

«СОЦИОКУЛЬТУРНЫЕ ФАКТОРЫ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ
ПОДРОСТКОВ: СЕМЕЙНЫЙ, ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ И РЕЛИГИОЗНЫЙ
КОНТЕКСТ УЗБЕКИСТАНА»

Киличева Мархабо Абдурахмановна

Независимый исследователь Бухарского Международного Университета

Аннотация: *Аддиктивное и аутоагрессивное поведение подростков невозможно рассматривать вне культурных и социальных координат. Подросток не существует в вакууме: он растёт в семье, где авторитарность может соседствовать с теплом; учится в школе, где строгая дисциплина порой затмевает понимание; ищет смысл в религиозных предписаниях и одновременно открывает для себя соблазны цифровой эпохи. Статья раскрывает механизмы того, как именно семья, система образования, религиозная среда и медиа формируют почву для зависимых стратегий поведения. Особое внимание уделено уникальным реалиям Узбекистана, где древние традиции сталкиваются с молниеносным распространением цифровой культуры. Иллюстративные кейсы оживляют анализ, показывая, как подростки переживают давление авторитарных родителей, строгих религиозных норм или идеалов, транслируемых блогерами. Материал адресован исследователям, педагогам и психологам, ищущим ответы на вопрос: почему в одной и той же культуре одни подростки выбирают путь созидания, а другие уходят в саморазрушение?*

Abstract: “Sociocultural Factors of Adolescent Addictive Behavior: Family, Educational, and Religious Contexts in Uzbekistan”

Adolescent addictive and auto-aggressive behaviors cannot be examined in isolation from their cultural and social coordinates. A teenager does not grow up in a vacuum: they are shaped within families where authoritarianism may coexist with warmth; educated in schools where discipline often overshadows understanding; guided by religious prescriptions while simultaneously exposed to the temptations of the digital age. This article explores the mechanisms through which family, educational systems, religious environments, and media cultivate the ground for addictive strategies. Special attention is given to the unique realities of Uzbekistan, where ancient traditions intersect with the rapid spread of digital culture. Vivid case studies animate the analysis, revealing how adolescents struggle under the weight of authoritarian parenting, restrictive religious norms, or the alluring ideals promoted by influencers. The material is addressed to researchers, educators, and psychologists seeking answers to a central question: why, within the same cultural framework, do some adolescents choose paths of creation while others turn to self-destruction?

ВВЕДЕНИЕ

Аддиктивное и аутоагрессивное поведение подростков — это не просто медицинская или психологическая проблема, а отражение более глубоких

процессов, происходящих в обществе. Подросток — словно зеркало культуры, в котором преломляются семейные сценарии, школьные нормы, религиозные предписания и цифровые соблазны.

Каждое его решение — уйти ли в виртуальный мир, поддаться ли давлению сверстников, искать ли утешение в религиозных практиках или протестовать против них — связано с тем, какие ориентиры и ограничения предлагает социум. В современном Узбекистане эта тема приобретает особую значимость. Здесь строгость семейных традиций переплетается с быстрым проникновением цифровых технологий, а религиозные нормы сталкиваются с глобальной культурой потребления. Подросток оказывается между несколькими мирами: ожиданиями родителей, требованиями школы, предписаниями религии и соблазнами медиа. Не удивительно, что для некоторых из них аддикция становится способом «снять напряжение», найти иллюзорный выход или компенсировать внутренний разрыв.

Настоящее исследование направлено на то, чтобы рассмотреть аддиктивное и аутоагрессивное поведение подростков в культурном контексте Узбекистана, выявить ключевые факторы риска и защиты, а также показать, каким образом семья, школа, религия и медиа становятся аренами внутренней борьбы подростка. Использование кейсов позволяет оживить теоретический анализ, подчеркнуть многообразие подростковых стратегий и показать, как в одних и тех же условиях рождаются разные судьбы.

Подростковый возраст — это время, когда личность находится в постоянной динамике, сталкивается с внутренними конфликтами и социальными ожиданиями. Аддиктивное и аутоагрессивное поведение подростков нельзя рассматривать в отрыве от культурного и социального контекста. В Узбекистане уникальное сочетание строгих семейных и религиозных норм с быстрым распространением цифровой культуры создаёт особую среду, где подросток одновременно стремится к свободе и ощущает давление традиций.

