

УДК 613.96

**ОСОБЕННОСТИ ОБРАЗА ЖИЗНИ И САМОЧУВСТВИЯ ПОДРОСТКОВ 15-18 ЛЕТ
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ С ПРОБЛЕМНЫМ ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ**
Болдырева М.Г., Соколова С.Б.

ФБУН «ФНЦГ им. Ф. Ф. Эрисмана» Роспотребнадзора,
Мытищи, Московская область, Россия

Воздействие социальных сетей на жизнь, здоровье и развитие молодого поколения как в России, так и за рубежом недостаточно изучено.

Цель исследования – оценка образа жизни и самочувствия подростков с проблемным и не проблемным использованием социальных сетей.

Материалы и методы. Проведен онлайн-опрос 512 подростков 9-11-х классов Московской области в марте 2023 года. Для изучения использования социальных сетей, особенностей жизнедеятельности, социальной поддержки, вредных привычек и самочувствия подростков применялась онлайн-анкета с закрытыми формализованными ответами. Для изучения проблемного использования социальных сетей применялась шкала оценки зависимости от социальных сетей (The Social Media Disorder Scale). Для анализа поддержки со стороны окружающих использовалась многомерная шкала восприятия социальной поддержки и шкала поддержки учителей. Для оценки самочувствия респондентов проводился анализ распространенности жалоб, возникающих у обучающихся один раз в неделю и чаще. Результаты исследования обрабатывались с применением программ StatTech v. 4.0.6 и онлайн-калькуляторов.

Результаты. По результатам опроса, количество обучающихся с проблемным использованием социальных сетей составило 47 человек (9,2%). Подростки с проблемным использованием социальных сетей реже имеют высокий уровень восприятия социальной поддержки со стороны близких и учителей, менее удовлетворены своей жизнью, более агрессивны и чаще подвергаются буллингу, курят и употребляют алкоголь. У респондентов, имеющих проблемы с использованием социальных сетей, чаще встречались симптомы, входящие в компьютерный зрительный синдром, такие как головные боли и неприятные ощущения в глазах при работе с электронными средствами, астенические реакции, соматоформная дисфункция желудочно-кишечного тракта, фобии.

Ключевые слова: гигиена, подростки, социальные сети, проблемное использование социальных сетей, риски здоровью.

Для цитирования: Болдырева М.Г., Соколова С.Б. Особенности образа жизни и самочувствия подростков 15-18 лет Московской области с проблемным использованием социальных сетей. Медицина труда и экология человека. 2024; 2:110-124.

Для корреспонденции: Болдырева Мария Георгиевна, Институт комплексных проблем гигиены ФБУН «ФНЦГ им. Ф. Ф. Эрисмана» Роспотребнадзора, младший научный сотрудник, e-mail: Boldyreva.MG@fncg.ru.

Финансирование: исследование не имело спонсорской поддержки.

Конфликт интересов: авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

DOI: <http://dx.doi.org/10.24412/2411-3794-2024-10208>

THE LIFESTYLE AND WELL-BEING OF THE MOSCOW REGION ADOLESCENTS BETWEEN THE AGES OF 15 and 18 YEARS WITH THE PROBLEMATIC SOCIAL MEDIA USE

Boldyreva M.G., Sokolova S.B.

The Erisman Federal Scientific Center of Hygiene of the Rospotrebnadzor, Mytishchi, Moscow Region,
Russia

Introduction. The impact of social media on the lifestyle, state of health and development of young generation, both in Russia and abroad, still remains a gap in our knowledge.

The aim of the study was to assess the lifestyle and well-being of adolescents both with problematic and not problematic use of social media.

Material and methods. An online survey was conducted in March 2023 among 512 adolescents from the Moscow region represented by schoolchildren from 9 to 11th grades. To study the characteristics of lifestyle, perceived social support, the use of social media, harmful habits and well-being of adolescents, an online questionnaire with closed formal answers was used. To investigate the problematic social media use, the Social Media Disorder Scale was applied. Family support and peer support were assessed using a four-item validated scale (The Multidimensional Scale of Perceived Social Support). The assessment of Teachers' support was based on the Teacher Support Scale. To assess the well-being of respondents, the analysis of their common complaints that occurred once a week or more frequently, was carried out.

The data obtained during the study were processed using StatTech v. 4.0.6 and online calculators.

Results. According to the survey results, the number of respondents with problematic use of social media amounted to 47 schoolchildren (that equals to 9.2%).

Adolescents with problematic use of social media appeared to have less likely high level of perceived social support from their loved ones and teachers, to be less satisfied with their lives, to be more aggressive and more likely affected to bullying, they smoke and drink alcohol. Among the respondents with problems of using social media, the most common complaints were related to computer visual syndrome, namely: headaches and eye discomfort when working with electronic devices, asthenic reactions, somatoform gastrointestinal dysfunction, phobias.

Keywords: hygiene, adolescents, social media, problematic use of social media, risks of health.

Citation: Boldyreva M.G., Sokolova S.B. The lifestyle and well-being of the Moscow region adolescents between the ages of 15 and 18 years with the problematic social media use. Occupational health and human ecology. 2024; 2:110-124.

Correspondence: Mariya G. Boldyreva, Junior researcher at the Institute of Complex Hygiene Problems of the Erisman Federal Scientific Center of Hygiene» of the Rospotrebnadzor, e-mail: Boldyreva.MG@fncg.ru.

Financing: the study had no financial support.

Conflict of interest: the authors declare no conflicts of interest.

