



DOI: 10.19181/socjour.2026.32.3.4
EDN: GTBAMI

В.В. РАДАЕВ¹

¹ Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики». 109028, Москва, Покровский бульвар, д. 11, каб. G314.

КТО БОЛЕЕ ВОВЛЕЧЕН В ВИДЕОИГРЫ И СТРАДАЕТ ОТ ИГРОМАНИИ?¹

Аннотация. В работе раскрывается история появления и распространения в России компьютерных и видеоигр. Через призму межпоколенческого анализа на основе репрезентативных количественных данных исследуется рост вовлеченности россиян в видеоигры, а также растущая зависимость от видеоигр. В качестве основного источника информации привлекаются данные Российского мониторинга экономического положения и здоровья населения НИУ ВШЭ (РМЭЗ НИУ ВШЭ). Использовались данные за 2023 г., включающие 13 345 респондентов 18 лет и старше, в том числе 41% мужчин и 59% женщин. Кроме сопоставления доли пользователей по поколениям и периодам, применяется логистический регрессионный анализ с показателями вовлеченности и зависимости от цифровых технологий в качестве зависимых переменных. В результате получено, что межпоколенческие различия (за которыми во многих случаях скрывается эффект возраста) значимо влияют на все основные показатели вовлеченности в видеоигры, включая чрезмерную вовлеченность. Сопряженные с ними зависимости также значимо чаще появляются у представителей более молодых поколений. Обнаружены заметные гендерные различия в сторону мужчин. С переходом к самому молодому поколению зумеров нередко эти различия уменьшаются.

Ключевые слова: цифровые технологии; видеоигры; зависимость; поколения; опросы населения; Россия.

Для цитирования: Радаев В.В. Кто более вовлечен в видеоигры и страдает от игромании? // Социологический журнал. 2026. Том 32. № 3. С. 78–107. DOI: 10.19181/socjour.2026.32.3.4 EDN: GTBAMI

Амбивалентность влияния цифровых технологий (вводные замечания)

Влияние цифровых технологий на нашу повседневную жизнь несомненно превратилось в одну из ключевых исследовательских тем. При этом в рамках концепции межпоколенческого цифрового разрыва постулируется, что успешная вовлеченность в цифровые технологии, в большей степени отличающая молодые поколения, облегчает повседневную жизнь, в то время как неспособность к их

¹ Работа выполнена в Лаборатории экономико-социологических исследований НИУ ВШЭ. Использованы результаты проекта HSE-MS-2026-105, выполненного в НИУ ВШЭ. Мы благодарим анонимных рецензентов, Л.С. Кузину, М.А. Нагерняк, Е.А. Стрельцову, а также участников семинара Лаборатории экономико-социологических исследований НИУ ВШЭ за полезные замечания к рукописи данной работы.

освоению порождает состояние уязвимости и отчужденности, что особенно характерно для старших поколений [2; 27]. Не отвергая эти очевидные утверждения, мы намерены несколько усложнить картину. Мы сфокусируемся на неоднозначности влияния самих цифровых технологий, которые, взаимодействуя с людьми и их социальными отношениями, порождают фундаментальную двойственность, или амбивалентность, одновременно давая начало прямо противоположным трендам [3; 37]. И сделаем это на примере компьютерных и видеоигр.

Мы исходим из того, что при чрезмерной интенсивности занятий растущая вовлеченность способна оборачиваться зависимостью. Зависимость от видеоигр — возрастающий глобальный тренд. По данным метаанализа около 500 специальных статей, посвященных ситуации в 64 странах, в 2021 г. было установлено, что зависимости от видеоигр подвержено 6% населения, причем за истекшее с 2011 г. десятилетие эта доля удвоилась [40].

Механику процесса трансформации вовлеченности в зависимость можно представить следующим образом. Цифровые платформы стремятся вовлечь (кооптировать) возрастающее количество поставщиков контента и разных сервисов, а затем все большее число пользователей [25]. Пользователям предоставляется возрастающее число сервисов, причем на бесплатной основе, в обмен на возможность (также бесплатно) собирать их поведенческие данные, которые затем используются для оптимизации работы сервисов и одновременно продаются другим коммерческим организациям [3; 10; 9; 15].