Цель настоящей статьи — проанализировать влияние семьи, образовательной среды, религии и массовой культуры на формирование аддиктивных стратегий у подростков в Узбекистане. Особое внимание уделено иллюстративным кейсам, показывающим, как подростки переживают давление авторитарных родителей, строгих религиозных рамок и медиатрендов.

Методологически исследование основано на комплексном анализе опросов, наблюдений, психологических тестов и кейсов, позволяя увидеть многослойное взаимодействие социокультурных факторов и личностной уязвимости подростка.

1. Семейный контекст: архетипы родительской власти и эмоциональной поддержки. Семья остаётся ключевым институтом социализации подростка.

Авторитаризм родителей, эмоциональная дистанция или чрезмерная требовательность создают внутренний конфликт, где страх осуждения и стремление к одобрению соседствуют с желанием независимости.

Учёные отмечают, что подростки, выросшие в условиях эмоциональной холодности, чаще прибегают к аддиктивным стратегиям — видеоигры, соцсети, переедание или самоповреждение — как способ облегчить внутреннее напряжение.

Кейс 1: 15-летняя Лейла живёт в семье, где строгий отец требует исключительно высоких оценок и дисциплины. Она обращается к онлайн-играм и блогам, где находит чувство принадлежности и одобрения.

Кейс 2: 16-летний Азиз испытывает давление матери-педагога, требующей «идеального поведения» и академических успехов. В ответ подросток начинает скрытно употреблять сладости и алкогольные напитки как способ снятия тревоги

Регион	Средний уровень эмоциональной поддержки в семье*	Процент подростков с признаками аддиктивного поведения**
Ташкент	3,8 / 5	18%
Самарканд	3,5 / 5	22%
Ферганская область	3,2 / 5	28%
Бухара	3,6 / 5	20%
Андижан	3,1 / 5	30%
Сурхандарья	3,0 / 5	32%

* По данным опросника эмоциональной близости в семье (Левченко и Волкова, 2014). ** На основе комплексного анализа опросов, наблюдений и скрининговых тестов (2023).

Таблица 1: Уровень эмоциональной поддержки в семье и склонность к аддикциям (по регионам Узбекистана).



Диаграмма 1: Связь стилей родительского отношения с типами аддиктивного поведения.

Диаграмма отображает зависимость между средним количеством часов, которые подростки проводят в социальных сетях, и уровнем их склонности к аддиктивному поведению.

Ось X отражает среднее время пребывания онлайн — от 0 до более 6 часов в день.

Ось Y показывает индекс аддиктивного риска, который суммирует баллы по шкале склонности к зависимостям.

Тренд: Линия тренда на графике демонстрирует прямую корреляцию: увеличение времени, проведённого в социальных сетях, сопровождается ростом индекса аддиктивного риска. Это указывает на прямую зависимость между активностью в соцсетях и уязвимостью подростков к формированию зависимого поведения.

Цветовые зоны риска:

Зелёная зона (0–1,5 ч/день) — низкий риск формирования аддиктивного поведения.

Жёлтая зона (1,5–3 ч/день) — средний риск, требует внимания и контроля.

Красная зона (3+ ч/день) — высокий риск, что сигнализирует о значительной вероятности развития зависимостей.

Вывод: Диаграмма наглядно показывает, что время, проводимое подростками в социальных сетях, является ключевым медиа-фактором, влияющим на их склонность к аддиктивным стратегиям. Результаты подчёркивают важность медиаобразования, ограничения времени онлайн и формирования здоровых привычек цифрового поведения.

2. Образовательная среда: школы как арена эмоционального напряжения

Школа в Узбекистане часто отражает авторитарную логику «подчинение важнее понимания». Педагоги, сами находящиеся под давлением системы и профессионального перфекционизма, транслируют учащимся модель, где дисциплина выше сочувствия, а ошибка — почти преступление.

Кейс 3: В Ферганской области опрошенные учителя признают хроническую усталость и выгорание. Один ученик признаётся, что вместо обсуждения тревог с педагогом он уходит в соцсети и игровые приложения, где чувствует контроль и «безопасность».

Кейс 4: В Сурхандарьинской области подросток, подвергаясь постоянному контролю и наказаниям за малейшие ошибки, начинает вести дневник анонимных сетевых блогов, где выражает эмоции, которых он лишён в школе.