DOI: <http://dx.doi.org/10.24412/2411-3794-2024-10208>

Последние два десятилетия характеризовались лавинообразным ростом распространенности использования Интернета во всех социальных группах, особенно среди подростков и молодежи. В России за последние 10 лет количество пользователей Интернета увеличилось вдвое: в 2010 году пользовались Интернетом 43% населения, в 2022 году – 85%, это составляет 16% от числа пользователей в Европе, что является самым высоким показателем среди всех европейских стран [1].

Социальные сети стали важной платформой для общения подростков. Все больше научных данных свидетельствует, что чрезмерное использование социальных сетей детьми и подростками может влиять на их социальное и психическое благополучие, способствовать формированию аддиктивного поведения (зависимости) [2-6, 16, 17].

Рост распространенности интернет-зависимости среди подростков и молодежи отмечается во всех странах мира в последние годы [7-9]. Исследования информационной зависимости в настоящее время обязательно должны включать в себя анализ потребляемого контента (зависимость от интернет-игр, зависимость от социальных сетей).

Риски частого и длительного пребывания в социальных сетях для развития интернет-зависимости остаются недостаточно исследованными, авторами используются различные методы скрининга и режимы отсечения, что затрудняет сравнение результатов по всем исследованиям.

Аддиктивные расстройства подвержены прогрессирующему течению, однако профилактические мероприятия, инициированные на ранних стадиях, могут предотвратить формирование зависимости. Поэтому важно выявление групп риска, обусловленных воздействием негативных факторов в повседневной жизни, и своевременное оказание помощи подросткам с неадаптивным стилем сетевого поведения.

Использование социальных сетей может включать в себя два отдельных, но связанных понятия – интенсивное и проблемное использование социальных сетей. Интенсивность указывает на частоту, с которой человек использует социальные сети, тогда как проблемное использование социальных сетей характеризует потерю контроля над использованием социальных сетей и наличие других симптомов, сходных с зависимостью (например, абстиненция, пренебрежение другими видами деятельности), которые сопровождаются нарушениями повседневного функционирования [10]. Таким образом, проблемное использование социальных сетей указывает на потенциально аддиктивное поведение с негативными последствиями, но не является официально признанной зависимостью [11-14]. Распространенность проблемного использования социальных сетей в Европе варьируется от 3,2% (Нидерланды) до 14,2% (Испания) [11]. В России проблемное использование социальных сетей среди 11-летних подростков имеют 9% мальчиков и 6% девочек; среди 13-летних – 7% мальчиков и 7% девочек; среди 15-летних – 7% мальчиков и 8% девочек [15].

Влияние социальных сетей на жизнь, здоровье и развитие подрастающего поколения в России и за рубежом недостаточно исследовано [16-18].

Целью исследования было сравнить образ жизни и самочувствие подростков Московской области с проблемным и не проблемным использованием социальных сетей.

Материалы и методы. Для достижения поставленной цели был проведен онлайн-опрос 512 подростков 9-11-х классов Московской области в марте 2023 года. Критерии включения в группу исследования: обучающиеся 9-11-х классов, посещающие общеобразовательные организации, которые дали информированное согласие на участие в исследовании. Критерий исключения из группы - несоответствие критериям отбора. При опросе использована онлайн-анкета с закрытыми формализованными ответами, позволяющими изучить особенности жизнедеятельности, использование социальных сетей, жалобы на состояние здоровья, взаимоотношения с социальным окружением и вредные привычки. Выборка состояла из подростков от 15 до 18 лет (44,1% юношей и 55,9% девушек), которая была разделена на две группы: 1 группа – обучающиеся с проблемным использованием социальных сетей и 2 группа – обучающиеся с не проблемным использованием социальных сетей.

Исследования с участием обучающихся выполнены на добровольных условиях, с предоставлением достаточного количества информации, доступной для

понимания, в соответствии с принципами Хельсинкской декларации Всемирной медицинской ассоциации «Этические принципы проведения научных медицинских исследований с участием человека» (с поправками 2008 г.). Программа исследования одобрена Локальным независимым этическим комитетом ФБУН «ФНЦГ им. Ф.Ф. Эрисмана» Роспотребнадзора, протокол № 2 от 15.02.2023.

В исследовании применялась шкала оценки зависимости от социальных сетей (The Social Media Disorder Scale). Шкала оценки зависимости от социальных сетей состоит из 9 вопросов, касающихся поведенческих расстройств, вызванных чрезмерным использованием социальных сетей. На каждый вопрос есть два возможных ответа: «Да» и «Нет». За каждый ответ «Да» начисляется 1 балл. Общая оценка 6 или более баллов указывает на проблемное использование социальных сетей [10].

Для анализа взаимодействия и поддержки со стороны родителей и друзей использовался средний балл многомерной шкалы восприятия социальной поддержки, со стороны учителей – шкала поддержки учителей, измеренные по 5-балльной шкале Лайкерта от 1 – «полностью согласен» до 5 – «категорически не согласен» (Multidimensional Scale of Perceived Social Support, Scale of Teacher support) [15, 19].

Уровень удовлетворенности жизнью измерялся с помощью визуальной шкалы – лестницы «Кантрила» (от 0 – низкая степень удовлетворенности до 10 – высокая степень удовлетворенности).

Для оценки самочувствия респондентов проводился анализ распространенности жалоб, возникающих у обучающихся один раз в неделю и чаще, и определялось число подростков с высокой вероятностью развития синдромов соматических нарушений и расстройств психоневрологического круга с помощью разработанных алгоритмов посиндромного обобщения жалоб [20].

