

УДК 159.922.74: 004+659.4

https://doi.org/10.33619/2414-2948/124/69

ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ И НАРУШЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ШКОЛЬНИКОВ. УГРОЗА ПЕРСОНАЛЬНЫМ ДАННЫМ И ЦИФРОВАЯ НЕОСОЗНАННОСТЬ ДЕТЕЙ

©*Эсеналиева Г. А.*, ORCID: 0009-0000-9135-1671, SPIN-код: 2893-1861,
канд. пед. наук, Американский Университет в Центральной Азии,
г. Бишкек, Кыргызстан, *esenalieva_gu@auca.kg*

INTERNET ADDICTION AND EMOTIONAL WELL-BEING DISORDERS IN SCHOOLCHILDREN. THREATS TO PERSONAL DATA AND DIGITAL UNAWARENESS IN CHILDREN

©*Esenalieva G.*, ORCID: 0009-0000-9135-1671, SPIN-code: 2893-1861, Ph.D.,
American University of Central Asia, Bishkek, Kyrgyzstan, *esenalieva_gu@auca.kg*

Аннотация. В условиях стремительной цифровизации общества интернет-зависимость школьников становится одним из наиболее значимых рисков, затрагивающих их эмоциональное благополучие и психосоциальное развитие. Неконтролируемое использование социальных сетей, онлайн-игр и других цифровых ресурсов связано с ростом тревожности, депрессивных состояний, снижением учебной мотивации и ослаблением межличностных контактов в реальной среде. По наблюдениям ученых Кыргызстана отмечается, что цифровая среда представляет опасность для школьников при отсутствии должного педагогического сопровождения, обусловленную высокой доступностью интернет-ресурсов и неконтролируемым временем пребывания в сети. Одновременно обостряется проблема цифровой неосознанности, проявляющейся в небрежном отношении к персональным данным, неосознании последствий их раскрытия и недооценке угроз кибербезопасности. Подчеркивается, что субъективная уверенность подростков в собственной цифровой компетентности нередко не соответствует реальному уровню знаний о кибербезопасности и управлении цифровым следом. Цифровая неосознанность усиливает уязвимость обучающихся перед интернет-мошенничеством, манипулятивными практиками и вторжением в личное пространство, что, в свою очередь, негативно сказывается на их эмоциональном состоянии и ощущении психологической безопасности. Взаимосвязанное влияние интернет-зависимости и цифровой неосознанности приводит к снижению способности подростков к саморегуляции, критическому мышлению и ответственному выбору форм онлайн-поведения, усиливая их уязвимость перед цифровыми рисками. В статье осуществлён теоретический анализ отечественных и зарубежных подходов к пониманию цифровых угроз в школьной среде и их влияния на эмоциональное состояние обучающихся. Обосновывается необходимость системного социально-педагогического сопровождения, включающего интеграцию вопросов кибербезопасности в воспитательную работу, повышение цифровой компетентности педагогов, взаимодействие с семьёй и развитие у школьников навыков саморегуляции, критического осмысления цифровой информации и сохранения личных границ в сети.

Abstract. In the context of rapid digitalization of society, internet addiction among schoolchildren is becoming one of the most significant risks affecting their emotional well-being and psychosocial development. Uncontrolled use of social networks, online games, and other digital resources is associated with increased anxiety, depression, decreased motivation to learn, and weakened interpersonal contacts in the real world. According to observations by scientists in

Kyrgyzstan, the digital environment poses a danger to schoolchildren in the absence of proper pedagogical support, due to the high accessibility of Internet resources and uncontrolled time spent online. At the same time, the problem of digital ignorance is becoming more acute, manifested in a careless attitude towards personal data, a lack of awareness of the consequences of its disclosure, and an underestimation of cybersecurity threats. It is emphasized that adolescents' subjective confidence in their own digital competence often does not correspond to their actual level of knowledge about cybersecurity and digital footprint management. Digital unawareness increases students' vulnerability to internet fraud, manipulative practices, and invasion of privacy, which in turn negatively affects their emotional state and sense of psychological security. The interrelated influence of internet addiction and digital unawareness leads to a decrease in adolescents' ability to self-regulate, think critically, and make responsible choices about online behavior, increasing their vulnerability to digital risks. The article provides a theoretical analysis of domestic and foreign approaches to understanding digital threats in the school environment and their impact on the emotional state of students. It justifies the need for systematic socio-pedagogical support, including the integration of cybersecurity issues into educational work, improving the digital competence of teachers, interacting with families, and developing students' self-regulation skills, critical thinking about digital information, and maintaining personal boundaries online.

Ключевые слова: интернет-зависимость, цифровая-осознанность, цифровая-неосознанность, школьники.

Keywords: internet addiction, digital awareness, digital unconsciousness, schoolchildren.

