

## **Искусственный интеллект как новый агент формирования аддиктивного поведения у подростков**

*Ступаков Дмитрий Васильевич*

*Студент (специалист)*

Алтайский государственный педагогический университет, Институт психологии и педагогики, Педагогики, Барнаул, Россия

*E-mail: dmitrystupakoff@yandex.kz*

Современное российское общество переживает стремительную цифровизацию всех сфер жизни, и подростки оказываются в эпицентре этих изменений. Если ещё несколько лет назад основными «провокаторами» зависимого поведения считались социальные сети, онлайн-игры и видеохостинги, то сегодня на первый план выходят технологии искусственного интеллекта. В отличие от статичных цифровых продуктов, ИИ активно адаптируется к пользователю, «учится» на его реакциях и самостоятельно выстраивает стратегии удержания внимания. Это позволяет говорить об ИИ не просто как об инструменте, а как о новом агенте формирования аддиктивного поведения, особенно уязвимой аудиторией для которого являются подростки.

Под агентом аддикции в данном контексте понимается любой элемент цифровой среды (встроенный в приложение или платформу), который целенаправленно воздействует на поведенческие реакции человека, подкрепляя их и создавая устойчивую потребность в повторении взаимодействия. Ключевое отличие ИИ от традиционных аддиктивных агентов (например, компании сверстников или доступности психоактивных веществ) заключается в его способности к персонализации и непредсказуемому подкреплению. Алгоритмы рекомендаций, которые сегодня используются в TikTok, VK Видео, YouTube Shorts и других популярных среди российской молодёжи сервисах, анализируют не только явные действия (лайки, комментарии), но и латентные параметры: время просмотра, возвраты к одному и тому же контенту, микропаузы, скорость прокрутки ленты. В результате формируется так называемый «контентный пузырь» — пространство, где каждый следующий материал идеально соответствует текущему эмоциональному состоянию подростка. Этот эффект «идеального попадания» сам по себе является мощным положительным подкреплением, заставляющим мозг вырабатывать дофамин в ожидании следующего «попадания».

Классическая теория оперантного обусловливания Б.Ф. Скиннера доказывает, что наиболее устойчивые формы зависимости порождает переменный (непредсказуемый) режим подкрепления. Именно этот режим реализуют современные ИИ-рекомендации: подросток никогда не знает, когда алгоритм выдаст ему особенно привлекательный ролик, интересного собеседника или неожиданный факт. Неопределённость вознаграждения активизирует те же нейробиологические механизмы, что и в азартных играх: дофаминовая система возбуждается не столько в момент получения награды, сколько в процессе её ожидания. Алгоритмы намеренно или в силу своей архитектуры поддерживают эту неопределённость, что делает взаимодействие с ИИ-сервисами потенциально аддиктогенным.

Особую тревогу вызывает распространение в России генеративных нейросетей и «умных» чат-ботов, с которыми можно вести диалог на естественном языке (например, различные реализации больших языковых моделей, доступные через веб-интерфейсы и мобильные приложения). Подросток, испытывающий трудности в реальном общении, может воспринять такого бота как идеального собеседника: он всегда доступен, не осуждает, не устаёт, помнит все детали разговора. Формируется феномен парасоциальной привязанности — односторонней эмоциональной связи с квазисубъектом, не требующей взаимности.

Постепенно подросток начинает предпочитать виртуальное общение реальному, поскольку оно безопаснее и предсказуемее. При этом реальные коммуникативные навыки деградируют, круг живого общения сужается, а потребность в одобрении и поддержке всё сильнее замыкается на ИИ-агенте. Такой механизм может быть не менее опасен, чем химическая зависимость, поскольку ведёт к социальной изоляции, снижению учебной мотивации и искажению представлений о нормальных человеческих отношениях.

В российской нормативно-правовой практике проблемы, связанные с аддиктогенным потенциалом ИИ, пока не нашли отражения. Федеральный закон «Об информации, информационных технологиях и о защите информации» и закон «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» ориентированы на блокировку запрещённого контента, но не на анализ алгоритмического воздействия. Внутренние документы АлтГПУ, регулирующие использование цифровых ресурсов в образовательном процессе, также не содержат специальных норм, касающихся взаимодействия студентов с генеративными нейросетями. Это создаёт «серую зону»: с одной стороны, преподаватели и социальные педагоги сталкиваются с проявлениями ИИ-зависимости у учащихся, с другой — у них нет ни чётких критериев диагностики, ни утверждённых методов профилактики.