Результаты исследования обрабатывались с применением программ StatTech v. 4.0.6 (разработчик – ООО «Статтех», Россия)⁹ и онлайн-калькуляторов (<https://medstatistic.ru/calculators.html>). При описании качественных показателей указывались абсолютные значения и процентные доли. Сравнение процентных долей при анализе четырехпольных таблиц сопряженности выполнялось с помощью критерия χ^2 Пирсона (при значениях ожидаемого явления более 10). Рассчитывалось отношение шансов и учитывалось значение 95% доверительного интервала; значимость взаимосвязи

⁹ <https://stattech.ru/>

исхода и фактора принималась в случае, если нижний и верхний предел доверительного интервала превышал 1.

Результаты исследования. По результатам опроса обучающихся, с проблемным использованием социальных сетей было выявлено 47 человек (9,2%; 95% ДИ: 6,9-11,9), с не проблемным использованием социальных сетей – 465 человек (90,8%; 95% ДИ: 87,1-92,3).

Субъективная оценка социального благополучия свидетельствует, что подростки, имеющие проблемное использование социальных сетей, реже имеют высокий уровень поддержки в сравнении с обучающимися с не проблемным использованием социальных сетей: со стороны преподавателей – 61,7% против 76,8% ($\chi^2=5,2$; $df=1$; $p=0,022$), семьи – 36,2% против 59,4% ($\chi^2=9,4$; $df=1$; $p=0,002$) и друзей – 44,7% против 65,8% ($\chi^2=8,3$; $df=1$; $p=0,004$) (рис. 1).

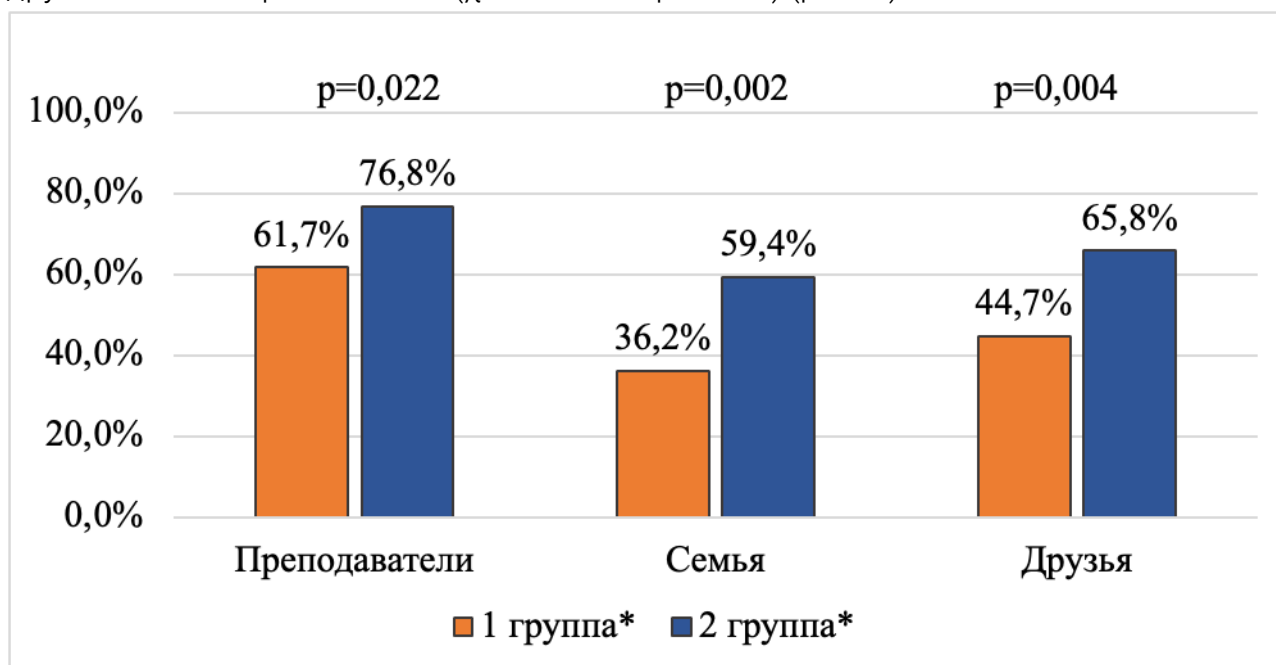


Рис. 1. Высокий уровень социальной поддержки со стороны преподавателей, семьи и друзей по шкалам восприятия социальной поддержки, %

Fig.1. The high level of social support from teachers, family and friends on social support perception scales, %

Примечание: * 1 группа – обучающиеся с проблемным использованием социальных сетей; 2 группа – обучающиеся с не проблемным использованием социальных сетей

Note: * Group 1 – schoolchildren with problematic social media use; Group 2 – schoolchildren without problematic social media use

Респонденты с проблемным использованием социальных сетей ответили, что реже проживают с одним из родителей, чем подростки, которые не имели проблем с использованием социальных сетей: 53,2% и 66,0% ($\chi^2=3,9$; $df=1$; $p=0,048$) против 67,5% и 92,9% ($\chi^2=35,8$; $df=1$; $p=0,001$) (рис. 2).

