



DOI <https://doi.org/10.32782/3041-1297/2026-2-25>

С. В. Герасіна, В. І. Панфілова

Університет Григорія Сковороди в Переяславі, м. Переяслав, Україна

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8733-2600> – С. В. Герасіна

<https://orcid.org/0009-0005-7159-1906> – В. І. Панфілова



all.365.foto@gmail.com

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЧИННИКІВ ФОРМУВАННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ

Анотація. У статті висвітлено нагальну проблему інтернет-залежності сучасних підлітків. Окреслено реальні проблеми сьогодення: повномасштабна війна, вимушена міграція, дистанційне навчання, періодичні відключення електроенергії, часті обстріли й перебування в укриттях та інші стресові обставини, які призводять до того, що інтернет є основним простором для спілкування, навчання, роботи та дозвілля з його психоемоційним переключенням. Визначено мету і завдання, які реалізовано у пілотному дослідженні щодо впливу чинників на формування адикції зростаючої особистості. Теоретико-емпірично досліджено вплив психоособистісних, психосоціальних, сімейних та чинників Інтернет-середовища на виникнення інтернет-залежності у сучасних підлітків. На основі теоретичного аналізу наукових джерел із проблеми інтернет-адикції, обґрунтовано методологічні підходи її дослідження. Описано процедуру емпіричного дослідження, яке проводилося у форматі пілотного анкетування підлітків Ірпінського академічного ліцею «Мрія», вибірку становили 33 учня 7-го класу (12–14 років). Узагальнено результати емпіричного дослідження, що свідчать про нижче середній рівень прояву чинників у межах нормативного користування Інтернетом, що на разі не спричиняє залежну поведінку. Акцентовано увагу на групі підлітків із високими показниками-маркерами інтернет-залежності, які становлять групу-ризик і потребують упровадження профілактичних заходів. Наукова новизна полягає у проведенні емпіричного дослідження на виявлення різноаспектних п'яти груп чинників, які спричиняють виникнення інтернет-залежності, визначають зону ризику, що практично й було перевірено у межах пілотного дослідження. Практичне значення полягає у можливості застосування запропонованого діагностичного інструменту для ідентифікації групи-ризик підлітків з інтернет-залежністю на ранній стадії та вчасне провадження профілактичних заходів. Емпіричне дослідження показало, що пілотне дослідження дає змогу оперативно виявити й оцінити реальні чинники загрози, чинники ризику, що є провідною умовою профілактики інтернет-залежності підлітків.

Ключові слова: авторська анкета, інтернет-залежність, підлітки, профілактика інтернет-залежності, чинники інтернет-залежності, цифрове середовище.

S. V. Herasina, V. I. Panfilova

Hryhorii Skovoroda University in Pereiaslav, Pereiaslav, Ukraine

AN EMPIRICAL STUDY OF THE FACTORS CONTRIBUTING TO INTERNET ADDICTION AMONG ADOLESCENTS

Abstract. This article addresses the pressing problem of Internet addiction among today's adolescents. It outlines the actual problems of nowadays: full-scale war, forced migration, distance learning, periodic power outages, frequent shelling and time spent in shelters, and other stressful circumstances, that, as a result, have made the Internet the main space for learning, communication, leisure, and emotional relief. The goals and objectives of a pilot study investigating the influence of various factors on the development of addiction in adolescents were defined and implemented. The influence of psychopersonal, psychosocial, family-related and internet environment factors on the development of Internet addiction among today's adolescents was investigated through theoretical and empirical approaches. Based on a theoretical analysis of scientific sources addressing the problem of Internet addiction, the methodological approaches to its study

were substantiated. The procedure of the empirical study is described, which was conducted as a pilot survey of adolescents at the Irpin Academic Lyceum «Mriia»; the sample consisted of 33 seventh-grade students (ages 12–14 years). The results of the empirical study are summarized, indicating a below-average level of factors within the range of normative Internet use, which currently does not lead to addictive behavior. Attention was focused on a group of adolescents with high scores on Internet addiction indicators, which represents a risk group and requires the implementation of preventive measures. The scientific novelty lies in conducting an empirical study to identify five different groups of factors that contribute to the development of Internet addiction and define the risk zone, which was verified in practice as part of a pilot study. The practical significance of the study lies in the possibility of applying the proposed diagnostic tool to identify, at an early stage, a risk group of adolescents prone to Internet addiction and to implement timely preventive measures. The empirical study demonstrated that a pilot study makes possible to identify quickly and evaluate actual threats and risk factors, which is a key prerequisite for the prevention of Internet addiction among adolescents.