Одним из наиболее значимых рисков цифровой среды для школьников является формирование интернет-зависимости, которое всё чаще рассматривается не только как поведенческая проблема, но и как фактор, оказывающий глубокое влияние на эмоциональное благополучие и психосоциальное развитие личности ребёнка.

В зарубежных эмпирических исследованиях обнаружено, что зависимость от интернета у подростков тесно связана с повышенными уровнями депрессии, тревожности и поведенческих проблем, что указывает на её серьёзные психологические последствия [1].

Подобные результаты получены в различных странах Азии, где распространённость интернет-аддикции среди школьников варьируется от 10 % до 34 %, при этом у зависимых подростков значительно выше показатели эмоционального и поведенческого дискомфорта по сравнению с их сверстниками [2].

Интернет-зависимость проявляется через неконтролируемое использование социальных сетей, онлайн-игр и других цифровых развлечений, что постепенно трансформирует структуру досуговой деятельности школьников, вытесняя традиционные формы общения и активного отдыха. Такая модель поведения снижает уровень эмоциональной устойчивости, увеличивает склонность к внешнему поиску одобрения и усиливает переживание одиночества в реальной социальной среде. Исследователи подчеркивают, что устойчивое пребывание в виртуальной среде сопряжено с ослаблением навыков межличностного взаимодействия вне сети и ростом симптомов тревоги и депрессии [1, 3].

Это особенно важно в подростковом возрасте, когда формируются ключевые эмоциональные и социальные компетенции. Кроме того, связь интернет-зависимости психосоциального благополучия подтверждается данными о снижении вовлеченности в учебный процесс. Ученики с высоким уровнем зависимости демонстрируют более низкий

уровень академической мотивации, ухудшение концентрации и снижение эмоциональной приверженности школе и социальным отношениям в образовательной среде [1].

Это не только отражает индивидуальные психологические трудности, но и свидетельствует о потенциально отрицательном влиянии зависимости на адаптацию ребёнка в образовательной и социальной среде. Особое внимание в исследованиях уделяется и биопсихосоциальным механизмам, через которые интернет-аддикция влияет на эмоциональное состояние. Например, длительное пребывание в сети нарушает режим сна, усиливает чувство тревоги и предрасполагает к социальному избеганию, что дополнительно усугубляет эмоциональные проблемы подростков [2].

Следовательно, интернет-зависимость выступает не просто как избыточное потребление цифровых ресурсов, а как комплексное явление, интегрированное в структуру психосоциального развития ребёнка. Формирование зависимости от интернета у школьников следует рассматривать как серьёзный риск цифровой среды, оказывающий глубокие эмоциональные и поведенческие последствия. Осознание этого риска и его включение в социально-педагогическую проблематику является важным шагом к разработке профилактических стратегий и образовательных программ, направленных на укрепление эмоционального благополучия и устойчивости школьников в условиях цифровизации. Одним из наиболее значимых рисков цифровой среды для школьников является формирование интернет-зависимости, которая не ограничивается исключительно поведенческими проявлениями, а оказывает комплексное влияние на эмоциональное благополучие и психосоциальное развитие личности ребёнка. Постоянное пребывание в сети, неконтролируемое использование социальных сетей и цифровых развлечений трансформируют структуру досуговой деятельности школьников, вытесняя традиционные формы общения, познавательной и творческой активности. Как отмечают зарубежные исследователи, интернет-аддикция у детей и подростков статистически значимо связана с повышенным уровнем тревожности, депрессивных состояний и эмоционального истощения, а также со снижением способности к саморегуляции и устойчивости к стрессу [4, 5].

В российской и постсоветской научной традиции интернет-зависимость рассматривается как фактор, нарушающий гармоничное развитие эмоционально-волевой сферы личности. Г. У. Солдатова подчёркивает, что при отсутствии педагогического сопровождения цифровая среда может становиться источником эмоциональной дезадаптации и формирования неустойчивых моделей поведения у школьников [6].

В педагогической практике всё чаще фиксируются случаи, когда чрезмерное использование цифровых устройств приводит к снижению учебной мотивации, ухудшению концентрации внимания, нарушению сна и общему снижению психологического комфорта обучающихся. Данные тенденции подтверждаются и исследованиями Е. И. Рассказовой, указывающей на связь интернет-зависимости с эмоциональным выгоранием и снижением субъективного благополучия подростков [7].

Особую социально-педагогическую значимость проблема приобретает в контексте социализации школьников. Преобладание виртуального общения над реальными межличностными контактами затрудняет развитие эмпатии, коммуникативной компетентности и способности к конструктивному взаимодействию. По мнению К. Янг, интернет-зависимость способствует формированию социальной изоляции и снижению качества реальных социальных связей, что особенно опасно в период активного становления личности [4].