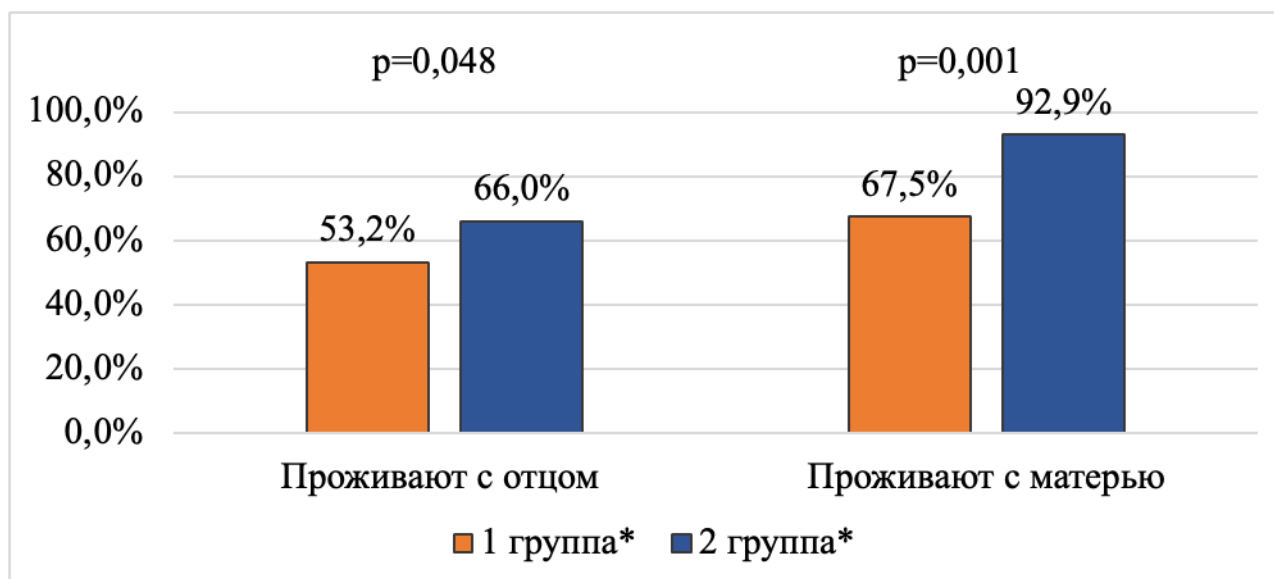


Рис. 2. Доля подростков, проживающих с отцом и матерью, %

Fig. 2. The percentage of adolescents living in a full family, %

Примечание: * 1 группа – обучающиеся с проблемным использованием социальных сетей; 2 группа – обучающиеся с не проблемным использованием социальных сетей

Note: * Group 1 – schoolchildren with problematic social media use; Group 2 – schoolchildren without problematic social media use

Подросткам в анкетировании предлагалось оценить уровень удовлетворенности жизнью. Каждый третий обучающийся с проблемным использованием социальных сетей не удовлетворен своей жизнью, среди респондентов с не проблемным использованием сетей – каждый пятый: 34,0% против 18,3% ($\chi^2=6,7$; $df=1$; $p=0,010$) (рис. 3).

