

ПСИХОСОЦІАЛЬНІ ЧИННИКИ ВРАЗЛИВОСТІ МОЛОДІ ДО ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ: РОЛЬ СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ ТА СІМЕЙНИХ ЗВ'ЯЗКІВ

PSYCHOSOCIAL FACTORS OF YOUTH VULNERABILITY TO INTERNET ADDICTION: THE ROLE OF SOCIAL SUPPORT AND FAMILY CONNECTIONS

Актуальність дослідження зумовлена стрімким зростанням інтернет-залежності серед молодого покоління, що розглядається сучасною психологією як одна з найпоширеніших форм поведінкових адикцій, пов'язаних із цифровими технологіями. У контексті швидкої цифрової трансформації суспільства інтернет виступає не лише інструментом навчання, спілкування та самореалізації, а й засобом уникнення труднощів реального життя, компенсації дефіциту емоційної підтримки та соціальної належності. Молодіжний вік є особливою чинником до впливу цифрового середовища у зв'язку з нейропсихологічною незрілістю виконавчих функцій, підвищеною емоційною реактивністю, нестабільністю самооцінки, пошуком ідентичності та визнання. Це створює «вікно вразливості», у межах якого цифрові платформи задовольняють базові психологічні потреби швидким, але не завжди безпечним способом, підвищуючи ризики формування адиктивної поведінки.

Методологія дослідження ґрунтується на системному аналізі наукових публікацій вітчизняних і зарубіжних авторів, узагальненні результатів емпіричних досліджень та синтезі концептуальних підходів до проблеми інтернет-залежності.

У результаті проведеного теоретичного аналізу встановлено, що інтернет-залежність у молоді є поліструктурним явищем, яке формується на стику когнітивних, емоційно-вольових, мотиваційних та соціальних компонентів особистості. Вік виступає не лише фоновим параметром, а ключовим фактором ризику: юність характеризується незрілістю механізмів самоконтролю, імпульсивністю, дефіцитом досвіду побудови безпечних офлайн-зв'язків і пошуком самоствердження, що підвищує вразливість до цифрових компенсаторів. Визначено, що сімейні зв'язки є провідним модератором ризику інтернет-залежності: гіпоопіка, емоційна холодність, суперечливі або гіперконтролюючі стилі виховання стимулюють компенсаторне занурення в онлайн-середовище, тоді як підтримувальна, стабільна, емпатійна родина формує навички саморегуляції та знижує потребу у віртуальній втечі. Соціальна підтримка з боку сім'ї, однолітків та соціальних інститутів виступає буфером, що зменшує негативний вплив стресових чинників та знижує ризик залежної поведінки, тоді як її відсутність створює хибний цикл уникання реальних взаємодій.

Ключові слова: молодість, юнацький вік, інтернет-залежність, сім'я, батьки, соціальне середовище.

Relevance of the study is driven by the rapid increase in Internet addiction among the younger generation, which modern psychology identifies as one of the most widespread forms of behavioral addictions linked to digital technologies. In the context of the fast-paced digital transformation of society, the Internet functions not only as a tool for learning, communication, and self-realization but also as a means of escaping real-life challenges, compensating for the lack of emotional support, and fulfilling the need for social belonging. Adolescence is particularly sensitive to the impact of the digital environment due to the neuropsychological immaturity of executive functions, heightened emotional reactivity, unstable self-esteem, and the active search for identity and recognition. This creates a "window of vulnerability" in which digital platforms satisfy fundamental psychological needs in a fast but not always safe manner, thereby increasing the risk of developing addictive behaviors.

Methodology of the study is based on a systematic analysis of scientific publications by domestic and international scholars, the generalization of empirical findings, and the synthesis of conceptual approaches to the problem of Internet addiction.

The theoretical analysis has established that Internet addiction among young people is a multi-structured phenomenon emerging at the intersection of cognitive, emotional-volitional, motivational, and social components of personality. Age is not merely a background variable but a key risk factor: adolescence is marked by underdeveloped self-control mechanisms, impulsivity, a lack of experience in building safe offline relationships, and an intense need for self-affirmation, all of which increase vulnerability to digital compensators. Family relationships have been identified as a primary moderator of Internet addiction risk: neglect, emotional coldness, inconsistent or overly controlling parenting styles push adolescents toward compensatory immersion in online environments, whereas supportive, stable, and empathetic family bonds foster self-regulation skills and reduce the need for digital escape. Social support from family, peers, and social institutions serves as a protective buffer that mitigates the negative effects of stressors and lowers the likelihood of addictive behaviors, while its absence reinforces maladaptive avoidance strategies and dependence on virtual interactions.