Key words: author-developed questionnaire, internet addiction, adolescents, prevention of internet addiction, factors of internet addiction, digital environment.

Постановка проблеми. У сучасних реаліях інтернет став невід'ємним складником нашого життя, підлітки є яскравим прикладом того, що дозволяє, навчання, спілкування майже неможливо уявити без використання інтернет-мережі [5, с. 96]. Окремим чинником, що спричинив збільшення часу перебування підлітків в інтернеті, є військові події в Україні. Міграція, навчання онлайн, блекаути – це складні реальні будні більшості українців, які підвищують частоту користування мережею та, як наслідок, збільшують шанси виникнення інтернет-залежної поведінки індивіда.

Так, П. Сахно, Д. Данілова, М. Лутцева у дослідженні приділяють особливу увагу віковим новоутворенням підлітків: прагненню бути незалежними, стрімкий розвиток індивідуума, рефлексії як факторам, що прокладають вектор їхньої поведінки, взаємодії з оточенням і цифровим середовищем та можуть впливати на ризик формування інтернет-залежності [6, с. 108].

Проблема інтернет-залежності досліджувалася багатьма як зарубіжними вченими (К. Янг [12], М. Гріффітс [11], Р. Девіс [10]), так і українськими науковцями (Х. Турецькою [7], Л. Юр'євою, Т. Больбот [9], Т. Вакуліч [1], О. Камінською [3]). Дослідження вищезазначених учених не мають комплексного підходу до вивчення питання чинників формування інтернет-залежності, ураховуючі психологічні вікові особливості підлітків. Отже, є актуальним підхід, що показує взаємозв'язок між психоособистісними, психосоціальними, сімейними чинниками та чинниками інтернет-середовища як ключовими факторами впливу на інтернет-залежність підлітків.

Аналіз досліджень і публікацій. Праці зарубіжних учених К. Янг [12], М. Гріффітса [11] та Р. Девіса [10] стали ключовими у вивченні питання інтернет-залежності. Щодо українських дослідників, то Т. Вакуліч [1], Х. Турецька [7], О. Камінська [3], Л. Юр'єва,

Т. Больбот [9] допомогли значно просунутися у цьому питанні, а саме з позиції передумов виникнення інтернет-залежності.

Так, Т. Вакуліч виділяє психологічні, соціально-психологічні і соціальні чинники [1, с. 8–9]. Х. Турецька розробила «трикомпонентну модель чинників інтернет-залежності», тобто чинники розглядаються на трьох рівнях і на кожному з них мають певний вплив на формування інтернет-залежності [8, с. 101]. Згадані вчені не враховували вікові новоутворення підлітка як індивіда, зміни його світосприйняття й саморефлексії, натомість Ю. Вінтюк та Ю. Керебко приділили цьому увагу у своїх роботах. За словами Ю. Керебко, інтернет-залежність може виникати тоді, коли людина стикається з труднощами у реальному житті: нестачею підтримки та спілкування, проблемами в родині, відчуттям самотності, труднощами у налагодженні стосунків або прагненням уникнути стресу та відповідальності. Це особливо відчутно для підлітків, оскільки вони знаходяться на етапі розвитку особистості [4, с. 190–191]. Ю. Вінтюк віддає ключову роль сімейному вихованню та взаємовідносинам в родині й наголошує на важливості базової підтримки від дорослих [2].

Попри значну кількість досліджень різних учених, питання інтернет-залежності не має комплексного підходу до виявлення чинників ризику інтернет-адикції серед підлітків.

Мета статті полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному дослідженні різноаспектних чинників інтернет-залежності підлітків.