Задача цифровой платформы — не только вовлечь пользователей, но и по возможности замкнуть их на данную платформу. На основе собираемых поведенческих данных алгоритмы предлагают пользователю именно то, что он(-а) желает получить, точнее, то, что выбиралось ранее. Попутно тормозится использование альтернативных продуктов и формируется чувство безальтернативности, необходимости постоянно возвращаться на эту платформу. Разработчики также активно задействовали техники провоцирования зависимости, заимствованные из игровой индустрии и бихевиористских экспериментов [26; 28].

Эта натренированная потребность в постоянном возвращении в итоге превращает вовлеченность в *зависимость*, которая связана с чрезмерной вовлеченностью в определенные занятия и неспособностью контролировать время, уделяемое этим занятиям, что приводит к негативным поведенческим, социопсихологическим и физиологическим последствиям [38]. Зависимость, таким образом, выражается в трех элементах:

- неспособность отказаться от определенных практик;
- возникновение негативных психофизиологических состояний;
- замещение и вытеснение других практик.

В международной практике используется термин «*игровое расстройство*» (gaming disorder), которое, по определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), характеризуется следующими признаками: потеря контроля над играми, приоритет игр над другими интересами и повседневной деятельностью, продолжение или усиление игровых практик, несмотря на негативные последствия, а также нарушения в личной, семейной, социальной, образовательной, про-

фессиональной или других важных областях [42; 47]. Содержательно этот термин близок к используемому нами понятию игровой зависимости, но в русском языке, на наш взгляд, «зависимость» отражает интересующие нас процессы более точно.

Цифровая зависимость формируется постепенно и сходна с зависимостью от аддиктивных товаров (от алкоголя, табачных изделий, психотропных веществ) или аддиктивных практик наподобие компульсивного потребления (шопоголизма) [17]. Она сопряжена с перестройкой жизненных приоритетов и переформатированием габитуса (вымыванием прежних диспозиций и привычных практик). Последствия такого состояния зависимости тоже двойственны: оно приносит временное удовольствие, которое сродни опьянению, и одновременно порождает фрустрации с чувством вины, сходные с похмельем. С течением времени зависимость может усиливаться и в какой-то момент перерасти в патологии (психические расстройства), то есть из пристрастия превратиться в болезнь.

Впрочем, общих рассуждений о возрастающей зависимости от цифровых технологий в целом и видеоигр в частности уже явно недостаточно. Применительно к российскому опыту недостает эмпирических подтверждений на основе достоверных данных. Именно такие подтверждения мы и планируем предоставить в этой работе вместе с данными о растущей вовлеченности в гейминг.

Начнем с короткого изложения истории проникновения видеоигр в повседневную жизнь россиян, а затем на основе новых количественных данных рассмотрим нынешнее состояние дел через призму межпоколенческого анализа, сравнивая самое молодое взрослое поколение зумеров с несколькими предшествующими поколениями. С помощью такого анализа попытаемся выявить наиболее важные тренды и рассмотреть, как вовлеченность в видеоигры способствует нарастанию зависимости (игромании). В ряде случаев, где есть надежные сопоставимые данные, мы сравним российскую ситуацию с результатами зарубежных опросов.

В эмпирической части нами будут проверяться две базовые гипотезы, первая из которых уже неоднократно тестировалась на материале разных цифровых технологий [2; 15; 21], а вторая пока привлекла меньшее внимание.

Гипотеза 1. По мере омоложения поколений возрастает вовлеченность населения в видеоигры.

Гипотеза 2. По мере омоложения поколений возрастает зависимость пользователей от видеоигр.

Мы хотим протестировать еще одну дополнительную гипотезу о возможной связи между интенсивной вовлеченностью в видеоигры и игровой зависимостью, с одной стороны, и зависимостями от алкоголя и курения — с другой. Здесь предлагаются как минимум три альтернативы:

1. одна зависимость сопровождает и, возможно, даже усиливает другую (comorbidity);
2. одна зависимость замещает и вытесняет другую (substitution);
3. избавление от одной зависимости способствует избавлению от другой зависимости (concurrent recovery) [36].