Key words: youth, adolescence, Internet addiction, family, parents, social environment.

УДК 159.922.7:004.738.5-043.5:316.6
DOI <https://doi.org/10.32782/hbts.76.17>
Стаття поширюється на умовах
ліцензії CC BY 4.0

Асєєва Ю.О.

д.психол.н., професор,
академік НАН ВО України,
завідувач кафедри мовної та психолого-педагогічної підготовки
Одеський національний економічний
університет

Грігор К.О.

здобувач другого (магістерського) рівня
Одеський національний економічний
університет

Вступ. У сучасному світі цифрові технології та Інтернет стали невід'ємною частиною життя молоді, відкриваючи безмежні можливості для навчання, комунікації та самореалізації. Проте поряд із позитивними аспектами глобальної мережі зростає ризик формування інтернет-залежності – спе-

цифічної поведінкової адикції, що призводить до психологічного дистресу, порушення соціальної адаптації та зниження якості життя. Проблема інтернет-залежності серед молодого покоління є однією з найбільш актуальних у сучасній психології та соціальних науках, оскільки саме юнацький

вік є періодом активного формування ідентичності, пошуку соціальних зв'язків і визначення власного місця в суспільстві.

Дослідження останніх років як зарубіжних (К. Янг, М. Гріффітс та Д. Кусс, Р. Девіс), так і українських (Ю. Асєєва, Ю. Ганган, О. Камінська, Н. Пашко, І. Губарева, О. Тихонова, Т. Скрипник, М. Цибульська, О. Яворовська та інші) науковців, показують, що вразливість молоді до інтернет-залежності зумовлюється не лише індивідуально-психологічними особливостями (низька самооцінка, емоційна дисрегуляція, проблеми з контролем імпульсів), але й низкою психосоціальних чинників [1–21]. До них належать: дефіцит реальної соціальної підтримки, конфліктність у родині, дисфункціональні стилі виховання, недостатність позитивної прив'язаності, а також вплив онлайн-середовища як компенсаторного простору, де молодь намагається отримати відчуття прийняття, значущості та емоційної безпеки [2; 5; 6; 9; 11].

Особливої уваги заслуговує роль сімейних зв'язків і соціальної підтримки у профілактиці та зниженні ризику інтернет-залежності. Саме родина є первинним соціалізаційним середовищем, яке формує механізми саморегуляції, здатність до побудови здорових стосунків і критичне ставлення до цифрових практик. Своєю чергою, відсутність емоційного контакту з батьками, суперечливі виховні стратегії, гіперопіка чи гіпоопіка створюють умови, за яких молода людина шукає підтримку у віртуальних мережах, замінюючи реальні стосунки онлайн-взаємодіями.

Отже, вивчення психосоціальних чинників вразливості молоді до інтернет-залежності, зокрема ролі соціальної підтримки та сімейних зв'язків, є важливим кроком для розробки ефективних профілактичних програм і психотерапевтичних втручань. Такий підхід не лише дозволяє глибше зрозуміти механізми формування адиктивної поведінки, але й сприяє створенню цілісних міждисциплінарних стратегій підтримки психологічного благополуччя молодого покоління.

Мета статті – систематизація теоретичних основ вивчення психосоціальних чинників вразливості молоді до інтернет-залежності з акцентом на ролі соціальної підтримки та сімейних зв'язків у формуванні адаптивних чи ризикових моделей поведінки в цифровому середовищі.

Матеріали та методи. Стаття базується на системному аналізі наукових публікацій вітчизняних та зарубіжних авторів, узагальненні результатів емпіричних досліджень та синтезі теоретичних підходів до розуміння механізмів інтернет-залежності. Для досягнення мети застосовано методи контент-аналізу, порівняльно-історичний підхід, логіко-сміслову узагальнення та структурно-функціональний аналіз, що дозволяє комплексно оцінити вплив соціальної підтримки та сімейних взаємодій на рівень вразливості молоді до інтернет-адиктивної поведінки.