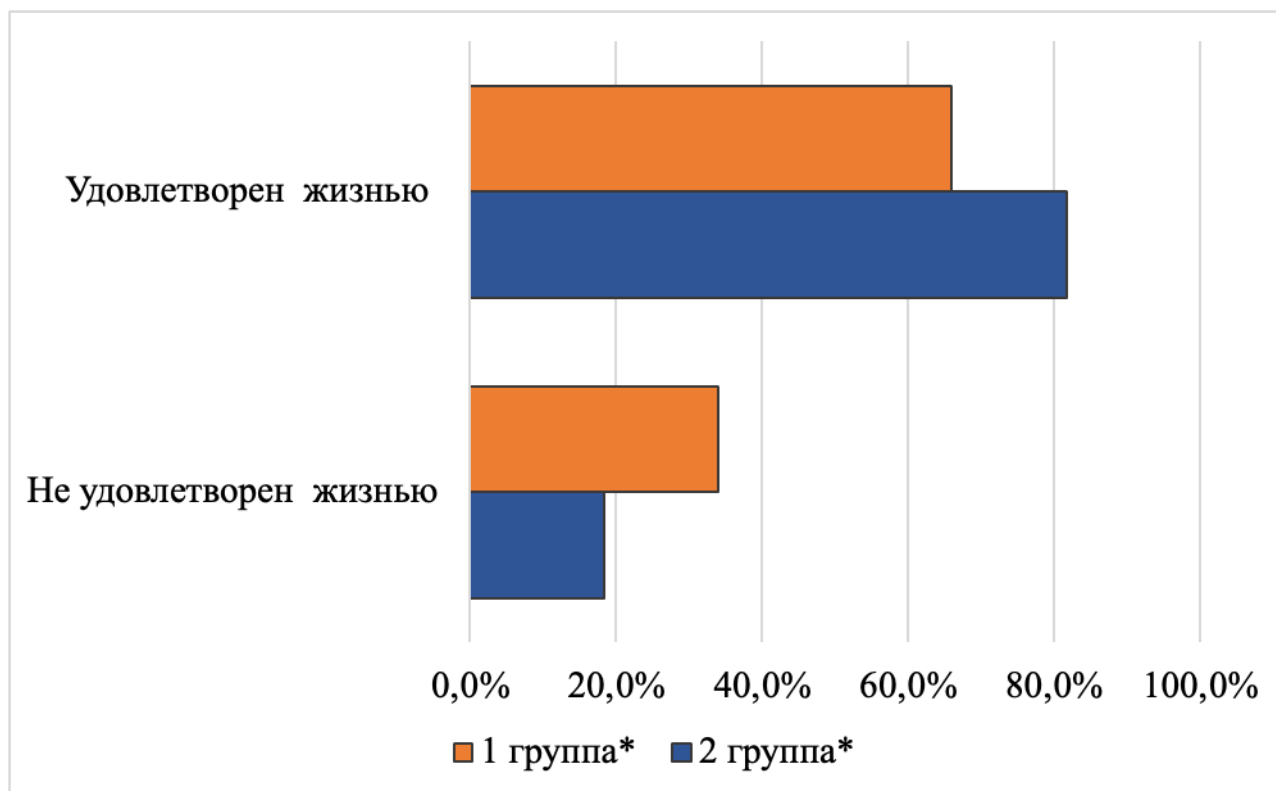


Рис. 3. Удовлетворенность жизнью обучающихся, %

Fig. 3. Life satisfaction of adolescents, %

Примечание: * 1 группа – обучающиеся с проблемным использованием социальных сетей; 2 группа – обучающиеся с не проблемным использованием социальных сетей

Note: * Group 1 – schoolchildren with problematic social media use; Group 2 – schoolchildren without problematic social media use

При субъективной оценке самочувствия анализ результатов показал, что шансы развития жалоб, которые возникают при работе с электронными средствами у проблемных пользователей социальных сетей выше по сравнению с подростками, не имеющими зависимость от социальных сетей: головные боли – 31,9% против 15,5% ($p=0,004$), чувство «песка» в глазах – 12,8% против 3,2% ($p=0,002$) и двоение в глазах – 14,9% против 2,6% ($p=0,001$). Злоупотребление социальными сетями увеличивает шансы развития астенических реакций – 63,8% против 42,4% ($p=0,005$), соматоформной дисфункции желудочно-кишечного тракта (ЖКТ) – 21,3% против 11,0% и фобий – 44,7% против 16,1% ($p=0,001$) (табл. 1).

Таблица 1. Распространенность жалоб на состояние здоровья за последние 12 месяцев, моносимптомных реакций и синдромов подростков¹⁰,%

Table 1. The prevalence of complaints over the past 12 months, monosymptomatic reactions and syndromes of adolescents², %

| Жалобы | 1 группа*, % | 2 группа*, % | Показатели |
|---|--------------|--------------|--|
| Жалобы, входящие в компьютерный зрительный синдром, возникающие при работе с электронными средствами | | | |
| Головные боли | 31,9 | 15,5 | p=0,004 ОШ = 2,6; 95% ДИ: 1,3 - 4,9 |
| Чувство «песка» в глазах | 12,8 | 3,2 | p=0,002 ОШ = 4,4; 95% ДИ: 1,6 - 11,9 |
| Двоение в глазах | 14,9 | 2,6 | p=0,001 ОШ = 6,6; 95% ДИ: 2,5 - 17,7 |
| Психоневрологические и соматические нарушения здоровья | | | |
| Астенические реакции | 63,8 | 42,4 | p=0,005 ОШ = 2,4; 95% ДИ: 1,3 - 4,5 |
| Соматоформная дисфункция ЖКТ | 21,3 | 11,0 | p=0,038 ОШ = 2,2; 95% ДИ: 1,1 - 4,7 |
| Страхи (темноты/грозы/животных) | 44,7 | 16,1 | p=0,001 ОШ = 4,2; 95% ДИ: 2,2 - 7,9 |

Примечание: * 1 группа – обучающиеся с проблемным использованием социальных сетей; 2 группа – обучающиеся с не проблемным использованием социальных сетей

Note: * Group 1 – schoolchildren with problematic social media use; Group 2 – schoolchildren without problematic social media use

¹⁰ предполагаемых на основе совокупности жалоб, возникающих 1 раз в неделю и чаще

Данные научных исследований свидетельствуют о наличии связи между проблемным использованием социальных сетей и киберагрессией у подростков [6, 11, 21-24].

При оценке поведения, опасного для здоровья, подростки, имеющие проблемное использование социальных сетей, статистически значимо чаще участвовали в драках, буллинге/кибербуллинге, чем не имеющие проблем при использовании социальных сетей ($p=0,001$). Распространенность ежедневного употребления крепких алкогольных напитков и курения выше у проблемных пользователей, чем у подростков с отсутствием зависимости от социальных сетей ($p=0,001$) (табл. 2).

Таблица 2. Распространенность регулярных драк/буллинга/кибербуллинга, курения и употребления алкоголя среди подростков, %

Table 2. The prevalence of regular fights/bullying/cyberbullying, smoking and alcohol consumption among adolescents, %

| Поведение, опасное для здоровья | 1 группа*, % | 2 группа*, % | Показатели |
|---|--------------|--------------|---------------------------------------|
| Участие в драках 3-4 раза и более за последние 12 месяцев | 12,8% | 2,6% | $\chi^2=13,1$; $df=1$; $p=0,001$ |
| Регулярный буллинг (жертва) | 38,3% | 9,9% | $\chi^2=31,5$; $df=1$; $p=0,001$ |
| Регулярный буллинг (источник) | 40,4% | 5,8% | $\chi^2=62,6$; $df=1$; $p=0,001$ |
| Регулярный кибербуллинг (жертва) | 55,3% | 10,3% | $\chi^2=69,9$; $df=1$; $p=0,001$ |
| Регулярный кибербуллинг (источник) | 44,7% | 9,5% | $\chi^2=47,8$; $df=1$; $p=0,001$ |

| | | | |
|--|-------|------|---------------------------------------|
| Ежедневное курение сигарет | 23,4% | 7,5% | $\chi^2=21,9$; $df=4$; $p=0,001$ |
| Ежедневное употребление крепких алкогольных напитков | 14,9% | 0,9% | $\chi^2=48,9$; $df=5$; $p=0,001$ |