Таким образом, интернет-зависимость выступает фактором, осложняющим процессы социализации и полноценного личностного развития ребёнка, что требует системного

социально-педагогического подхода к профилактике цифровых рисков и формированию культуры осознанного использования цифровых технологий в школьной среде. Наряду с интернет-зависимостью одной из наиболее уязвимых зон цифровой социализации школьников выступает проблема сохранности персональных данных, тесно связанная с недостаточной сформированностью цифровой осознанности детей и подростков. В условиях активного вовлечения обучающихся в онлайн-коммуникацию цифровое пространство становится сферой расширенного самораскрытия, при котором личная информация всё чаще размещается без понимания потенциальных последствий. Неосмотрительное распространение фотографий, персональных сведений и контактных данных в социальных сетях и на цифровых платформах существенно повышает риск вторжения в личное пространство ребёнка и создаёт предпосылки для различных форм цифровой виктимизации [8].

Переход школьников от пассивного потребления цифрового контента к активному участию в сетевом взаимодействии сопровождается качественными изменениями в характере их поведения в киберпространстве. При этом, как показывают зарубежные исследования, субъективная уверенность подростков в собственной цифровой компетентности зачастую не соответствует реальному уровню их знаний о механизмах защиты персональных данных и управлении цифровым следом. Возрастные особенности мышления, ориентированного на социальное признание и самопрезентацию, снижают способность к критической оценке рисков, связанных с публичностью в сети. Цифровая неосознанность проявляется также в отсутствии у школьников представлений о долговременности хранения информации и возможности её неконтролируемого распространения. По мнению Г. У. Солдатовой, дети нередко воспринимают виртуальную среду как пространство с ослабленными социальными нормами ответственности, что формирует иллюзию анонимности и безопасности [7, 8].

Подобная установка способствует рискованному цифровому поведению и затрудняет формирование культуры ответственного использования информационных технологий. Данная проблема актуализируется и в исследованиях кыргызских учёных. Так, Ж. Т. Турсуналиев, анализируя процессы цифровизации образования в Кыргызской Республике, подчёркивает, что «уровень технологической доступности значительно опережает уровень педагогически выстроенного понимания цифровой ответственности обучающихся» [9].

Без целенаправленного педагогического сопровождения цифровая среда может становиться фактором социальной и психологической уязвимости детей. Социально-педагогические последствия цифровой неосознанности выражаются в росте тревожности, снижении чувства безопасности и нарушении доверия к социальной среде. В образовательной практике это отражается на межличностных отношениях, учебной активности и процессах социализации школьников. Также, угроза персональным данным и недостаточная цифровая осознанность детей требуют системного педагогического подхода, ориентированного на формирование у обучающихся устойчивых навыков безопасного и ответственного поведения в цифровом пространстве. В этой связи цифровая неосознанность усиливает уязвимость детей перед интернет-мошенничеством, манипулятивными практиками и различными формами нарушения приватности. Как показано в предыдущих разделах статьи, активное включение школьников в цифровую среду при недостаточном уровне педагогического сопровождения сопровождается не только ростом интернет-зависимости, но и формированием рискованных моделей онлайн-поведения. Именно на этом этапе цифровая неосознанность начинает выступать системообразующим фактором, усиливающим совокупность цифровых угроз.

Переходя от анализа отдельных рисков к их комплексному воздействию, следует отметить, что отсутствие у школьников сформированных навыков защиты персональных данных затрудняет воспитание ответственного цифрового поведения. Дети и подростки

нередко не различают границы допустимого самораскрытия, не осознают ценность личной информации и потенциальные последствия её использования третьими лицами. В результате цифровая среда перестаёт восприниматься ими как пространство, требующее соблюдения норм безопасности и ответственности, что повышает вероятность вовлечения в мошеннические схемы, манипулятивные коммуникации и ситуации психологического давления. В продолжение данной логики важно подчеркнуть, что цифровая неосознанность тесно связана с эмоциональным состоянием школьников. Столкновение с негативным цифровым опытом — утечкой персональных данных, онлайн-шантажом, вторжением в личное пространство — нередко становится источником тревожности, чувства беспомощности и снижения субъективного ощущения безопасности. Эти переживания, в свою очередь, отражаются на учебной активности, межличностных отношениях и общем эмоциональном благополучии обучающихся, усиливая ранее описанные негативные эффекты интернет-зависимости.

Следовательно, обозначенные риски не могут рассматриваться изолированно и требуют целенаправленного социально-педагогического сопровождения. Переходя к педагогическому измерению проблемы, необходимо отметить, что формирование осознанного отношения к использованию цифровых технологий должно рассматриваться как системная задача образовательной организации. Речь идёт не только о передаче знаний о правилах безопасного поведения в сети, но и о развитии у школьников критического мышления, навыков саморегуляции и ответственности за собственные действия в цифровом пространстве. В данном контексте социально-педагогическое сопровождение предполагает интеграцию вопросов цифровой безопасности в воспитательную работу школы, организацию взаимодействия с семьёй, а также создание условий для эмоционально безопасной образовательной среды. Особое значение приобретает профилактическая деятельность, направленная на формирование у обучающихся устойчивых установок на сохранение личных границ и эмоционального благополучия. Цифровая неосознанность и связанные с ней риски выступают важным индикатором необходимости переосмысления воспитательных приоритетов современной школы в условиях цифровизации.