Виклад основного матеріалу дослідження. Емпіричне дослідження проводилося серед учнів підліткового віку (7-й клас) методом анкетування, що є додатковим діагностичним інструментом. Вибірку становили 33 підлітка (17 хлопців і 16 дівчат), вікова категорія – 12–14 років (ранній підлітковий вік). З огляду на невеликий обсяг вибірки та її обмеженість учнями одного закладу освіти, дослідження має пілотний (апробаційний)

характер. Отримані результати не можуть розглядатися як підстава для стандартизації психодіагностичного інструменту.

Твердження, закладені в основу авторської анкети, розроблені згідно з ключовими положеннями досліджень К. Янг, Т. Больбот, Л. Юр'євої, Т. Вакуліч, Т. Ісакової, Х. Турецької з проблеми інтернет-залежності. Під час розроблення тверджень-запитань було враховано вікові особливості підлітків, оскільки ця категорія має специфічну організацію психіки, значно відмінну від дорослих.

Необхідність розроблення й апробації авторської анкети зумовлена емпіричним дослідженням комплексу чинників як передумов виникнення інтернет-залежної поведінки. Так, методика К. Янг дає можливість діагностувати вже наявну інтернет-залежність та ступінь її прояву, однак не визначає чинники, які її спричиняють. Методика має певні обмеження і не сприяє превентивним заходам, вчасному впровадженню психопрофілактики, яка передбачає виявлення чинників ще до появи інтернет-залежності. Практика засвідчує, що профілактика є запорукою уникнення/послаблення адикції.

Авторська анкета складається з 5 блоків та 25 тверджень, кожне з яких оцінюється у межах від 1 до 5 балів (1 – ніколи, 2 – рідко, 3 – іноді, 4 – часто, 5 – завжди). Для обробки емпіричних даних по кожному блоці розраховується загальна сума балів (від 5 до 25). Підсумковий бал за кожним окремим блоком визначає ступінь (силу) дії чинника: низький (5–11 балів), середній (12–18 балів) та високий (19–25 балів). Зміст авторської анкети викладено в табл. 1.

Структура анкети містить п'ять блоків, кожен із яких відображає окрему групу чинників ризику формування інтернет-залежності.

Блок I охоплює психоособистісні чинники (риси особистості та емоційні стани). Аналіз теоретичних досліджень Т. Больбот, Л. Юр'євої, Х. Турецької, К. Янг, Р. Девіса дає можливість виокремити ці чинники в окремий блок. Учені наголошують, що емоційна нестабільність, тривожність, низька самооцінка, невпевненість у собі, труднощі в емоційній саморегуляції є основними передумовами виникнення інтернет-залежності.

Блок II – психоособистісні чинники (спрямованість, психологічні потреби та мотивація). Ключовими у розробленні цього блоку є дослідження Т. Ісакової, Т. Вакуліч, К. Янг та М. Гріффітса. Згідно з їхніми науковими позиціями, недостатнє задоволення потреб у схваленні, визнанні за рахунок підтвердження власної цінності може призвести до зловживання інтернетом.

Дослідження Т. Вакуліч, Ю. Керебко, Х. Турецької щодо труднощів міжособистісного спілкування, дефіциту соціальної підтримки та переваг онлайн-комунікації над реальними контактами як ризику інтернет-залежності взято за основу для блоку III шкали – психосоціальні чинники (спілкування). Ця шкала оцінює, наскільки підлітки задоволені спілкуванням онлайн, схильні переносити міжособистісну взаємодію з реального життя в інтернет, надають перевагу спілкуванню в мережі порівняно з спілкуванням у реальному житті.

У дослідженні враховано наукові підходи Т. Больбот, Л. Юр'євої, Ю. Вінтюка, Ю. Керебко щодо впливу сімейного середовища на формування інтернет-залежності, саме тому блок IV – сімейні чинники було додано до авторської анкети, оскільки недостатня увага з боку батьків, відсутність чітких правил використання гаджетів у сім'ї та конфліктні ситуації можуть сприяти використанню інтернету як способу втечі від реальності, зокрема для уникнення емоційного дискомфорту, психологічної ізоляції та труднощів у спілкуванні.

Також до уваги взято ключові характеристики інтернету: доступність, можливість анонімної самопрезентації, швидке отримання соціального схвалення, відчуття психологічного комфорту й безпеки, про які згадують Т. Ісакова, Х. Турецька у своїх працях, що й стало основою для блоку V – чинники інтернет-середовища.