Примечание: * 1 группа – обучающиеся с проблемным использованием социальных сетей;

2 группа – обучающиеся с не проблемным использованием социальных сетей

Note: * Group 1 – schoolchildren with problematic social media use; Group 2 – schoolchildren without problematic social media use

Закключение. Анализ результатов опроса выявил, что подростки с проблемным использованием социальных сетей реже имеют высокий уровень восприятия социальной поддержки со стороны близких и учителей, менее удовлетворены своей жизнью, более агрессивны и чаще подвергаются буллингу, курят и употребляют алкоголь по сравнению с обучающимися с не проблемным использованием социальных сетей. У респондентов, имеющих проблемы с использованием социальных сетей, повышаются шансы развития астенических реакций, соматоформной дисфункции желудочно-кишечного тракта, фобий, при работе с электронными средствами – головных болей и неприятных ощущений в глазах.

Проведенное в Италии исследование показало, что социальная поддержка способна снизить риск чрезмерного использования социальных сетей и киберагрессии. Политика общественного здравоохранения, направленная на повышение поддержки со стороны близких и школы, может помочь защитить психическое здоровье подростков, снижая риск проблемного использования социальных сетей и кибербуллинга [6].

Стремительность появления и распространения интернет-зависимости в подростковой популяции, сочетающаяся с быстрым изменением потребляемого контента, в связи с общедоступностью сети Интернет и появлением новых устройств доступа ставит перед медициной новые вызовы, требующие безотлагательного решения. Аддиктивные расстройства подвержены прогрессирующему течению, однако профилактические мероприятия, инициированные на ранних стадиях, могут предотвратить формирование зависимости. Поэтому выявление групп риска, обоснование и разработка эффективных методов коррекции и профилактики интернет-зависимого поведения у детского, подросткового населения и своевременное оказание помощи

подросткам с неадаптивным стилем сетевого поведения может существенно улучшить медицинский и социальный прогноз в этой категории населения.

Список литературы:

1. Internet World Stats. Internet User Statistics & 2022 Population for the 53 European countries and regions. URL: <https://www.internetworldstats.com/stats4.htm> (дата обращения: 30.07.2023).
2. Wong S.L., King N., Gariépy G., Michaelson V., Canie O., King M., Craig W., Pickett W. Adolescent social media use and its association with relationships and connections: Canadian Health Behaviour in School-aged Children, 2017/2018. *Health Rep* 2022; 33(12): 14-23. DOI: 10.1016/82-003-x202201200002-eng.
3. Boniel-Nissim M., van den Eijnden R. J., Furstova J., Marino C., Lahti H., Inchley J., et al. International perspectives on social media use among adolescents: Implications for mental and social well-being and substance use. *Computers in Human Behavior* 2021; 129(1): 107144. DOI: 10.1016/j.chb.2021.107144.
4. Бочавер А.А., Докука С.В., Сивак Е.В., Смирнов И.Б. Использование социальных сетей в интернете и депрессивная симптоматика у подростков. *Клиническая и специальная психология* 2019; 8(3): 1-18. DOI: 10.17759/psyclin.2019080301.
5. Sun Y., Zhang Y. A review of theories and models applied in studies of social media addiction and implications for future research. *Addictive Behaviors* 2021; 114: 106699. DOI: 10.1016/j.addbeh.2020.106699.
6. Borraccino A., Marengo N., Dalmasso P., Marino C., Ciardullo S., Nardone P., Lemma P. The 2018 HBSC-Italia Group. Problematic Social Media Use and Cyber Aggression in Italian Adolescents: The Remarkable Role of Social Support. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2022; 19(15): 9763. DOI: 10.3390/ijerph19159763.
7. UK Addiction Treatment Centres. Internet Addiction – A Growing Problem in the UK. URL: <https://www.ukat.co.uk/blog/society/internet-addiction-growing-problem-uk/> (дата обращения: 23.04.24).
8. Эверт Л.С., Терещенко С.Ю., Зайцева О.И., Семенова Н.Б., Шубина М.В. Интернет-зависимость у подростков Центральной Сибири: анализ распространенности и структура потребляемого контента. *Бюллетень сибирской медицины* 2020; 19(4): 189-197. DOI: 10.20538/1682-0363-2020-4-189-197.
9. Li Y.Y., Sun Y., Meng S.Q., Bao Y.P., Cheng J.L., Chang X.W., et al. Internet Addiction Increases in the General Population During COVID-19: Evidence From China. *Am J Addict.* 2021 Jul; 30(4): 389-397. DOI: 10.1111/ajad.13156.
10. Van den Eijnden R. J. J. M., Lemmens J. S., Valkenburg P. M. The Social Media Disorder Scale. *Computers in Human Behavior* 2016; 61: 478-487. DOI: 10.1016/j.chb.2016.03.038.
11. Boer M., van den Eijnden R.J.J.M., Boniel-Nissim M., Wong SL., Inchley J.C., Badura P., et al. Adolescents' Intense and Problematic Social Media Use and Their Well-Being in 29 Countries. *J Adolesc Health* 2020 Jun; 66(6S): S89-S99. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2020.02.014.
12. Brailovskaia J., Margraf J. Less sense of control, more anxiety, and addictive social media use: Cohort trends in German university freshmen between 2019 and 2021. *Current Research in Behavioral Sciences* 2023; 4: 100088, DOI: 10.1016/j.crbeha.2022.100088.
13. Kolas J., von Mühlengen A. Addicted to socialising and still lonely: A comparative, corpus-driven analysis of problematic social networking site use. *Journal of Behavioral Addictions* 2024 Feb; 13(1): 163-176. DOI: 10.1556/2006.2023.00061.