Проведённый анализ цифровых рисков в школьной среде позволяет сделать вывод о комплексном и многоуровневом характере проблемы кибербезопасности детей и подростков. Установлено, что активное вовлечение школьников в цифровое пространство, сопровождаемое недостаточным уровнем цифровой осознанности и педагогического сопровождения, способствует формированию интернет-зависимости, нарушению эмоционального благополучия и повышению уязвимости перед угрозами, связанными с утечкой персональных данных. Рассмотренные в разделе аспекты подтверждают, что цифровая среда выступает не только ресурсом развития, но и фактором риска, оказывающим влияние на процессы социализации и личностного становления обучающихся. Интернет-зависимость и цифровая неосознанность находятся во взаимосвязанном отношении и взаимно усиливают негативные последствия цифровых угроз. Чрезмерное использование цифровых технологий снижает способность школьников к саморегуляции и критической оценке онлайн-взаимодействия, что, в свою очередь, увеличивает вероятность рискованного цифрового поведения. Это отражается на эмоциональном состоянии обучающихся, уровне их учебной мотивации, качестве межличностных отношений и ощущении психологической безопасности в образовательной среде.

Особое значение в рамках данного раздела приобретает социально-педагогический аспект проблемы. Установлено, что отсутствие системной воспитательной работы в области цифровой безопасности затрудняет формирование у школьников ответственного отношения к

использованию цифровых технологий. В результате школа сталкивается с новыми вызовами, требующими пересмотра традиционных подходов к воспитанию и расширения педагогических функций в условиях цифровизации образования. Результаты теоретического анализа свидетельствуют о необходимости перехода от констатации цифровых рисков к разработке и внедрению практико-ориентированных мер, направленных на их профилактику и минимизацию. Это предполагает создание целостной системы социально-педагогического сопровождения, ориентированной на формирование культуры безопасного и осознанного поведения школьников в цифровой среде.

В связи с этим логичным этапом дальнейшего исследования становится обоснование и описание практических рекомендаций, включающих педагогические условия, формы и методы работы с обучающимися, а также механизмы взаимодействия школы, семьи и социальных институтов. Рассмотрение данных аспектов позволит перейти от теоретического осмысления проблемы к поиску эффективных педагогических решений, направленных на обеспечение кибербезопасности и сохранение эмоционального благополучия школьников. Исходя из результатов теоретического анализа, практическая работа по обеспечению кибербезопасности школьников должна носить системный, социально-педагогический характер и быть направлена на формирование осознанного, ответственного и эмоционально безопасного поведения обучающихся в цифровой среде.

В качестве приоритетных практических рекомендаций для общеобразовательных организаций целесообразно выделить следующие направления:

-Интеграция вопросов кибербезопасности в воспитательную систему школы, включая классные часы, тематические беседы, тренинги и проектную деятельность, направленные на развитие цифровой культуры и критического мышления школьников.

-Повышение цифрово-педагогической компетентности педагогов, предполагающее организацию методических семинаров и курсов повышения квалификации по вопросам цифровых рисков, интернет-зависимости и защиты персональных данных обучающихся.

-Педагогическое просвещение родителей, ориентированное на формирование у них понимания особенностей цифровой социализации детей, механизмов профилактики интернет-зависимости и способов сопровождения ребёнка в цифровой среде.

-Развитие навыков саморегуляции и эмоциональной устойчивости школьников, что может быть реализовано через тренинговые формы работы, элементы психологической поддержки и создание эмоционально безопасной образовательной среды.

Эффективное обеспечение кибербезопасности школьников невозможно без согласованных действий педагогов и родителей, поскольку именно семья и школа выступают ключевыми агентами социализации ребёнка в цифровой среде. В этой связи методические рекомендации ориентированы на формирование единого воспитательного пространства, направленного на развитие цифровой осознанности, ответственности и эмоционального благополучия обучающихся.

Методические рекомендации для педагогов

Интеграция кибербезопасности в воспитательную деятельность. Педагогам рекомендуется систематически включать вопросы цифровой безопасности в классные часы, уроки ОБЖ, информатики, обществознания и воспитательные мероприятия. Особое внимание следует уделять обсуждению реальных жизненных ситуаций, связанных с интернет-рисками, что способствует развитию критического мышления школьников.

Использование активных и интерактивных методов. Наиболее эффективными формами работы являются кейс-методы, ролевые игры, дискуссии, анализ цифровых ситуаций и

проектная деятельность. Они позволяют школьникам не только усваивать теоретические знания, но и формировать практические навыки безопасного поведения в сети.