Результати пілотного емпіричного дослідження, проведеного серед підлітків 12–14 років, наведено в таблиці 2.

Аналітичний огляд отриманих результатів емпіричного дослідження дав змогу виявити провідні чинники, що впливають на формування інтернет-залежності серед респондентів.

Узагальнені результати по блоку I – психоособистісні чинники (емоційні стани та особистісні риси) свідчать, що низький рівень прояву чинника зафіксовано у 39,4% респондентів, середній – у 48,5% та високий – у 12,1%. Отже, середній рівень прояву чинника за цим блоком має найвищий показник, варто звернути увагу, що він є найбільш проявленим серед усіх п'яти блоків. Це вказує на те, що учасники дослідження мають ознаки невпевненості у собі, нестабільну самооцінку, не здатні відстежувати власні емоції. Звісно, це може бути пов'язано з віковими особливостями підлітків, але це необхідно врахувати, оскільки в подальшому може призвести до використання інтернету для подолання негативних почуттів. Паралельно формується значна частка з високим рівнем вираженості за блоком I – 12,1%, що потребує особливої уваги та проведення профілактичних заходів,

Таблиця 1

**Зміст авторської анкети для первинної оцінки потенційних чинників ризику
інтернет-залежної поведінки підлітків**

	Твердження	ніколи	рідко	іноді	часто	завжди
I. Психосообистісні чинники (особистісні риси та емоційні стани)						
11	Я часто відчуваю пригнічений або сумний настрій.					
22	Я часто хвилююся без зрозумілої причини.					
33	Мені здається, що я гірший/гірша за інших.					
44	Мені важко бути впевненим(ою) у собі в реальному житті.					
55	Мені легше виражати свої емоції в інтернеті, ніж наживо.					
II. Психосообистісні чинники (спрямованість, психологічні потреби та мотивація)						
66	Мені важливо отримувати лайки, коментарі або схвалення онлайн.					
77	Я відчуваю, що в інтернеті мене більше приймають, аніж у реальному житті.					
88	Я часто шукаю в мережі підтвердження власної цінності.					
99	Мені важко зрозуміти, ким я є і чого хочу в житті.					
110	Онлайн-активність дає мені відчуття значущості.					
III. Психосоціальні чинники (спілкування)						
111	Мені легше знайомитися та спілкуватися онлайн, аніж офлайн.					
112	Я частіше спілкуюся з друзями в інтернеті, аніж у реальному житті.					
113	Я відчуваю, що мене більше розуміють в інтернет-спільнотах.					
114	Онлайн-спілкування для мене важливіше, ніж особисті зустрічі.					
115	Я засмучуюся, якщо мої повідомлення або дописи залишаються без уваги.					
IV. Сімейні чинники						
116	Батьки рідко цікавляться тим, як і для чого я використовую інтернет.					
117	У моїй родині майже не обговорюють правила користування гаджетами.					
118	Я використовую інтернет, щоб уникнути конфліктів удома.					
119	Я проводжу мало часу з родиною без гаджетів.					
220	Дорослі часто самі багато часу проводять у смартфонах або за комп'ютером.					
V. Чинники інтернет-середовища						
221	Я часто заходжу в інтернет автоматично, не замислюючись.					
222	В інтернеті я можу бути таким(ою), яким(ою) не можу бути в реальному житті.					
223	Онлайн я почувуюся більш вільно та безпечно.					
224	Мені легко заводити знайомства в інтернеті.					
225	Онлайн-світ здається мені привабливішим за реальний.					

Таблиця 2

Результати пілотного дослідження чинників інтернет-залежності підлітків

Блок	Низький рівень (%)	Середній рівень (%)	Високий рівень (%)
I.	39,4	48,5	12,1
II.	69,7	24,2	6,1
III.	54,6	33,3	12,1
IV.	57,6	42,4	0
V.	60,6	21,2	18,2

оскільки у цьому разі йдеться про користування інтернетом задля мінімізації власних переживань та задоволення потреби у підтримці. Отже, результати блоку I показали, що емоційні стани та особистісні риси є передумовами інтернет-залежності та вимагають профілактичних превенцій.