В первом случае число зависимостей увеличивается, во втором — остается прежним, в третьем — сокращается. В предшествующих исследованиях на данных РМЭЗ НИУ ВШЭ² фиксировалось, что для геймеров по сравнению с неиграющими более характерно курить и пить алкоголь [21]. Мы проверим значимость подобной связи на новых данных, используя дополнительные вопросы об игровой зависимости. Отсюда наша заключительная гипотеза:

Гипотеза 3. Интенсивная вовлеченность в видеоигры и игровая зависимость сопровождаются зависимостями от алкоголя и курения.

Приведенные гипотезы будут тестироваться на новых количественных данных. Следует оговорить, что интересующий нас эффект поколения трудно отделять от эффекта возраста [31; 44], поскольку соответствующие вопросы о гейминге задавались только в 2020-е годы.

Вопросы теории и истории

Специфика межпоколенческого анализа

При фиксации поколений мы следуем социологическому подходу и, в отличие от сугубо статистических методов, выделяем их не по формальным десятилетиям и не по годам рождения, а по общезначимым историческим периодам, когда происходило взросление их представителей (формативные годы). При таком подходе границы между поколениями производны от политико-экономических циклов и, следовательно, могут быть разной продолжительности. Мы понимаем условность подобной периодизации и, в отличие от демографов, работающих с длинными волнами, изучаем более короткие волны, пытаюсь при этом уловить тренды, не сводимые к текущим флуктуациям [16; 15]. Мы согласны с тем, что в последний период произошла явная актуализация поколений как аналитической категории, отчасти приходящей на смену классам и другим традиционным категориям социологии [23].

В данной работе будем сравнивать пять российских поколений. Немного упрощая, можно сказать, что самое старшее из них поколение взрослело в брежневскую застойную эпоху увядающего социализма. Реформенное поколение формировалось в турбулентные 1990-е годы с высоким уровнем экономической и политической нестабильности. Старшие миллениалы, напротив, выросли в так называемые нулевые годы — наиболее благополучный и стабильный период (по крайней мере до 2008 г.). Младшие миллениалы начали взрослеть на рубеже 2010-х годов — в период финансового кризиса (2008–2009 гг.), длительной экономической рецессии и начала международных санкций с 2014 г. Наконец, зумеры вступили в период взросления на рубеже 2020-х годов, ознаменованных приходом пандемии, началом СВО и расширением санкций с 2022 г. Годы рождения и взросления этих пяти поколений приведены в таблице 1, причем особенно важны, повторим, именно годы взросления.

² Российский мониторинг экономического положения и здоровья населения НИУ ВШЭ (RLMS HSE), проводимый Национальным исследовательским университетом «Высшая школа экономики» и ООО «Демоскоп» при участии Института социологии Федерального научно-исследовательского социологического центра РАН. Сайт обследования RLMS HSE: <http://www.hse.ru/rlms>

Таблица 1

Годы рождения и взросления поколений

Поколение	Годы рождения	Годы взросления
Поколение застоя	1947–1967	1964–1984
Реформенное поколение	1968–1981	1985–1999
Старшие миллениалы	1982–1990	2000–2007
Младшие миллениалы	1991–2000	2008–2017
Поколение зумеров	2001 и позднее	2018 и позднее

С точки зрения периода своего взросления, реформенное поколение — последнее советское, а старшие миллениалы — первое постсоветское поколение, в этом отношении между ними проходит важный водораздел. Отметим, что поколение миллениалов первоначально анализировалось нами как одно целое [16], но затем мы разделили его на две большие группы [15; 18; 19]. Главная причина заключается не в чисто возрастных различиях, а в том, что в ходе взросления этого поколения внешние условия в России претерпели значительные изменения, и взрослеющие младшие миллениалы во многом оказались в качественно иной среде.