Учет возрастных и психологических особенностей обучающихся. Педагогическая работа должна строиться с учетом возрастной специфики: для младших школьников — через игровые формы, для подростков — через обсуждение личного опыта, ценностей и последствий цифровых решений.

Создание эмоционально безопасной образовательной среды. Важно формировать атмосферу доверия, в которой школьники не боятся сообщать о негативном цифровом опыте. Педагог должен выступать не контролирующим, а поддерживающим субъектом цифровой социализации.

Методические рекомендации для родителей

1. Формирование культуры цифрового общения в семье. Родителям рекомендуется обсуждать с детьми правила безопасного поведения в интернете, объяснять ценность персональных данных и последствия их распространения. Важно, чтобы запреты сопровождалась разъяснениями и примерами.

2. Совместное освоение цифрового пространства. Эффективным является совместное использование цифровых ресурсов, обсуждение контента, социальных сетей и онлайн-игр. Это способствует повышению доверия и снижает риск скрытого рискованного поведения ребёнка в сети.

3. Развитие навыков саморегуляции и баланса. Родителям следует помогать детям выстраивать разумный баланс между онлайн- и офлайн-деятельностью, формируя навыки планирования времени, эмоциональной устойчивости и самоконтроля.

4. Взаимодействие со школой. Родителям рекомендуется активно участвовать в родительских собраниях, консультациях и профилактических мероприятиях, направленных на обеспечение кибербезопасности. Согласованность требований семьи и школы усиливает воспитательный эффект.

Реализация данных методических рекомендаций способствует формированию у школьников осознанного и ответственного отношения к использованию цифровых технологий, снижению уровня цифровых рисков, укреплению эмоционального благополучия и повышению эффективности социально-педагогического сопровождения в условиях цифровой образовательной среды

One of the most significant risks of the digital environment for schoolchildren is the development of internet addiction, which is increasingly seen not only as a behavioral problem, but also as a factor that has a profound impact on the emotional well-being and psychosocial development of a child's personality. Foreign empirical studies have found that internet addiction in adolescents is closely linked to increased levels of depression, anxiety, and behavioral problems, indicating its serious psychological consequences [1].

Similar results have been obtained in various Asian countries, where the prevalence of Internet addiction among schoolchildren varies from 10% to 34%, with addicted adolescents showing significantly higher levels of emotional and behavioral discomfort compared to their peers [2].

Internet addiction manifests itself through uncontrolled use of social networks, online games, and other digital entertainment, which gradually transforms the structure of schoolchildren's leisure activities, replacing traditional forms of communication and active recreation. This pattern of behavior reduces emotional stability, increases the tendency to seek external approval, and intensifies feelings of loneliness in the real social environment. Researchers emphasize that prolonged exposure

to the virtual environment is associated with a weakening of offline interpersonal skills and an increase in symptoms of anxiety and depression [1, 3].

This is especially important during adolescence, when key emotional and social competencies are formed. In addition, the link between internet addiction and psychosocial well-being is confirmed by data on decreased engagement in the learning process. Students with high levels of addiction demonstrate lower academic motivation, impaired concentration, and reduced emotional commitment to school and social relationships in the educational environment [1].

This not only reflects individual psychological difficulties, but also indicates the potentially negative impact of addiction on a child's adaptation to the educational and social environment. Research also pays special attention to the biopsychosocial mechanisms through which internet addiction affects emotional state. For example, prolonged use of the internet disrupts sleep patterns, increases anxiety, and predisposes individuals to social avoidance, which further exacerbates adolescents' emotional problems [2].

Consequently, internet addiction is not simply excessive consumption of digital resources, but a complex phenomenon integrated into the structure of a child's psychosocial development. The development of internet addiction among schoolchildren should be considered a serious risk of the digital environment, with profound emotional and behavioral consequences. Recognizing this risk and including it in social and educational issues is an important step towards developing preventive strategies and educational programs aimed at strengthening the emotional well-being and resilience of schoolchildren in the context of digitalization. One of the most significant risks of the digital environment for schoolchildren is the development of internet addiction, which is not limited to behavioral manifestations, but has a complex impact on the emotional well-being and psychosocial development of the child's personality. Constant online presence and uncontrolled use of social networks and digital entertainment are transforming the structure of schoolchildren's leisure activities, replacing traditional forms of communication, cognitive and creative activity. As noted by foreign researchers, internet addiction in children and adolescents is statistically significantly associated with increased levels of anxiety, depression, and emotional exhaustion, as well as a decrease in the ability to self-regulate and resist stress [4, 5].

In Russian and post-Soviet scientific tradition, internet addiction is seen as a factor that disrupts the harmonious development of the emotional and volitional spheres of the personality. G. U. Soldatova emphasizes that in the absence of pedagogical support, the digital environment can become a source of emotional maladjustment and the formation of unstable behavior patterns in schoolchildren [6].