Блок II – психоособистісні чинники (спрямованість, психологічні потреби та мотивація): виявлено, що більшість респондентів – 69,7% не має залежності від схвалення у мережі інтернет, ключове значення для них мають реальні контакти та оточення. Але є певна група ризику із середнім (24,2%) та високим (6,1%) показниками прояву чинника. Для цих респондентів інтернет є місцем визнання, схвалення, але за наявності низки умов: недостатньої підтримки з боку оточення, проблем у спілкуванні в реальному житті або невпевненості у собі. У даній вибірці досліджуваних психоособистісні чинники: спрямованість, психологічні потреби та мотивація не є головними, але їх також необхідно враховувати, оскільки орієнтація на схвалення інших людей, а також потреба у визнанні можуть підвищувати ймовірність розвитку інтернет-залежності.

За результатами блоку III (психосоціальні чинники: спілкування) виявлено, що 54,6% респондентів мають низький рівень прояву чинника, 33,3% – середній, а 12,1% – високий. Низький рівень показує, що більшість підлітків вибирає реальне спілкування, а інтернет використовується здебільшого для підтримки контакту з наявним соціальним оточенням. За середнього рівня прояву чинника все ще зберігається баланс між онлайн-та офлайн-комунікацією, але його легко порушити, якщо виникнуть супутні проблеми, складнощі у спілкуванні у повсякденному житті. Проте наявність респондентів із високими показниками вказує на те, що інтернет використовується як основний спосіб комунікації, схвалення та самоствердження, що є провідними новоутвореннями підлітків. Отримані результати продемонстрували, що більшість респондентів надає перевагу живому спілкуванню, але є групи ризику, для яких доречно провести тренінгові заняття з метою розвитку навичок ефективної комунікації та взаємодії з однолітками.

Емпіричні результати за блоком IV (сімейні чинники) свідчать про те, що більшість учасників дослідження (57,6%) має сприятливі умови зростання в родині, де батьки цікавляться, чим діти займаються в інтернеті, обговорюють правила користування гаджетами та проводять час із ними без цифрових пристроїв. Середній рівень становить 42,4%, тобто є певні складнощі у дитячобатьківській комунікації, як наслідок, це може

привести до збільшення часу онлайн у подальшому. Щодо високого рівня прояву чинника, то це єдина шкала, де його не виявлено. Узагальнюючи, додамо: сімейні чинники не мають вагомого впливу на формування інтернет-залежності серед підлітків-респондентів.

Дані, отримані за блоком V – чинники інтернет-середовища, показали таке: низький рівень виявлено у 60,6% респондентів, середній – у 21,2%, високий – у 18,2%. Більшість підлітків (60,6%) користується інтернетом свідомо, відповідно до власних потреб та цілей: навчання, пошук інформації, комп'ютерні ігри, знайомство та спілкування з однолітками. Також є група підлітків (21,2%), для яких інтернет стає уже простором прояву себе як особистості, взаємодії з ровесниками, отримання позитивних вражень, що створює передумови до все більшого занурення у цифровий простір. За цією шкалою виявлено найвищий показник високого рівня прояву чинника – 18,2%, саме таких підлітків інтернет приваблює більше, ніж реальне життя, що створює високий ризик для проживання свого життя в інтернет-мережі. Для недопущення цього варто навчити підлітків тримати баланс між часом, проведеним в інтернеті та поза ним, контролювати час і спосіб, проведений в інтернеті.

Вищезазначені показники у рамках проведеного пілотного дослідження мають розглядатися як потенційні чинники ризику, що потребують подальшої перевірки на більшій та різноманітнішій вибірці. Пілотний характер дослідження свідчить про те, що отримані результати не є показниками для всіх підлітків. Для первинної оцінки потенційних чинників ризику виникнення інтернет-залежності використовувалася розроблена авторами анкета. На цьому етапі анкета не проходила повної перевірки надійності та валідності, тому поділ результатів на низький, середній і високий рівні має лише описове значення у межах дослідження кваліфікаційної роботи магістранта.