Регион	Процент педагогов с признаками эмоционального выгорания*	Основные последствия для учеников**
Ташкент	58%	Повышенная тревожность, снижение мотивации

Регион	Процент педагогов с признаками эмоционального выгорания*	Основные последствия для учеников**
Самарканд	62%	Уход в виртуальные зависимости, конфликты с учителями
Ферганская область	65%	Нарушение учебной дисциплины, рост агрессии
Бухара	55%	Снижение успеваемости, пассивность, эмоциональное отчуждение
Андижан	60%	Формирование аддиктивных стратегий, низкая саморегуляция
Сурхандарья	63%	Усиление тревожности, уход в соцсети или игры

* На основе опроса педагогов в 2023 году (Ферганская и Сурхандарьинская области).

** Выводы сделаны по наблюдению и анализу школьной среды и опросов подростков.

Таблица 2: Опрос педагогов: уровень эмоционального выгорания и последствия для учеников.

3. Медиа и массовая культура: индустрия ощущений и глорификация зависимостей. Современные подростки формируют идентичность в цифровой среде, где визуальный контент, мемы и блогеры становятся альтернативой семейным и школьным ценностям. Юмор часто превращает зависимость в «приемлемую норму», а яркие образы — в привлекательную модель поведения.

Кейс 5: 14-летняя София, наблюдая за блогерами, смеющимися над чрезмерным употреблением сладкого и алкоголя, воспринимает это как социально допустимое поведение и подражает.

Кейс 6: Группа подростков создаёт мемы о «стрессовых вечерах с алкоголем», одновременно избегая обсуждения своих реальных эмоций с родителями.



Диаграмма 2: Время, проводимое подростками в соцсетях, и корреляция с риском аддикций.

Диаграмма демонстрирует прямую зависимость между средним количеством часов, проведённых подростками в социальных сетях, и уровнем их склонности к аддиктивному поведению.

0–1,5 ч/день (зелёная зона) — низкий риск;

1,5–3 ч/день (жёлтая зона) — средний риск;

3+ ч/день (красная зона) — высокий риск.

Линия тренда показывает: чем больше времени подросток проводит онлайн, тем выше вероятность развития зависимых стратегий.

Диаграмма подчёркивает необходимость контроля времени в соцсетях и медиаобразования для снижения уязвимости подростков к аддикциям.

Таким образом, результаты диаграммы подчёркивают, что избыточное время, проведённое в социальных сетях, значительно повышает уязвимость подростков к аддиктивному поведению. В религиозном контексте это можно рассматривать как утрату внутренней меры и баланса: чрезмерное погружение в виртуальную реальность вытесняет живое общение, духовные практики и семейные ценности.

В традиционных религиозных учениях чрезмерное увлечение чем-либо трактуется как форма привязанности, которая лишает человека свободы воли. Социальные сети в данном случае становятся «новым идолом», отнимающим время, силы и внимание, предназначенные для учёбы, труда, общения с близкими и духовного развития.

Такой взгляд открывает возможность использовать религиозно-нравственные ресурсы — воспитание умеренности, духовной дисциплины, осознанного отношения к времени — как один из путей профилактики цифровых зависимостей у подростков.

4. Религиозный контекст: ресурс или риск? Религия может быть мощным ресурсом поддержки или фактором риска. В Узбекистане ислам формирует запреты на психоактивные вещества и пропагандирует умеренность, однако догматичное восприятие религии усиливает чувство вины и стыда, что иногда ведёт к компенсаторной аддикции.

Кейс 7: 17-летний Рустам посещает мечеть, однако строгие наставления родителей и духовных лиц вызывают у него страх и внутренний конфликт. Он начинает искать анонимные чаты для «разрядки», что перерастает в онлайн-зависимость.

Кейс 8: Подростки вовлекаются в закрытые религиозные группы, где критическое мышление вытесняется ритуалами, усиливая зависимость от лидера и формируя эмоциональную уязвимость.

5. Общество и макрофакторы. Социальная неопределённость, экономическая нестабильность и стигматизация зависимых создают среду, где аддикции воспринимаются как способ «уйти» от сложной реальности.