In pedagogical practice, there are increasingly frequent cases where excessive use of digital devices leads to a decrease in academic motivation, impaired concentration, sleep disturbances, and a general decline in the psychological well-being of students. These trends are confirmed by research by E. I. Rasskazova, who points to the link between internet addiction and emotional burnout and a decrease in the subjective well-being of adolescents [7].

The problem takes on particular socio-pedagogical significance in the context of schoolchildren's socialization. The predominance of virtual communication over real interpersonal contacts hinders the development of empathy, communication skills, and the ability to interact constructively. According to K. Young, internet addiction contributes to social isolation and a decline in the quality of real social connections, which is especially dangerous during the period of active personality formation [4].

Thus, internet addiction is a factor that complicates the processes of socialization and full personal development of the child, which requires a systematic socio-pedagogical approach to the prevention of digital risks and the formation of a culture of conscious use of digital technologies in

the school environment. Along with internet addiction, one of the most vulnerable areas of digital socialization for schoolchildren is the issue of personal data security, which is closely linked to the insufficient development of digital awareness among children and adolescents. With students actively involved in online communication, the digital space is becoming a sphere of expanded self-disclosure, where personal information is increasingly posted without understanding the potential consequences. The reckless dissemination of photos, personal information, and contact details on social networks and digital platforms significantly increases the risk of intrusion into a child's personal space and creates the conditions for various forms of digital victimization [8].

The transition of schoolchildren from passive consumption of digital content to active participation in online interaction is accompanied by qualitative changes in the nature of their behavior in cyberspace. At the same time, as foreign studies show, adolescents' subjective confidence in their own digital competence often does not correspond to their actual level of knowledge about personal data protection mechanisms and digital footprint management. Age-related characteristics of thinking, focused on social recognition and self-presentation, reduce the ability to critically assess the risks associated with online publicity. Digital unawareness is also manifested in schoolchildren's lack of understanding of the long-term storage of information and the possibility of its uncontrolled dissemination. According to G. U. Soldatova, children often perceive the virtual environment as a space with weakened social norms of responsibility, which creates an illusion of anonymity and security [9].

This attitude contributes to risky digital behavior and hinders the formation of a culture of responsible use of information technologies. This problem is also highlighted in the research of Kyrgyz scientists. Thus, J. T. Tursunaliev, analyzing the processes of digitalization of education in the Kyrgyz Republic, emphasizes that "the level of technological accessibility significantly exceeds the level of pedagogically structured understanding of digital responsibility among students" [9].

The scientist notes that without targeted pedagogical support, the digital environment can become a factor in the social and psychological vulnerability of children. The social and pedagogical consequences of digital unawareness are manifested in increased anxiety, a decreased sense of security, and a loss of trust in the social environment. In educational practice, this is reflected in interpersonal relationships, learning activity, and the socialization processes of schoolchildren. In addition, the threat to personal data and the lack of digital awareness among children require a systematic pedagogical approach focused on developing students' sustainable skills for safe and responsible behavior in the digital space. In this regard, digital unawareness increases children's vulnerability to internet fraud, manipulative practices, and various forms of privacy violations. As shown in the previous sections of this article, the active inclusion of schoolchildren in the digital environment without sufficient pedagogical support is accompanied not only by an increase in internet addiction, but also by the formation of risky patterns of online behavior. It is at this stage that digital unawareness begins to act as a systemic factor that exacerbates the totality of digital threats.

Moving from the analysis of individual risks to their combined impact, it should be noted that the lack of developed personal data protection skills among schoolchildren makes it difficult to foster responsible digital behavior. Children and adolescents often do not distinguish the boundaries of acceptable self-disclosure, do not realize the value of personal information, and do not understand the potential consequences of its use by third parties. As a result, they no longer perceive the digital environment as a space that requires compliance with safety and responsibility standards, which increases the likelihood of their involvement in fraudulent schemes, manipulative communications, and situations of psychological pressure.

Continuing this line of reasoning, it is important to emphasize that digital unawareness is closely linked to the emotional state of schoolchildren. Encountering negative digital experiences—

such as personal data leaks, online blackmail, and invasions of personal space—often becomes a source of anxiety, feelings of helplessness, and a decrease in subjective feelings of safety. These experiences, in turn, affect students' academic performance, interpersonal relationships, and overall emotional well-being, exacerbating the negative effects of internet addiction described above.

Consequently, the risks identified cannot be considered in isolation and require targeted socio-pedagogical support. Moving on to the pedagogical dimension of the problem, it should be noted that the formation of a conscious attitude towards the use of digital technologies should be considered a systemic task for educational organizations. This involves not only imparting knowledge about the rules of safe online behavior, but also developing critical thinking, self-regulation skills, and responsibility for one's own actions in the digital space among schoolchildren.