Висновки та перспективи подальших розвідок. Проведено пілотне емпіричне дослідження на основі авторської анкети, що дало комплексний підхід до оцінки чинників виникнення інтернет-залежності. Аналіз чинників дає можливість заздалегідь побачити потенційні ризики для досліджуваної вибірки підлітків. На основі аналізу результатів емпіричного дослідження, чітко відстежена тенденція, що переважає нижче середній рівень прояву чинників, але є певні зони ризику з достатньо високими показниками (блоки I, III, V). Частина респондентів компенсує брак живого спілкування часом, проведеним у мережі, окрім того, використовує інтернет задля

підтримки, визнання та як простір, де простіше та безпечніше проявляти емоції, здаватися більш упевненим у собі. Підлітки досліджуваної групи мають складнощі в саморегуляції користування мережею, вони можуть заходити в інтернет без певної мети або потреби, почуватися там впевненіше, ніж у реальному житті, легше заводити друзів, що дає відчуття більшої привабливості цифрового середовища. Означені чинники призводять до збільшення часу, проведеного в інтернеті, та поступового формування адикції.

Таким чином, результати пілотного дослідження дали можливість оцінити різноаспектні чинники формування інтернет-залежності підлітків, ураховуючи їхні вікові особливості, що є неможливим для більшості існуючих психодіагностичних методик (діагностика К. Янг та ін.). Отримані результати можуть бути використані під час планування профілактичної роботи, наприклад за рахунок проведення тренінгових занять із розвитку навичок комунікації, самопрезентаційних умінь, здатності реально самовиражатися, а також регулювати час, проведений у мережі.

Перспективу подальших наукових розвідок убагацено у розширенні вибірки дослідження за рахунок залучення підлітків із різних регіонів України, що дасть змогу підвищити репрезентативність отриманих результатів. Важливим напрямом подальшої роботи є також перевірка психометричних характеристик розробленої анкети, зокрема її надійності та валідності, а також дослідження взаємозв'язку між виявленими чинниками та рівнем вираженості інтернет-залежної поведінки.

Окремої уваги потребує вивчення вікової динаміки впливу зазначених чинників на схильність підлітків до інтернет-залежної поведінки, а також трансформації її мотиваційних стимулів у процесі дорослішання. Це дасть змогу простежити, як із віком змінюється роль окремих психологічних і соціальних чинників у формуванні та підтриманні інтернет-залежної поведінки.

Використання штучного інтелекту. Автори зазначають, що під час підготовки рукопису було використано інструменти штучного інтелекту ChatGPT (OpenAI, 2026), Gemini (Google LLC, 2026) для допоміжного мовного редагування та стилістичного вдосконалення окремих фрагментів тексту (вступ, розділи, висновки). Усі результати, отримані із застосуванням таких інструментів, були перевірені, відредаговані та остаточно схвалені авторами. Автори підтверджують, що постановка дослідження, аналіз даних, інтерпретація результатів і сформульовані висновки є результатом їхньої самостійної наукової роботи.

Список літератури:

1. Вакуліч Т. М. Психологічні чинники запобігання інтернет-залежності підлітків : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2006. 19 с.
2. Вінтюк Ю. Психологічні закономірності виникнення узалежнень у шкільному віці та способи протидії їм. *Здоровий спосіб життя*. 2008. Вип. 34. С. 13–20.
3. Камінська О. В. Психологічні детермінанти формування інтернет-залежності. *Проблеми сучасної психології*. 2013. Вип. 22. С. 194–204. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2013_22_18
4. Керебко Ю. І. Вплив інтернет-залежності на особистість підлітків. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. Вип. 3. С. 190–193.
5. Кулешова О. В., Міхеева Л. В. Інтернет-залежність осіб юнацького віку: аналіз, шляхи подолання. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2022. Вип. 4. С. 95–100. DOI: <https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2022.4.14>
6. Сахно П. І., Данілова Д. Е., Лутцева М. Д. Дослідження ігрової інтернет-залежності в осіб підліткового віку в умовах транзитивного суспільства. *Habitus*. 2024. Вип. 59. С. 107–112. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.17>
7. Турецька Х. І. Інтернет-залежність як предмет психологічного дослідження. *Вісник Львівського університету*. 2007. Вип. 10. С. 366–375. URL: <https://hdl.handle.net/20.500.14570/2132>
8. Турецька Х. І. Психологічні чинники інтернет-залежності. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2012. Вип. 2(2). С. 95–104.
9. Юр'єва Л. Н., Больбот Т. Ю. Комп'ютерна залежність: формування, діагностика, корекція і профілактика. Дніпропетровськ : Пороги. 2006. 196 с.
10. Davis R. A. A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*. 2001. Vol. 17. P. 187–195. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8)
11. Griffiths M. Internet addiction – Time to be taken seriously? *Addiction Research & Theory*. 2000. Vol. 8. P. 413–418. DOI: <https://doi.org/10.3109/16066350009005587>
12. Young K. S. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*. 1998. Vol. 1. № 3. P. 237–244. URL: <https://scispace.com/pdf/internet-addiction-the-emergence-of-a-new-clinical-disorder-y4snbvdkuh.pdf>