Результати. Молодь становить унікальну соціально-демографічну групу, яка перебуває у перехідному стані між дитинством і дорослістю, проходячи складний шлях становлення ідентичності, формування ціннісних орієнтирів, самосвідомості та освоєння соціальних ролей. Ще у XX столітті відомі психологи та педагоги, серед яких Ж. Піаже, Е. Еріксон, Л. С. Виготський, наголошували, що цей вік є критичним для когнітивного, емоційного та соціального розвитку. Саме в юності, за Е. Еріксоном, людина стикається з основним психосоціальним викликом – подоланням конфлікту «ідентичність – розмитість ролей», і невдача в його вирішенні може закласти основу для розвитку дезадаптивної чи адиктивної поведінки [3; 14; 19].

На початку XXI століття, у реаліях цифрової трансформації соціального простору, класичні підходи до розуміння юності зазнають перегляду. Сучасні дослідники З. Бауман, М. Кастельс, Ю. Габермас описують юність як етап «мобільної суб'єктності», коли віртуальні середовища стають простором соціалізації, емоційної компенсації та пошуку себе [12; 16]. З. Бауман уводить концепт «рідкої ідентичності», яка формується в умовах нестабільних соціальних зв'язків і швидкоплинного інформаційного середовища. М. Кастельс підкреслює, що кіберплатформи перетворюються на ключове поле побудови ідентичності, де самосприйняття залежить від зовнішнього цифрового схвалення. Ю. Габермас акцентує на тому, що публічна сфера переміщується онлайн, а раціональні дискусії замінюються фрагментарними емоційними сигналами, що формує ситуативні, «віртуальні Я», адаптовані під очікування цифрового середовища [12; 16].

За класифікацією ВООЗ юність охоплює вік від 10 до 24 років, в межах якого виділено підгрупу молоді 15–24 років [20]. Цей період є надзвичайно чутливим, оскільки відбувається перехід від дитячої залежності до дорослої автономії. Психологічно він супроводжується глибинними трансформаціями: становленням цілісної ідентичності, розвитком емоційної саморегуляції, інтеграцією в соціальне середовище, пошуком моральних орієнтирів. Нейропсихологічно юність характеризується активним дозріванням виконавчих функцій мозку, особливо префронтальної кори, відповідальної за контроль імпульсів, планування, прийняття рішень. Однак цей розвиток є нерівномірним: емоційна реактивність та потяг до новизни переважають над здатністю до стримування імпульсів, що створює «вікно вразливості» до поведінкових адикцій, зокрема інтернет-залежності.

Інтернет у цей період виконує функції швидкого задоволення ключових психологічних потреб: належності, визнання, емоційного підкріплення, компенсації дефіциту безпечних офлайн-зв'язків. Дослідження українських науковців показують, що молодь часто живе в умовах «соціальної міжчасовості», коли немає стабільних зовнішніх опор для побудови ідентичності і цифрове середовище

стає її заміником, пропонуючи рольові проби, емоційну стабілізацію та соціальне дзеркало [1; 4; 10]. Б. Ломачинський наголошує, що дефіцит довіри та позитивного зворотного зв'язку в реальних контактах змушує молодь шукати його онлайн навіть ціною втрати балансу між реальністю та віртуальною втечею. Серед ключових психологічних предикторів інтернет-залежності у юнацькому віці він виділяє занижену самооцінку, ригідність мислення, слабку довіру в міжособистісних стосунках та вразливість до соціального тиску [6].

Таким чином, юність можна вважати сенситивним періодом до впливу цифрових стимулів через поєднання нейробіологічної незрілості, емоційної реактивності, нестабільності самооцінки та соціальної фрагментованості сучасного середовища. Інтернет стає для молоді легким, швидким, але не завжди безпечним способом задовольнити базові потреби розвитку, що підвищує ризики формування залежної поведінки.

На думку Ю. Асєєвої та Ю. Ганган, інтернет-залежність у молоді є багаторівневим феноменом, що формується під впливом взаємодії когнітивних, емоційно-вольових, мотиваційних та поведінкових процесів. Вона тісно пов'язана з пошуком психологічної підтримки та можливістю емоційного розвантаження у віртуальному середовищі [1; 2; 4].

Ю. Асєєва зазначає, що підлітки та молоді дорослі найчастіше схильні до кіберадикції через незадоволеність базових потреб: прийняття, автономії, значущості, а також через досвід порушення емоційної безпеки в сімейному середовищі. На її думку, цифровий простір виступає своєрідною «паралельною реальністю», у якій молодь намагається компенсувати фрустровані потреби, уникаючи невизначеності та труднощів живого спілкування [1; 2].