In this context, social and pedagogical support involves integrating digital safety issues into the school's educational work, organizing interaction with families, and creating conditions for an emotionally safe educational environment. Preventive activities aimed at forming stable attitudes among students towards preserving personal boundaries and emotional well-being are of particular importance. Digital unawareness and the risks associated with it are an important indicator of the need to rethink the educational priorities of modern schools in the context of digitalization.

An analysis of digital risks in the school environment leads to the conclusion that the problem of cybersecurity for children and adolescents is complex and multi-layered. It has been established that the active involvement of schoolchildren in the digital space, accompanied by an insufficient level of digital awareness and pedagogical support, contributes to the formation of Internet addiction, disruption of emotional well-being, and increased vulnerability to threats associated with personal data leaks. The aspects discussed in this section confirm that the digital environment is not only a resource for development, but also a risk factor that influences the socialization and personal development of students.

The analysis showed that internet addiction and digital unawareness are interrelated and mutually reinforce the negative consequences of digital threats. Excessive use of digital technologies reduces students' ability to self-regulate and critically evaluate online interactions, which in turn increases the likelihood of risky digital behavior. This affects students' emotional state, level of academic motivation, quality of interpersonal relationships, and sense of psychological safety in the educational environment.

The socio-pedagogical aspect of the problem is of particular importance in this section. It has been established that the lack of systematic educational work in the field of digital security makes it difficult for schoolchildren to develop a responsible attitude towards the use of digital technologies. As a result, schools are facing new challenges that require a review of traditional approaches to education and the expansion of pedagogical functions in the context of the digitalization of education.

The results of theoretical analysis indicate the need to move from identifying digital risks to developing and implementing practical measures aimed at preventing and minimizing them. This involves the creation of a comprehensive system of social and educational support focused on forming a culture of safe and conscious behavior among schoolchildren in the digital environment.

In this regard, the next logical step in further research is to substantiate and describe practical recommendations, including pedagogical conditions, forms and methods of working with students, as well as mechanisms for interaction between schools, families, and social institutions. Consideration of these aspects will allow us to move from a theoretical understanding of the problem to the search for effective pedagogical solutions aimed at ensuring cybersecurity and preserving the emotional well-being of schoolchildren.

Based on the results of theoretical analysis, practical work to ensure the cybersecurity of schoolchildren should be systematic and socio-pedagogical in nature and aimed at forming conscious, responsible, and emotionally safe behavior of students in the digital environment.

The following areas should be prioritized as practical recommendations for general education institutions:

1. Integration of cybersecurity issues into the school's educational system, including class hours, thematic discussions, training sessions, and project activities aimed at developing digital culture and critical thinking among schoolchildren.

2. Improving the digital and pedagogical competence of teachers, which involves organizing methodological seminars and advanced training courses on digital risks, internet addiction, and the protection of students' personal data.

3. Educating parents to help them understand the specifics of their children's digital socialization, mechanisms for preventing internet addiction, and ways to support their children in the digital environment.

4. Developing self-regulation and emotional resilience skills in schoolchildren, which can be achieved through training, psychological support, and the creation of an emotionally safe educational environment.

Effective cybersecurity for schoolchildren is impossible without coordinated action by teachers and parents, as it is the family and school that are the key agents of a child's socialization in the digital environment. In this regard, the methodological recommendations are aimed at creating a unified educational space focused on developing digital awareness, responsibility, and emotional well-being among students.

1. Integrating cybersecurity into educational activities. Teachers are advised to systematically include digital safety issues in classroom hours, life safety lessons, computer science, social studies, and educational activities. Particular attention should be paid to discussing real-life situations related to Internet risks, which contributes to the development of critical thinking in schoolchildren.

2. Use of active and interactive methods. The most effective forms of work are case studies, role-playing games, discussions, analysis of digital situations, and project activities. They allow students not only to acquire theoretical knowledge, but also to develop practical skills for safe online behavior.

3. Taking into account the age and psychological characteristics of students. Pedagogical work should be based on age-specific characteristics: for younger students, through games; for teenagers, through discussion of personal experiences, values, and the consequences of digital decisions.

4. Creating an emotionally safe educational environment. It is important to create an atmosphere of trust in which students are not afraid to report negative digital experiences. Teachers should act as supportive rather than controlling agents of digital socialization.

Methodological recommendations for parents

1. Forming a culture of digital communication in the family. Parents are advised to discuss rules for safe online behavior with their children and explain the value of personal data and the consequences of its dissemination. It is important that prohibitions are accompanied by explanations and examples.

2. Exploring the digital space together. Sharing digital resources, discussing content, social networks, and online games is effective. This helps build trust and reduces the risk of hidden risky behavior by children online.

3. Developing self-regulation and balance skills. Parents should help children strike a reasonable balance between online and offline activities by developing time management, emotional stability, and self-control skills.

4. Interaction with the school. Parents are encouraged to actively participate in parent meetings, consultations, and preventive measures aimed at ensuring cybersecurity. Consistency between family and school requirements enhances the educational effect.