***Как компьютерные и видеоигры проникали в жизнь россиян
(фрагменты истории)***

Проанализируем коротко, как происходило в России развитие компьютерных и видеоигр. По множественным открытым историческим источникам и опросным данным, мы собрали информацию о датах появления и распространения на российском рынке видеоигр. С некоторой степенью условности выделяем в истории их распространения четыре принципиальные точки: появление игровых устройств и видеоигр и три последовательных уровня вовлеченности пользователей, измеряемых их долей в составе взрослого населения:

- широкая вовлеченность — доля пользователей превысила 25%;
- массовая вовлеченность — доля пользователей превысила 50%;
- всеобщая вовлеченность — доля пользователей превысила 75%.

Используя эту терминологию, обратимся к фрагментам истории видео- и компьютерных игр, виртуальных социальных и игровых миров. Первые в мире игровые приставки Nintendo появились в 1983 г., за ними в 1987 г. последовали игры для персональных компьютеров IBM [8], а знаменитая российская игра «Тетрис» была написана в 1984 г. для компьютера «Электроника-60». Во второй половине 1980-х годов также распространялись советские клоны британского компьютера ZX-Spectrum, широко используемого для видеоигр. И в 1990-е годы основной игровой платформой в России стали именно персональные компьютеры. Что же касается игровых консолей, то первая карманная консоль под брендом «Электроника» появилась на российском рынке еще в 1984 г. Первые же зарубежные консоли были дорогими и малодоступными до появления приставки Dendy в конце 1992 г. За ней последовали игровые консоли Super Nintendo (1994 г.), Game

Boy и PlayStation (1995 г.). Среди игровых жанров в этот период преобладали аркады, квесты, простые экшены и первые симуляторы. Для индустрии были также характерны массовое пиратство и кустарное распространение игр³.

В 2000-е годы персональные компьютеры продолжали доминировать, но укреплялись и консольные проекты. Расширялся спектр игровых жанров. Постепенно набирали популярность многопользовательские онлайн-игры (Massively Multiplayer Online, ММО), вокруг которых начали формироваться широкие сетевые сообщества, обозначая новый тренд в игровой индустрии. Первым значительным проектом в стране в 2002 г. стал «Бойцовский клуб». В 2003 г. был запущен трехмерный виртуальный мир “Second Life”. В том же 2003 г. вышла самая популярная и «долгоиграющая» версия “Counter-Strike” (CS 1.6) — многопользовательской компьютерной игры в жанре шутера от первого лица. В 2004 г. состоялся выход первой версии “World of Warcraft” («Мир военного ремесла») — массовой многопользовательской ролевой онлайн-игры в фэнтезийной вселенной. В 2008 г. Книга рекордов Гиннеса назвала “World of Warcraft” самой популярной MMORPG в мире. И именно в 2008 г. она начала поддерживать русский язык. А пика популярности “World of Warcraft” достигает к 2010 г., когда число подписчиков превысило 12 млн [18]. В 2010 г. состоялся выпуск еще одной популярнейшей игры — “World of Tanks” (с 2022 г. — «Мир танков»).

В 2010-е годы начинается бурный рост рынка мобильных игр и продолжается распространение онлайн-игр для персональных компьютеров, а консоли переходят, скорее, в нишевый сегмент. Наиболее популярными становятся казуальные игры (пазлы, головоломки), онлайн-шутеры, крупные ММО, симуляторы и стратегии. Происходит более активное вовлечение в мобильный гейминг женской аудитории. В 2013 г. выпускается “Dota 2”, по которой проводятся крупнейшие международные киберспортивные турниры. В 2016 г. в России произошло окончательное официальное признание киберспорта (первоначально он признавался в период 2001–2006 гг.), а с 2018 г. ежегодно проводятся чемпионаты России по компьютерному спорту.

В 2020-е годы на передний план среди платформ для игр в России начинают выходить мобильные устройства. Продолжает нарастать жанровое разнообразие. К числу самых любимых жанров относятся пазлы, виртуальные настольные игры, гонки и шутеры. За ними следуют симуляторы, экшены и стратегии. На фоне ухода иностранных компаний происходит усиление роли отечественных разработчиков и рост числа оригинальных российских проектов. Также наблюдалось масштабное возрождение пиратства. С 2021–2022 гг. широкое распространение получили метавселенные, интерес к которым был подогрет пандемией COVID-19 и активным развитием VR-игр с прогнозами экспоненциального роста в будущем. В 2023 г. было заявлено о необходимости поддержки российской игровой индустрии со стороны Правительства Российской Федерации и развернута ее государственная поддержка, включая масштабное субсидирование российских видеоигровых проектов через государственное НКО «Институт развития интернета» [13].