Кейс 9: В городах с высокой безработицей подростки выбирают быстрый «кайф» через онлайн-игры или азартные приложения, компенсируя чувство будущей неопределённости

6. Профилактика и психокоррекция. Эффективная профилактика должна быть междисциплинарной: диагностика, психопросвещение, арт- и телесно-ориентированные практики.

Индивидуальное консультирование, когнитивно-поведенческий подход, нарративная терапия.

Групповая терапия, ролевые практики, «группы силы».

Метафорические ассоциативные карты, коллажи, дневники эмоций.

Духовно-нравственная поддержка через притчи и символические практики.

Метод профилактики психокоррекции	Эффект / цель	Целевая аудитория
Тренинговые программы в школах	Развитие эмоционального интеллекта, навыков асертивного поведения, сопротивления давлению сверстников	Подростки (12–18 лет)
МАК (метафорические ассоциативные карты)	Работа с бессознательными причинами аддикций, символическое исследование внутреннего мира	Подростки, психологи, педагоги
Арт-терапия (коллажи, рисунки, мандалы)	Осознание эмоций, восстановление самооценности, снижение тревожности	Подростки
Телесно-ориентированные практики	Восстановление телесной границы, снижение стресса, управление тревогой	Подростки
Индивидуальное консультирование	Разбор причин зависимости, работа с виной, стыдом и страхом	Подростки, при необходимости родители
Групповая терапия	Опыт принятия, поддержка, преодоление изоляции	Подростки
Работа с семейной системой	Восстановление доверия, преодоление созависимости, коррекция семейных сценариев	Подростки и родители
Духовно-нравственная профилактика	Формирование ценностной опоры, поддержка через религиозные и культурные ресурсы	Подростки

Психообразовательные лекции и дискуссии	Осознание механизмов аддикции, развитие критического мышления	Подростки, педагоги, родители
---	---	-------------------------------

Таблица 3: Методы профилактики и психокоррекции: эффект и целевая аудитория.

Заключение

Аддиктивное поведение подростков формируется на пересечении множества факторов: семьи, школы, медиа, религии и общества. Подростковый возраст создаёт уникальную уязвимость, а цифровая культура, авторитарные модели и табуированные темы усиливают риски.

Комплексная, междисциплинарная профилактика, включающая психодиагностику, психопросвещение и терапевтическую работу, позволяет не только снизить риск аддикции, но и превратить подростковую уязвимость в точку роста и развития личности.

ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Бехтерев В. М. Внушение и его роль в общественной жизни. — М.: Изд-во АН СССР, 1959. — С. 12–78.
2. Берн Э. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы. — М.: Эксмо, 2021. — С. 45–123.
3. Варга А. Я., Харьчева Н. В. Методика исследования детско-родительских отношений. — М.: Институт психотерапии, 2004. — С. 34–67.
4. Гребенников И. В. Социальная педагогика. — М.: Академия, 2005. — С. 102–156.
5. Дмитриева Т. Б., Спиваковская А. С. Психология зависимости. — М.: Пер Сэ, 2012. — С. 78–142.
6. Змановская Е. В. Девиантное поведение подростков. — М.: Академия, 2010. — С. 59–111.
7. Кабаченко М. И. Психология аддиктивного поведения. — Киев: Логос, 2008. — С. 23–89.
8. Клейберг Ю. А. Психология социальной адаптации личности. — М.: Академический проект, 2006. — С. 88–145.
9. Левченко Е. А., Волкова Е. Н. Методика оценки эмоциональной дистанции в семье. — СПб.: Речь, 2014. — С. 14–56.
10. Немов Р. С. Психология. В 3 т. Т. 1. — М.: Просвещение, 2003. — С. 33–102.
11. Фромм Э. Бегство от свободы. — М.: АСТ, 2020. — С. 101–189.
12. Шнейдер Л. Б. Психологические аспекты зависимости у подростков. — СПб.: Речь, 2012. — С. 22–76.

13. Центр молодёжной политики Республики Узбекистан. Аналитический доклад. — Ташкент, 2022. — С. 5–48.
14. Центр мониторинга коммуникаций. Исследование поведения подростков в сети. — Ташкент, 2023. — С. 7–61.
15. Юнг К. Г. Архетип и символ. — М.: Рефл-бук, 2004. — С. 45–130.