosudarstvennogo sotsial'nogo universiteta*, no. 4, pp. 33–39. (In Russian)
- Pleshakov, V. A. (2014) Kiberontologicheskaya kontseptsiya razvitiya lichnosti i zhiznedeyatel'nosti cheloveka XXI v. i problemy obrazovaniya [Cyberontological concept of personal development and human life in the XXI century and problems of education]. *Vestnik PSTGU IV: Pedagogika. Psikhologiya — St. Tikhon's University Review. Pedagogy. Psychology*, no. 4 (35), pp. 9–22. (In Russian)
- Podd'yakov, A. N. (2008) Prednamerennoe sozdanie trudnostei i sovladanie s nimi [Deliberate creation of difficulties and coping with them]. *Psikhologicheskie issledovaniya*, no. 1 (1). [Online]. Available at: <http://psystudy.ru> (accessed 20.08.2020). (In Russian)
- Savinskaya, O. B., Shotashvili, V. A. (2013) Vliyaniye uvlechennosti onlain-igrami na intensivnost' kommunikatsii i sotsial'nye navyki igrokov [Influence of online gaming passion on the intensity of communication and social skills of players]. *Monitoring obshchestvennogo mneniya*, no. 5 (117), pp. 123–135. (In Russian)
- Shchelkunov, M. D., Nikolaeva, E. M. (2009) Potrebleniye. Obrazovaniye. Lichnost' [Consumption. Education. Personality]. *Vestnik ekonomiki, prava i sotsiologii*, no. 1, pp. 97–105. (In Russian)
- Sobolevskaya, O. V. (2018) *Vse slozhno. Kak i zachem sozdayutsya iskusstvennyye trudnosti Interv'yu s A. N. Podd'yakovym [It's complicated. How and why to create artificial difficulties]*. [Online]. Available at: <http://iq.hse.ru/news/218396093.html> (accessed 31.08.2020). (In Russian)
- Stepantseva, O. A. (2007) *Subkul'tura geimerov v kontekste informatsionnogo obshchestva [Subculture of gamers in the context of information society]. Extended abstract of PhD dissertation (Culturology)*. Saint Petersburg, Saint-Petersburg University of the Humanities and Social Sciences, 27 p. (In Russian)
- Tazetdinova, Yu. M. (2018) Teoreticheskie predposylki issledovaniya osobennostey agresivnogo povedeniya u podrostkov – mal'chikov s raznym urovnem igrovoi komp'yuternoĭ zavisimosti [Theoretical background for the study of aggressive behavior in adolescent boys with different levels of computer gaming addiction]. *Sankt-Peterburgskii obrazovatel'nyĭ vestnik*, no 9, pp. 43–48. (In Russian)
- Wallis, D. (1997) "Just click No" The talk of the town. *The New Yorker*, January 13, p. 28 (In English)

Zhukov, S. (2020) *Nazvany problemy, s kotorymi stalkivayutsya pol'zovateli gadzhetov* [*Problems faced by gadget users are named*]. [Online]. Available at: <https://rg.ru/2020/04/21/reg-cfo/nazvany-problemy-s-kotorymi-stalkivaiutsia-polzovateli-gadzhetov.html> 2/3 (accessed 01.10.2020). (In Russian)