³ См., например, оценки пользователей платформы «Хабр» — <https://habr.com/ru> Это крупная русскоязычная платформа и база знаний для IT-специалистов, программистов, исследователей и техно-энтузиастов, где в формате коллективного блога пользователи сами генерируют, комментируют и оценивают контент.

Приведем общие статистические данные. В 2019–2024 гг. рынок видеоигр в России вырос на 55% и достиг 187 млрд руб. Он составлял лишь около 1% мирового рынка видеоигр, но рос быстрее (мировой рынок за данный период увеличился только на 40%). Рынок видеоигр включает три основных сегмента: игры для персональных компьютеров, на который в 2023 г. приходилось 48% рынка с тенденцией к уменьшению доли; игры для мобильных устройств (43% с тенденцией к увеличению) и игры для консолей (8% рынка) [1]⁴. Консоли сохранили свое присутствие в качестве нишевого сегмента. В 2019–2023 гг., по нашим данным на основе РМЭЗ НИУ ВШЭ, за последние 12 месяцев играли, пользуясь игровой приставкой типа Xbox или PlayStation лишь 3–4% респондентов в возрасте 18 лет и старше.

О том, как менялась с годами доля российских геймеров, нам, к сожалению, известно значительно меньше⁵. Соответствующие вопросы в РМЭЗ НИУ ВШЭ задавались лишь с 2019 г. Данных за 1990-е годы найти не удастся, а данные за 2000-е годы неполны и обрывочны. Однако, судя по данным J'son & Partners Consulting и Mail.ru Group, доля геймеров среди российского населения в возрасте 16 лет и старше до конца 2010-х годов находилась в пределах 10%. Максимальная доля аудитории российских геймеров была зафиксирована в исследованиях, проведенных компаниями «Ромир Мониторинг» и TNS Media в 2006 г., на уровне 13%, но считалась вместе с подростками, начиная с 10-летнего возраста [11]. Убыстренный рост доли российских геймеров начался с 2010 г., когда стали широко распространяться смартфоны с постоянным доступом в Интернет [14]. Важную роль сыграло также появление игровых консолей с онлайн-подключением Xbox 360 в 2005 г. и PS3 в 2006 г. В результате в 2010 г. по доле геймеров среди населения в возрасте 16 лет и старше мы приблизились к четверти [8], к 2012 г. был превышен порог в 30%, то есть достигнута стадия широкого распространения, а в 2015 г. эта доля вышла на уровень 36%, превысив треть населения в возрасте 16 лет и старше⁶. Пик по доле геймеров был достигнут в пандемийный 2021 г. и составил, по данным РМЭЗ НИУ ВШЭ, 40% тех, кто играл в игры с помощью электронных устройств в последние 12 месяцев, но далее произошло снижение до 30% в 2023–2024 гг., и распространение компьютерных и видеоигр не вышло на уровень массового распространения.

Следует оговорить, что опросные данные из разных источников расходятся до 3 раз и более. Так, по результатам опроса ВЦИОМа, в 2024 г. 22% россиян играли в компьютерные игры (среди них 30% мужчин и 16% женщин), а 21% — играли раньше [4]⁷. В то же время, по данным НАФИ [5], доля геймеров в России в 2022 г.

⁴ Игра на мобильных устройствах быстро возрастает. По данным опроса НАФИ, в 2025 г. 73% геймеров играли на мобильных телефонах или планшетах, 40% использовали компьютеры и ноутбуки, 11% играли на консолях [6].

⁵ Мы благодарим Е.А. Чупрова за помощь в поиске информации.

⁶ См. данные Информационной службы Sostav.ru (2012). — URL: https://www.sostav.ru/news/2012/11/01/rossiya_igra_auditoriya_40mln_chelovek/, а также Исследование Mail.ru. Group: профиль российского геймера (2016). — URL: <https://vk.company/ru/press/releases/9576/> (дата обращения 07.07.2026.).