Вік виступає не лише фоновим параметром, а вагомим фактором ризику у формуванні інтернет-залежної поведінки. Найбільш уразливими є підлітки з низькою самооцінкою, дефіцитом підтримки з боку батьків чи досвідом емоційного відчуження. Це узгоджується з висновками О. Слободяник, яка підкреслює роль соціально-психологічних чинників, домінування поверхневих форм комунікації, нестабільності ідентичності, труднощів з інтеграцією соціальних норм. Її дослідження показують, що у віковому діапазоні 16–23 років фіксується найбільша когнітивна й емоційна залученість у цифрове середовище, що знижує критичність сприйняття та підвищує ризик компульсивного використання мережі [9].

Загалом, вразливість молоді до інтернет-залежності є багатофакторною та зумовленою поєднанням біологічних, когнітивних, соціальних і культурних чинників. Юнацький вік характеризується нейропсихологічною незрілістю префронтальних зон мозку, відповідальних за планування, контроль і саморегуляцію, водночас з підвищеною активністю лімбічної системи, яка стимулює імпульсивні реакції. Як наголошують українські науковці, саме

ця особливість робить використання інтернету зручним засобом для швидкого отримання задоволення, емоційної компенсації та уникнення реальних соціальних викликів [1; 8; 11].

З точки зору соціально-психологічного розвитку молоді люди мають підвищену потребу у схваленні, належності та підтвердженні власної цінності, що часто реалізується в онлайн-просторі. Соціальні мережі, відеоплатформи та ігрові спільноти задовольняють ці потреби, пропонуючи швидкий зворотний зв'язок та ілюзію стабільних зв'язків. Дослідження О. Слободяник показують, що низький рівень соціальної підтримки в реальному житті, конфліктні чи відсторонені стосунки з батьками та емоційна нестійкість значно підвищують ризик цифрової адикції [9].

Сучасні наукові дані підкреслюють, що молодь характеризується підвищеною емоційною чутливістю та схильністю використовувати інтернет як засіб регуляції психоемоційного стану у відповідь на фрустрацію, самотність, тривожність чи відчуття нудьги. Дослідники зазначають, що цифрове середовище для багатьох молодих людей стає своєрідним «простором безпеки», де можна тимчасово уникнути емоційного тиску, непередбачуваності соціальних контактів або внутрішнього дистресу. У таких випадках залежність від онлайн-активностей виконує роль копінг-стратегії, знижуючи рівень психологічної напруги, але водночас посилюючи соціальну ізоляцію та зменшуючи здатність до подолання труднощів у реальному світі [4; 5; 7; 10].

Клінічні спостереження свідчать, що у молоді з інтернет-залежністю нерідко фіксуються прояви емоційної нестабільності, тенденція до відкладання справ, зниження якості сну, симптоми депресивного або тривожного спектру. Частими є випадки дисфорії у разі обмеження доступу до мережі, емоційного вигорання та зниженого настрою.

Емпіричні дослідження Е. Моріно та Дж. Гоена підтверджують, що прокрастинація, порушення сну й депресивні прояви є типовими супутниками інтернет-залежної поведінки серед молоді. Додатково Л. Петерсен і Р. Хейман встановили, що у молодих людей, які проводять онлайн понад три години на добу, значно частіше виявляється соціофобія. Це створює замкнене коло, коли уникання офлайн-взаємодій підтримується і підсилюється постійною активністю у віртуальному просторі, що ускладнює формування реальних соціальних навичок та здатності до емоційної саморегуляції [16; 18].

Підсумовуючи, можна підкреслити поліструктурний характер інтернет-залежності у молоді, який поєднує дефіцит мотиваційної сфери, зниження адаптаційного потенціалу, емоційну вразливість і фрагментарність самосприйняття. Віртуальне середовище часто стає не лише засобом комунікації чи розваги, а й способом втечі від реальних труднощів, платформою для створення заміщувальних ідентичностей – аватарів, бло-

гів, онлайн-персонажів, що ще більше віддаляє молоду людину від реального «Я» і поглиблює ризик залежності [1; 5; 6; 9].

Після розгляду механізмів емоційної вразливості молоді та її схильності використовувати інтернет як спосіб психологічного захисту доцільно детальніше проаналізувати вікову специфіку цього явища з урахуванням сучасних наукових досліджень та емпіричних даних вітчизняних авторів.