The implementation of these methodological recommendations contributes to the formation of a conscious and responsible attitude among schoolchildren towards the use of digital technologies, reduces the level of digital risks, strengthens emotional well-being, and increases the effectiveness of socio-pedagogical support in a digital educational environment.

Список литературы:

1. Effatpanah M., Moharrami M., Damavandi G. R., Aminikhah M., Nezhad M. H., Khatami F., Yekaninejad M. S. Association of internet addiction with emotional and behavioral characteristics of adolescents // *Iranian journal of psychiatry*. 2020. V. 15. №1. P. 55. <https://doi.org/10.18502/ijps.v15i1.2440>

2. Tenzin K., Dorji T., Choeda T., Wangdi P., Oo M. M., Tripathy J. P., Tobgay T. Internet addiction among secondary school adolescents: A mixed methods study // *JNMA: Journal of the Nepal Medical Association*. 2019. V. 57. №219. P. 344. <https://doi.org/10.31729/jnma.4292>

3. Khadka C. Internet addiction and its impact on student mental health // *Dristikon: A Multidisciplinary Journal*. 2025. V. 15. №1. P. 41-58. <https://doi.org/10.3126/dristikon.v15i1.77120>

4. Young K. S. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder // *Cyberpsychology & behavior*. 1998. V. 1. №3. P. 237-244.

5. Kuss D. J., Griffiths M. D., Binder J. F. Internet addiction in students: Prevalence and risk factors // *Computers in Human Behavior*. 2013. V. 29. №3. P. 959-966. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.23>

6. Солдатова Г. У., Зотова Е. Ю. Дети в цифровом мире: риски и безопасность. М.: Просвещение, 2019. 256 с.

7. Солдатова Г. У., Рассказова Е. И. Цифровая социализация подростков: опыт и риски. М.: Изд-во МГУ, 2019. 304 с.

8. Livingstone S., Haddon L., Görzig A., Ólafsson K. Risks and safety on the internet: The perspective of European children. London: LSE, EU Kids Online, 2011. 156 p.

9. Турсуналиев Ж. Т. Цифровизация образования в Кыргызской Республике: состояние и перспективы // *Вестник Кыргызского государственного технического университета*. 2020. №2. С. 83–89.

References:

1. Effatpanah, M., Moharrami, M., Damavandi, G. R., Aminikhah, M., Nezhad, M. H., Khatami, F., ... & Yekaninejad, M. S. (2020). Association of internet addiction with emotional and behavioral characteristics of adolescents. *Iranian journal of psychiatry*, 15(1), 55. <https://doi.org/10.18502/ijps.v15i1.2440>

2. Tenzin, K., Dorji, T., Choeda, T., Wangdi, P., Oo, M. M., Tripathy, J. P., ... & Tobgay, T. (2019). Internet addiction among secondary school adolescents: A mixed methods study. *JNMA: Journal of the Nepal Medical Association*, 57(219), 344. <https://doi.org/10.31729/jnma.4292>

3. Khadka, C. (2025). Internet addiction and its impact on student mental health. *Dristikon: A Multidisciplinary Journal*, 15(1), 41-58. <https://doi.org/10.3126/dristikon.v15i1.77120>

4. Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & behavior*, 1(3), 237-244.

5. Kuss, D. J., Griffiths, M. D., & Binder, J. F. (2013). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 959-966. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.23>

6. Soldatova, G. U., & Zotova, E. Yu. (2019). *Deti v tsifrovom mire: riski i bezopasnost'*. Moscow. (in Russian).

7. Soldatova, G. U., & Rasskazova, E. I. (2019). *Tsifrovaya sotsializatsiya podrostkov: opyt i riski*. Moscow. (in Russian).

8. Livingstone, S., Haddon, L., Görzig, A., & Ólafsson, K. (2011). *Risks and safety on the internet: The perspective of European children*. London: LSE, EU Kids Online.

9. Tursunaliyev Zh. T. (2020). Tsifrovizatsiya obrazovaniya v Kyrgyzskoi Respublike: sostoyanie i perspektivy. *Vestnik Kyrgyzskogo gosudarstvennogo tekhnicheskogo universiteta*, (2), 83–89. (in Russian).

Поступила в редакцию
08.01.2026 г.

Принята к публикации
21.01.2026 г.

Ссылка для цитирования:

Эсеналиева Г. А. Интернет-зависимость и нарушение эмоционального благополучия школьников. Угроза персональным данным и цифровая неосознанность детей // Бюллетень науки и практики. 2026. Т. 12. №3. С. 586-598. <https://doi.org/10.33619/2414-2948/124/69>

Cite as (APA):

Esenalieva, G. (2026). Internet Addiction and Emotional Well-being Disorders in Schoolchildren: Threats to Personal Data and Digital Unawareness in Children. *Bulletin of Science and Practice*, 12(3), 586-598. (in Russian). <https://doi.org/10.33619/2414-2948/124/69>