⁷ По некоторым оценкам, в 2023 г. в мире 41% населения были вовлечены в видеоигры или играли ранее, что близко к данным ВЦИОМа. — URL: <https://truelist.co/blog/gaming-statistics/> (дата обращения 22.07.2026.).

составила 60%, по данным NewZoo, в 2021 г. — около 64%⁸, по данным Mediascope, в 2022 г. хотя бы иногда в видеоигры играли 69% опрошенных (правда, речь шла о респондентах от 12 до 64 лет) [12], а по данным НАФИ, в 2025 г. в видеоигры играли даже 75% россиян в возрасте 14 лет и старше, правда, геймерами себя при этом называли лишь 17% из них [6]. Нам эти цифры представляются завышенными, и мы опираемся на более надежные данные РМЭЗ НИУ ВШЭ.

Важным шагом стало распространение в середине 2010-х годов технологий *виртуальной и дополненной реальности*. Виртуальная реальность (VR-технологии) — созданный техническими средствами мир, транслируемый человеку через его органы чувств. Первый серийный потребительский VR-шлем (Oculus Rift CV1) поступил в продажу в начале 2015 г. Дополненная реальность (AR-технологии) вносит отдельные искусственные элементы в восприятие реального мира. Она получила широкое распространение благодаря популярности таких игр, как “Pokémon Go”, вышедшей в 2016 г. и интегрированной в смартфоны и планшеты. Однако пока в России и во всем мире видеоигры с виртуальной и дополненной реальностью не пользуются большим спросом, в том числе из-за высоких цен и физиологического дискомфорта, возникающего во время использования 3D-гарнитуры. Нет пока в России и проектов по разработке видеоигр с метавселенными [1].

Итак, многие пользовательские цифровые технологии появились в России в доступе для населения еще в 1990-е годы, в период взросления реформенного поколения. Но представители последней советской поколенческой когорты еще не могли ими воспользоваться в полной мере в силу труднодоступности и дороговизны соответствующих устройств (компьютеров, игровых приставок). В период взросления старших миллениалов в 2000-е годы произошла широкая вовлеченность на уровне четверти населения в гейминг.

Осталось сказать, что по мере развития цифровых технологий могут возникать разнонаправленные тренды. Например, на стадиях широкой и массовой вовлеченности может существенно возрастать цифровое неравенство между поколениями за счет того, что более молодые поколения быстрее осваивают новые технологии в части и доступа, и навыков использования. Однако по мере распространения технологий старшие поколения способны постепенно догонять молодых, и в этом случае межпоколенческие различия могут снижаться, а цифровые разрывы преодолеваются. Аналогично увидим, что в более старших поколениях могут возникать заметные гендерные различия, в случае гейминга — явно в пользу мужчин. Причем, в отличие от многих других цифровых технологий, в этом случае с переходом к более молодым поколениям гендерные различия не исчезают.

Методология исследования

Охарактеризуем методологию нашего эмпирического исследования, в том числе основные источники данных, ключевые переменные и используемые аналитические методы.

⁸ См.: Благодаря пандемии объем российского рынка видеоигр вырос на 35% // Радио РБК. 2021. — URL: https://www.rbc.ru/technology_and_media/29/03/2021/6061a30e9a79471323188935 (дата обращения 07.07.2026).

Источники данных

В качестве основного источника информации мы используем данные Российского мониторинга экономического положения и здоровья населения НИУ ВШЭ (РМЭЗ НИУ ВШЭ). Мониторинг представляет собой серию ежегодных общенациональных репрезентативных опросов индивидов и домашних хозяйств, проводимых на базе вероятностной стратифицированной многоступенчатой территориальной выборки. Поскольку вопросы о видеоиграх задавались в РМЭЗ НИУ ВШЭ лишь в последние годы, мы используем результаты опроса индивидов за 2023 г., включающего 13 345 респондентов 18 лет и старше, из них 41% мужчин и 59% женщин.