Психофізіологічна вразливість юнацького віку. У цей період відзначається підвищена нейропсихологічна пластичність, що відкриває як широкі можливості для розвитку, так і підвищені ризики закріплення неадаптивних моделей поведінки. Недостатня сформованість механізмів самоконтролю, схильність до імпульсивних реакцій та обмежений досвід безпосередніх міжособистісних контактів призводять до того, що інтернет стає основним інструментом для регуляції емоційного стану та способом уникнення складних психоемоційних переживань.

Цифрова соціалізація як нова норма розвитку. Сучасна молодь здебільшого засвоює ключові соціальні ролі у віртуальних середовищах, що зумовлює формування особливого типу соціалізації. Онлайн-ідентичність базується на негайному підкріпленні: лайках, переглядах, цифрових статусних маркерах, що значно підвищує залежність від онлайн-схвалення та знижує здатність витримувати фрустрації у реальних соціальних взаємодіях.

Проблема «незавершеної ідентичності». Юність є особливо чутливим етапом формування особистісних меж та власного «Я». У разі відсутності достатньої підтримки у реальному соціальному середовищі молодь переносить пошук ідентичності у віртуальний простір, створюючи там «альтернативні образи себе». Це підсилює ризик розвитку компульсивної онлайн-поведінки, яка підтримується ілюзією прийняття, контролю чи особливої значущості, але водночас знижує здатність витримувати виклики реального життя.

Гендерні особливості вразливості. Низка сучасних досліджень свідчить, що дівчата частіше використовують інтернет як ресурс емоційної підтримки, спосіб ділитися переживаннями та діставати соціальне схвалення, що підвищує ризики залежності при нестабільному емоційному стані. Хлопці переважно схильні до інтенсивного занурення у геймінг, кіберзмагання чи онлайн-комунікацію, що слугує способом задоволення потреби у домінуванні, досягненнях та статусному визнанні.

Психологічна потреба в «онлайн-утечі». Сучасна соціальна реальність, що характеризується економічною, політичною та культурною нестабільністю, а також хронічними стресовими впливами (зокрема, у період воєнного стану), підштовхує молодь до втечі у віртуальний світ як до безпечного простору психологічного самозахисту. Однак така стратегія часто закріплює нестійкі

патерни поведінки: залежність від онлайн-присутності, уникання реальних труднощів, емоційне виснаження та зниження почуття власної ефективності.

Загалом інтернет-залежність серед молоді формується у складній взаємодії біопсихологічних особливостей, специфіки сучасної соціалізації, гендерних патернів розвитку, екзистенційних викликів і незавершених процесів становлення ідентичності. У цифрову епоху ці чинники не лише створюють фон для ризику залежної поведінки, але й стають визначальними у виборі поведінкових стратегій, спрямованих на пошук безпеки, самопрезентацію та емоційну компенсацію у віртуальному просторі.

Висновки. Отже, інтернет-залежність у молоді є багатофакторним феноменом, який формується на стику біологічних, когнітивних, емоційних, соціальних та культурних впливів. Цей тип поведінкової залежності проявляється як порушення контролю над онлайн-активністю, що призводить до психологічного дистресу, зниження міжособистісної взаємодії та труднощів у реальній соціалізації.

Вікова специфіка юності створює «вікно вразливості» до формування інтернет-залежності. Незрілість префронтальної кори, підвищена емоційна реактивність, нестабільність самооцінки та потреба у швидкому задоволенні базових психологічних потреб роблять цифровий простір привабливим джерелом компенсації. Саме в цьому віці віртуальне середовище часто підміняє реальні стосунки та стає основним механізмом регуляції емоцій.

Сімейні зв'язки виступають ключовим предиктором ризику або захисту від формування інтернет-залежності. Дефіцит прив'язаності, емоційна холодність, непослідовні або надмірно контролюючі стилі виховання підвищують вірогідність залежної поведінки, змушуючи молодь шукати емоційне прийняття, підтримку та визнання у цифровому середовищі. Навпаки, емпатійне, стабільне та підтримувальне родинне оточення знижує цей ризик, формуючи навички саморегуляції та конструктивного вирішення проблем.

Соціальна підтримка є важливим буфером, що зменшує негативний вплив стресових чинників та підвищує психологічну стійкість молоді. Недостатність підтримки з боку сім'ї, друзів чи соціальних інститутів посилює потребу в онлайн-компенсаторах, підкріплюючи звичку уникати реальних труднощів через віртуальні взаємодії.