14. van Duin C., Heinz A., Willems H. Predictors of Problematic Social Media Use in a Nationally Representative Sample of Adolescents in Luxembourg. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2021; 18(22): 11878. DOI: 10.3390/ijerph182211878.
15. Inchley J., Currie D., Budisavljevic S., Torsheim T., Jastad A., Cosma A и др. В центре внимания здоровье и благополучие подростков. Результаты исследования «Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья» (HBSC) 2017/2018 гг. в Европе и Канаде. Международный отчет. Том 2 Основные данные. Копенгаген: Европейское региональное бюро ВОЗ, 2020. с. 146. ISBN: 978 92 890 5501 7. URL: <https://iris.who.int/handle/10665/333064>.
16. Pew Research Center. Connection, Creativity and Drama: Teen Life on Social Media in 2022. November 16, 2022.
URL: <https://www.pewresearch.org/internet/2022/11/16/connection-creativity-and-drama-teen-life-on-social-media-in-2022/> (дата обращения: 20.08.23).
17. Boer M., Stevens G. W. J. M., Finkenauer C., Koning I. M., van den Eijnden R. J. J. M. Validation of the Social Media Disorder Scale in Adolescents: Findings From a Large-Scale Nationally Representative Sample. *Assessment* 2022; 29(8): 1658-1675. DOI: 10.1177/10731911211027232.
18. Paakkari L., Tynjala J., Lahti H., Ojala K., Lyyra N. Problematic Social Media Use and Health among Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2021; 18(4): 1885.
19. Dahlem N.W., Zimet G.D., Walker R.R. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support: a confirmation study. *J Clin Psychol.* 1991; 47(6): 756-61. DOI: 10.1002/1097-4679(199111)47:6<756::aid-jclp2270470605>3.0.co;2-I.
20. Кучма В.П., Седова А.С., Степанова М.И., Рапопорт И.К., Поленова М.А., Соколова С.Б. и др. Особенности жизнедеятельности и самочувствия детей и подростков, дистанционно обучающихся во время эпидемии новой коронавирусной инфекции COVID-19. *Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья* 2020; 2: 4-23.
21. Viner R.M., Gireesh A., Stiglic N., Hudson L.D., Goddings A.L., Ward J.L., Nicholls D.E. Roles of Cyberbullying, Sleep, and Physical Activity in Mediating the Effects of Social Media Use on Mental Health and Wellbeing among Young People in England: A Secondary Analysis of Longitudinal Data. *Lancet Child Adolesc. Health* 2019; 3: 685–696.
22. Marino C., Lenzi M., Canale N., Pierannunzio D., Dalmasso P., Borraccino A., et al. The 2018 HBSC-Italia Group. Problematic Social Media Use: Associations with Health Complaints among Adolescents. *Ann. Ist. Super. Sanità* 2020; 53(4): 514-521. DOI:10.4415/ANN_20_04_16
23. Brochado S., Soares S., Fraga S. A Scoping Review on Studies of Cyberbullying Prevalence Among Adolescents. *Trauma Violence Abuse* 2017 Dec; 18(5): 523-531. DOI: 10.1177/1524838016641668.
24. Craig W., Boniel-Nissim M., King N., Walsh S. D., Boer M., Donnelly P. D., et al. Social Media Use and Cyber-Bullying: A Cross-National Analysis of Young People in 42 Countries. *Journal of Adolescent Health* 2020; 66(6): S100-S108. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2020.03.006.

References:

1. Internet World Stats. Internet User Statistics & 2022 Population for the 53 European countries and regions. URL: <https://www.internetworldstats.com/stats4.htm> (accessed on July 30, 2023).
2. Wong S.L., King N., Gariépy G., Michaelson V., Canie O., King M., Craig W., Pickett W. Adolescent social media use and its association with relationships and connections: Canadian Health Behaviour in School-aged Children, 2017/2018. *Health Rep* 2022; 33(12): 14-23. DOI: 1010.25318/82-003-x202201200002-eng.
3. Boniel-Nissim M., van den Eijnden R. J., Furstova J., Marino C., Lahti H., Inchley J., et al. International perspectives on social media use among adolescents: Implications for mental and social well-being and substance use. *Computers in Human Behavior* 2021; 129(1): 107144. DOI: 10.1016/j.chb.2021.107144.