В качестве других дополнительных источников данных по отдельным темам мы использовали данные предшествующих исследований опросных центров ВЦИОМ и НАФИ. Из зарубежных источников для сравнения привлекаются данные американского исследовательского центра Pew Research Center, который в том числе проводил активные межпоколенческие исследования, используя классификацию поколений, близкую по годам к нашей классификации. Мы не можем назвать подобное использование нами источников триангуляцией в полном смысле слова, скорее, речь идет о дополнительной и иллюстративной информации к нашим опросным данным.

Методы анализа

Начнем с операционализации основных понятий. *Уровень вовлеченности* населения в видеоигры определяется как комплексное понятие, включающее наличие доступа и фактическое использование видеоигр, частоту (интенсивность) этого использования, освоенные навыки и применяемые практики, характеризующие продвинутость пользователя. Сразу оговорим: при характеристике вовлеченности в гейминг мы в основном концентрируемся на самих фактах и частоте участия в видеоиграх, не затрагивая такие важные элементы вовлеченности, как освоенные цифровые навыки и применяемые практики, по которым у нас отсутствуют данные.

Исходный показатель вовлеченности измеряем по доле респондентов, игравших в компьютерные и видеоигры за последние 12 месяцев. Далее применяем *показатель интенсивной вовлеченности* в гейминг, измеряемый на операциональном уровне как ежедневная игра с помощью электронных устройств.

В литературе активно задействуется понятие «*чрезмерное использование*», которое часто отождествляется с зависимостью [24]. В какой мере ежедневная игра является чрезмерной — дискуссионный вопрос, ибо для одной группы ежедневный гейминг может считаться чрезмерным, а для другой уже стал неотъемлемой частью стиля жизни. И когда именно вовлеченность становится «чрезмерной», однозначно определить непросто. В любом случае интенсивная вовлеченность рассматривается нами в качестве переходной ступени к состоянию зависимости, которое предусматривает, кроме увеличения времени использования сверх определенного конвенционального порога, появление определенных негативных последствий для благополучия человека. В данной работе *уровень зависимости* измеряется на основе специальных вопросов с субъективными оценками негативных последствий гейминга. Зависимыми будем считать тех, кто:

- не способен оторваться от видеоигр;
- испытывает негативные эмоции от видеоигр;
- считает, что, по мнению окружающих, нужно меньше играть в видеоигры;
- пытается прекратить играть в видеоигры.

— В международных исследованиях активно применяется тест на *игровые расстройства* (Gaming Disorder Test), построенный по критериям Всемирной организации здравоохранения, которые мы приводили выше [42]. Используемые нами параметры содержательно пересекаются с этими критериями, но все же их не повторяют.

При *межпоколенческом анализе* мы привлекаем данные по пяти поколениям, начиная с поколения застоя, и не берем представителей самых пожилых поколений в возрасте 80 лет и старше. При этом при выявлении эффекта поколений имеются серьезные ограничения. Поскольку наш основной источник информации (РМЭЗ НИУ ВШЭ) содержит опросные данные по участию в видеоиграх только с 2019 г., у нас нет возможности элиминировать прямое влияние возраста, используя ретроспективный анализ [15], то есть не сможем сравнить все ныне живущие поколения в период их взросления. Поэтому в большинстве случаев мы используем данные 2023 г., и на межпоколенческих различиях неизбежно сказывается эффект возраста.

Для проверки устойчивости межпоколенческих различий, кроме непараметрических парных корреляций с использованием коэффициентов корреляции Спирмена, мы применяли *логистический регрессионный анализ* с наличием или отсутствием вовлеченности и наличием или отсутствием зависимости в качестве зависимых бинарных переменных. А в качестве основной независимой переменной использовалась категориальная переменная из выделенных пяти поколений. Кроме того, в регрессии включался набор стандартных независимых переменных, в том числе:

- гендер (женщины или мужчины);
- семейный статус (находится ли в официальном или гражданском браке);
- получение высшего образования (имеет высшее образование или является студентом вуза);
- занятость (есть ли постоянная оплачиваемая работа);
- уровень индивидуального дохода (натуральный логарифм);
- место проживания (городские или сельские поселения).