References:

1. Vakulich, T. M. (2006). *Psykhologichni chynnyky zapobihannia Internet zalezhnosti pidlitiv*. [Psychological factors in the prevention of Internet addiction among adolescents]. Avtoref. dys. na zdobuttia nauk. stupenia kand. psykhol. nauk [Extended abstract of Candidate's thesis]. Kyiv: Central Institute of Postgraduate Education of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine. [in Ukrainian].

2. Vintiuk, Yu. (2008). Psykholohichni zakonomirnosti vynyknennia uzalezhnen u shkilnomu vitsi ta sposoby protydii yim [Psychological patterns of the emergence of addictions at school age and ways of preventing them]. *Zdorovyi sposib zhyttia*, (34), 13–20. [in Ukrainian].
3. Kaminska, O. V. (2013). Psykholohichni determinanty formuvannia internet-zalezhnosti [Psychological determinants of Internet addiction formation]. *Problemy suchasnoi psykholohii*, (22), 194–204. Retrieved from: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2013_22_18 [in Ukrainian].
4. Kerebko, Yu. I. (2018). Vplyv internet-zalezhnosti na osobystist pidlitkiv [The influence of Internet addiction on adolescents' personality]. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii*, (3), 190–193. [in Ukrainian].
5. Kuleshova, O. V., & Mikheieva, L. V. (2022). Internet zalezhnist osib yunatskoho viku: analiz, shliakhy podolannia [Internet addiction among adolescents: Analysis and ways to overcome it]. *Dniprovskiyi naukovyi chasopys publichnoho upravlinnia, psykholohii, prava*, (4), 95–100. <https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2022.4.14> [in Ukrainian].
6. Sakhno, P. I., Danilova, D. E., & Luttseva, M. D. (2024). Doslidzhennia ihrovoi internet-zalezhnosti v osib pidlitkovoho viku v umovakh tranzytyvnoho suspilstva [Study of Internet gaming addiction among adolescents in the conditions of a transitive society]. *Habitus*, (59), 107–112. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.17> [in Ukrainian].
7. Turetska, K. (2007). Internet-zalezhnist yak predmet psykholohichnoho doslidzhennia [Internet addiction as a subject of psychological research]. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Serii: Filosofski nauky*, (10), 366–375. <https://doi.org/10.30970/vps.2007.10.32> [in Ukrainian].
8. Turetska, K. (2012). Psykholohichni chynnyky internet-zalezhnosti [Psychological factors of Internet addiction]. *Naukovyi visnyk Lvivskoho derzhavnoho universytetu vnutrishnikh sprav. Serii psykholohichna*, 2(2), 95–104. [in Ukrainian].
9. Yurieva, L. M., & Bolbot, T. Yu. (2006). Kompiuterna zalezhnist: Formuvannia, diahnostyka, korektsiia i profilaktyka [Computer addiction: Formation, diagnosis, correction, and prevention]. Dnipropetrovsk: Porohy. [in Ukrainian].
10. Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187–195. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8)
11. Griffiths, M. (2000). Internet addiction – Time to be taken seriously? *Addiction Research & Theory*, 8(5), 413–418. <https://doi.org/10.3109/16066350009005587>
12. Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237–244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>

© С. В. Герасіна, В. І. Панфілова

Науково-методична стаття

Дата першого надходження статті до видання: 10.07.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 14.08.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 26.10.2026