Возникает ряд принципиальных вопросов, требующих обсуждения в научно-педагогическом сообществе. Первый: насколько правомерно считать ИИ самостоятельным агентом аддикции, учитывая, что он не обладает свободой воли и действует в рамках заложенных алгоритмов? Возможно, более корректно говорить об «алгоритмической аддиктогенности» — свойстве определённых систем, спроектированных для максимального удержания внимания пользователя, независимо от их конкретной реализации. Второй вопрос касается двойственной природы ИИ: те же самые технологии могут использоваться для ранней диагностики депрессивных состояний, для создания безопасных психологических тренажёров, для персонализированной профилактики зависимостей. Где проходит грань между «лекарством» и «наркотиком»? Она определяется не столько самим ИИ, сколько целями разработчиков, уязвимостью подростка и отсутствием внешнего контроля.

Третий и самый острый вопрос — о субъектах ответственности. Если подросток сформировал зависимость от общения с чат-ботом, кто должен отвечать: разработчик платформы, предоставивший такой сервис без возрастных ограничений? Родители, которые не ограничивали время использования гаджета? Школа, не воспитавшая критическое отношение к цифровым технологиям? Или сам подросток, который не смог распознать угрозу? В российском законодательстве сегодня нет механизмов привлечения к ответственности за «алгоритмическое провоцирование» зависимости, хотя в ряде зарубежных стран уже рассматриваются иски к создателям социальных сетей и нейросетей. Для России эта проблематика остаётся практически не исследованной.

С точки зрения социальной педагогики, профилактика ИИ-аддикции у подростков требует новых подходов. Традиционные запреты (ограничение экранного времени, блокировка приложений) здесь малоэффективны, поскольку ИИ-сервисы быстро эволюционируют и находят способы обойти ограничения. Более перспективным представляется направление, связанное с развитием у подростков алгоритмической грамотности — способности понимать, как устроены рекомендательные системы, какие приёмы они используют для удержания внимания и как распознавать признаки начинающейся зависимости. В образовательных организациях Алтайского края, в частности в АлтГПУ, уже делаются первые шаги в этом направлении: в рамках воспитательной работы со студентами поднимаются вопросы цифровой гигиены, критического восприятия контента. Однако системных программ, направленных именно на профилактику ИИ-зависимости, пока не существует.

Таким образом, искусственный интеллект становится новым, пока ещё слабо изученным агентом формирования аддиктивного поведения у подростков в России. Его способ-

ность к персонализации, непредсказуемому подкреплению и созданию иллюзии эмпатии порождает риски, которые не могут быть адекватно описаны в рамках классических моделей зависимостей. Назрела необходимость в междисциплинарных исследованиях на стыке социальной педагогики, психологии и компьютерных наук, а также в разработке нормативных и методических рекомендаций для образовательных учреждений. Пока наука и законодательство будут догонять технологическую реальность, подростки останутся наиболее уязвимой группой перед новым поколением цифровых зависимостей.

### Источники и литература

- 1) Адамбекова Б., Сыдыкова Г. Искусственный интеллект в свете психологических аспектов // Вестник КНУ имени Жусупа Баласагына. — 2024. — Т. 16, № 1 (117). — С. 103-109. DOI: 10.58649/1694-8033-2024-1(117)-103-109
- 2) Белякова А.И., Иванушкина Н.В. Инструменты психолого-педагогической работы по профилактике интернет-зависимости подростков // Вопросы устойчивого развития общества. — 2025. — № 3 (28). — С. 35-39.
- 3) Деулин Д.В. Искусственный интеллект и социализация ребенка: риски использования // Психологическая газета. — 2025. — 8 августа. — URL: <https://psy.su/feed/10961/> (дата обращения: 02.04.2026).
- 4) Кузьмин А.В. Отрицательное влияние искусственного интеллекта на развитие и обучение подростков 14–18 лет // Молодой ученый. — 2025. — № 45 (596). — С. 334-336. — URL: <https://moluch.ru/archive/596/129885/>.
- 5) Парахневич Е.С. Влияние TikTok на медиаконсьюмеризм // Dynamics of Media Systems. — 2025. — Т. 5, № 2. — С. 94-101. DOI: 10.47475/2949-3390-2025-5-2-94-101.
- 6) Соколова Е.Т., Бурлакова Н.С. К проблеме интернет-аддикции: постановка и перспективы исследования // Вопросы психологии. — 2016. — № 5. — С. 121-130.
- 7) Фёдоров А.С. Влияние алгоритмов рекомендательных систем на формирование медиапотребления подростков // Актуальные проблемы развития экранных и интерактивных медиа. — СПб., 2025. — С. 12-19.
- 8) Янг К.С. Диагноз — интернет-зависимость // Мир интернет. — 2000. — № 2. — С. 24-29.