4. Bochaver A.A., Dokuka S.V., Sivak E.V., Smirnov I.B. Internet Use and Depressive Symptoms in Adolescents: a Review. *Klinicheskaya i special'naya psihologiya*. 2019; 8(3): 1-18. DOI: 10.17759/psyclin.2019080301. (In Russ).
5. Sun Y., Zhang Y. A review of theories and models applied in studies of social media addiction and implications for future research. *Addictive Behaviors* 2021; 114: 106699. DOI: 10.1016/j.addbeh.2020.106699.
6. Borraccino A., Marengo N., Dalmasso P., Marino C., Ciardullo S., Nardone P., Lemma P. The 2018 HBSC-Italia Group. Problematic Social Media Use and Cyber Aggression in Italian Adolescents: The Remarkable Role of Social Support. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2022; 19(15): 9763. DOI: 10.3390/ijerph19159763.
7. UK Addiction Treatment Centres. Internet Addiction – A Growing Problem in the UK. URL: <https://www.ukat.co.uk/blog/society/internet-addiction-growing-problem-uk/> (accessed on April 23, 2024).
8. Evert L.S., Tereshchenko S.Yu., Zaitseva O.I., Semenova N.B., Shubina M.V. Internet addiction in adolescents in Central Siberia: analysis of prevalence and structure of consumed content. *Byulleten' sibirskoj mediciny*. 2020;19(4):189-197. DOI: 10.20538/1682-0363-2020-4-189-197. (In Russ).
9. Li Y.Y., Sun Y., Meng S.Q., Bao Y.P., Cheng J.L., Chang X.W., et al. Internet Addiction Increases in the General Population During COVID-19: Evidence From China. *Am J Addict*. 2021 Jul; 30(4): 389-397. DOI: 10.1111/ajad.13156.
10. Van den Eijnden R. J. J. M., Lemmens J. S., Valkenburg P. M. The Social Media Disorder Scale. *Computers in Human Behavior* 2016; 61: 478-487. DOI: 10.1016/j.chb.2016.03.038.
11. Boer M., van den Eijnden R.J.J.M., Boniel-Nissim M., Wong S.L., Inchley J.C., Badura P., et al. Adolescents' Intense and Problematic Social Media Use and Their Well-Being in 29 Countries. *J Adolesc Health* 2020 Jun; 66(6S): S89-S99. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2020.02.014.
12. Brailovskaia J., Margraf J. Less sense of control, more anxiety, and addictive social media use: Cohort trends in German university freshmen between 2019 and 2021. *Current Research in Behavioral Sciences* 2023; 4: 100088, DOI: 10.1016/j.crbeha.2022.100088.
13. Kolas J., von Mühlengen A. Addicted to socialising and still lonely: A comparative, corpus-driven analysis of problematic social networking site use. *Journal of Behavioral Addictions* 2024 Feb; 13(1): 163-176. DOI: 10.1556/2006.2023.00061.
14. van Duin C., Heinz A., Willems H. Predictors of Problematic Social Media Use in a Nationally Representative Sample of Adolescents in Luxembourg. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2021; 18(22): 11878. DOI: 10.3390/ijerph182211878.
15. Inchley J., Currie D., Budisavljevic S., Torsheim T., Jåstad A., Cosma A., et al. Spotlight on adolescent health and well-being. Findings from the 2017/2018 Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) survey in Europe and Canada. International report. Volume 2. Key data. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2020. ISBN: 978 92 890 5501 7.
16. Pew Research Center. Connection, Creativity and Drama: Teen Life on Social Media in 2022. November 16, 2022. URL: <https://www.pewresearch.org/internet/2022/11/16/connection-creativity-and-drama-teen-life-on-social-media-in-2022/> (accessed on August 23, 2023).
17. Boer M., Stevens G. W. J. M., Finkenauer C., Koning I. M., van den Eijnden R. J. J. M. Validation of the Social Media Disorder Scale in Adolescents: Findings From a Large-Scale Nationally Representative Sample. *Assessment* 2022; 29(8): 1658-1675. DOI: 10.1177/10731911211027232.
18. Paakkari L., Tynjala J., Lahti H., Ojala K., Lyyra N. Problematic Social Media Use and Health among Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2021; 18(4): 1885.
19. Dahlem N.W., Zimet G.D., Walker R.R. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support: a confirmation study. *J Clin Psychol*. 1991; 47(6): 756-61. DOI: 10.1002/1097-4679(199111)47:6<756::aid-jclp2270470605>3.0.co;2-l.

20. Kuchma V.R., Sedova A.S., Stepanova M.I., Rapoport I.K., Polenova M.A., Sokolova S.B., et al. Life and wellbeing of children and adolescents studying remotely during the epidemic of a new coronavirus infection (covid-19). *Voprosy shkol'noj i universitetskoj mediciny i zdorov'ya*. 2020; 2: 4-23. (In Russ).
21. Viner R.M., Gireesh A., Stiglic N., Hudson L.D., Goddings A.L., Ward J.L., Nicholls D.E. Roles of Cyberbullying, Sleep, and Physical Activity in Mediating the Effects of Social Media Use on Mental Health and Wellbeing among Young People in England: A Secondary Analysis of Longitudinal Data. *Lancet Child Adolesc. Health* 2019; 3: 685–696.
22. Marino C., Lenzi M., Canale N., Pierannunzio D., Dalmaso P., Borraccino A., et al. The 2018 HBSC-Italia Group. Problematic Social Media Use: Associations with Health Complaints among Adolescents. *Ann. Ist. Super. Sanità* 2020; 53(4): 514-521. DOI:10.4415/ANN_20_04_16
23. Brochado S., Soares S., Fraga S. A Scoping Review on Studies of Cyberbullying Prevalence Among Adolescents. *Trauma Violence Abuse* 2017 Dec; 18(5): 523-531. DOI: 10.1177/1524838016641668.
24. Craig W., Boniel-Nissim M., King N., Walsh S. D., Boer M., Donnelly P. D., et al. Social Media Use and Cyber-Bullying: A Cross-National Analysis of Young People in 42 Countries. *Journal of Adolescent Health* 2020; 66(6): S100-S108. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2020.03.006.

Поступила/Received: 16.04.2024

Принята в печать/Accepted: 13.05.2024