Гендерні відмінності у вразливості до інтернет-залежності зумовлені різницею у мотиваційних пріоритетах: дівчата частіше використовують мережу для отримання емоційної підтримки, комунікації та соціального схвалення, тоді як хлопці схильні до геймінгу, кіберзмагань і поведінки, орієнтованої на досягнення та статусність. Це вказує на необхідність диференційованих підходів у профілактиці та психотерапевтичних програмах.

Інтернет виступає копінг-стратегією, яка тимчасово знижує емоційну напругу, але довгостроково формує стійкі неадаптивні патерни поведінки: уникання проблем, прокрастинацію, зниження толерантності до фрустрацій, соціальну ізоляцію. Це створює ризики вторинних психоемоційних розладів – тривожності, депресивних станів, соціофобії.

Отримані дані свідчать про необхідність комплексної профілактики інтернет-залежності, що включає: розвиток емоційної грамотності та навичок саморегуляції; зміцнення сімейних зв'язків та психоосвіту батьків; створення програм соціальної підтримки молоді; підвищення критичного мислення щодо онлайн-контенту та формування здорових моделей цифрової взаємодії.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Асєєва Ю. О. Кіберадикції молоді як проблема XXI століття : монографія. Львів : «Орал», 2020. 414 с.
2. Асєєва Ю. О. Негармонійні стилі сімейного виховання кібер-адиктів (очима батьків). *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2020. Т. 31 (70). № 3. С. 17. DOI: <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2020.3/01>
3. Виготський Л. С. Психологія розвитку дитини. Київ : Видавництво «Радянська школа», 1991. 432 с.
4. Ганган Ю. С., Асєєва Ю. О. Фабінг як мультидисциплінарна проблема сучасного суспільства. *Вісник морської медицини*. 2023 № 4(101). С. 146–152. DOI: <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.10606844>
5. Камінська О. В. Інтернет-залежність у юнацькому віці як чинник дезадаптації особистості. *Психологія і суспільство*. 2022. № 3. С. 105–113.
6. Ломачинський Б. І. Психосоціальні детермінанти інтернет-залежності молоді. Проблеми сучасної психології. 2025. Вип. 62. С. 127–138.
7. Пашко Н. О. Психологічна профілактика інтернет-залежності у підлітків. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка*. 2021. № 4 (343). С. 132–138.
8. Семиченко В. О. Психологія : підручник. Київ : Видавничий центр «Академія», 2005. 472 с.
9. Слободяник О. О. Соціально-психологічні чинники інтернет-залежності у молоді. *Наукові записки*

Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. 2021. № 1 (90). С. 142–151.

10. Цибульська М. Є. Цифрова адикція в молодіжному середовищі: психологічна діагностика та профілактика. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія «Психологія»*. 2021. № 1 (14). С. 45–49.

11. Яворовська О. С. Психологічна структура інтернет-залежної поведінки підлітків. *Психологія і суспільство*. 2020. № 1. С. 95–100.

12. Bauman Z. *Liquid Modernity*. Cambridge : Polity Press, 2000. 228 p.

13. Castells M. *The Rise of the Network Society*. 2nd ed. Oxford : Wiley-Blackwell, 2010. 656 p.

14. Erikson E. H. *Identity: Youth and Crisis*. New York : W. W. Norton & Company, 1968. 336 p.

15. Griffiths M. D., Kuss D. J. Internet addiction: A systematic review of epidemiological research for the last decade. *Current Pharmaceutical Design*. 2015. Vol. 20(25). P. 4026–4052.

16. Habermas J. *The Structural Transformation of the Public Sphere*. Cambridge : MIT Press, 1991. 301 p.

17. Kuss D. J., Griffiths M. D. *Internet addiction in psychotherapy*. London : Palgrave Macmillan, 2015. 222 p.

18. Morino E., Gohen J. Digital coping and emotional dysregulation among young adults with Internet addiction symptoms. *Journal of Behavioral Addictions*. 2022. Vol. 11(1). P. 45–57. DOI: <https://doi.org/10.1556/2006.2022.00005>.

19. Piaget J. *The psychology of the child*. New York : Basic Books. 1972. 255 p.

20. World Health Organization. *Health for the World's Adolescents: A Second Chance in the Second Decade*. Geneva : WHO, 2014. 64 p. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-FWC-MCA-14.05>

21. Young K. S. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*. 1998. Vol. 1(3). P. 237–244. DOI: <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>

Стаття надійшла у редакцію: 01.08.2025

Стаття прийнята: 13.08.2025

Опубліковано: 23.10.2025