Проверка мультиколлинеарности независимых переменных проведена с помощью коэффициента инфляции дисперсии (Variance Inflation Factor, VIF), значение которого во всех случаях не превысило 2. Данные переменные использовались преимущественно как контрольные, чтобы определить, насколько устойчиво влияние межпоколенческих различий. Но есть одно важное исключение. Ввиду особой значимости гендерных различий и предполагаемого существования гендерного неравенства в использовании цифровых технологий [4] основные результаты приводятся отдельно для женщин и мужчин. Регрессионные коэффициенты приведены в таблицах 1П–2П в Приложении к статье по адресу: <https://journal-socjournal.ru/index.php/socjour/article/view/9562/9374>

Эмпирические результаты

Изложение эмпирических результатов начнем с анализа вовлеченности в компьютерные и видеоигры, а затем перейдем к показателям игровой зависимости (игромании).

Молодые мужчины более вовлечены в видеоигры

Важным элементом использования цифровых технологий стало участие в компьютерных и видеоиграх. Мы сравним уровень вовлеченности в видеоигры по поколениям, оценим некоторые позитивные и негативные следствия подобных занятий, включая элементы возникающей игровой зависимости.

По данным РМЭЗ НИУ ВШЭ, в 2023 г. *играли в игры с помощью электронных устройств* в последние 12 месяцев 29% респондентов в возрасте 18 лет и старше (среди них женщин — 21%, мужчин — почти вдвое больше, 40%). В отличие от социальных сетей, где более активными пользователями являются женщины [20], в видеоигры значительно больше вовлечены мужчины. Интересно, что, по нашим данным, в последние годы общая доля игроков в России не растет. Так, в 2019 г. в любые игры при помощи электронных устройств играли 37% взрослых россиян, своего пика этот показатель достиг в 2021 г. (в период пандемии) — 39%, а затем снизился до 29% в 2023 г.

Снижение доли геймеров в постпандемийный период было достигнуто преимущественно за счет молодых когорт, но именно молодые поколения составляют основную массу геймеров, и время, которое они проводят за видеоиграми, понемногу увеличивается [21]. И с переходом ко все более молодым когортам доля вовлеченных в видеоигры устойчиво возрастает с 20% в поколении застоя до 50% у зумеров, то есть среди самых молодых в 2023 г. играл каждый второй.

Видеоигры демонстрируют важную особенность. В большинстве случаев вовлеченность в цифровые технологии относительно устойчиво возрастает, так как молодые поколения осваивают их быстрее и во все более раннем возрасте, а затем остаются в числе активных пользователей. Специфика же увлечения видеоиграми выражается в том, что представители старших поколений увлекались ими ранее, но по мере взросления многие из них завершали игры и выбывали из состава геймеров, уступая место более молодым⁹. Обратим внимание, что, по данным ВЦИОМа, доли россиян, играющих в компьютерные игры, и россиян, игравших ранее, но прекративших это занятие, примерно одинаковы [7]. И мы обязаны допустить, что представители старших поколений в своем двадцатилетнем возрасте играли не меньше, чем двадцатилетние зумеры в настоящее время. К сожалению, короткий временной ряд в РМЭЗ НИУ ВШЭ не позволяет нам проверить это предположение. И в целом уровень распространения гейминга в России по-прежнему остается недостаточно изученным.

С гендерной точки зрения среди мужчин доля геймеров увеличивалась в среднем на 10 п.п. с каждым более молодым поколением: с каждого пятого (21%) в поколении застоя до почти двух третей (64%) у зумеров. И уже в реформенном поколении возникла широкая, а у младших миллениалов — массовая вовлечен-

⁹ Отчасти это может быть связано с тем, что, несмотря на активное вовлечение взрослых, игры многим не кажутся серьезным занятием. Например, по данным НАФИ, в 2022 г. каждый пятый россиянин (20%) считал взрослых геймеров инфантильными, несерьезными людьми [5].

ность в видеоигры¹⁰. У женщин всплески произошли лишь в самых молодых поколениях — у младших миллениалов, когда доля геймеров выросла с 20 до 27%, и случилась широкая вовлеченность в видеоигры, и особенно у зумеров, у которых эта доля взлетела до 38% (рис. 1).

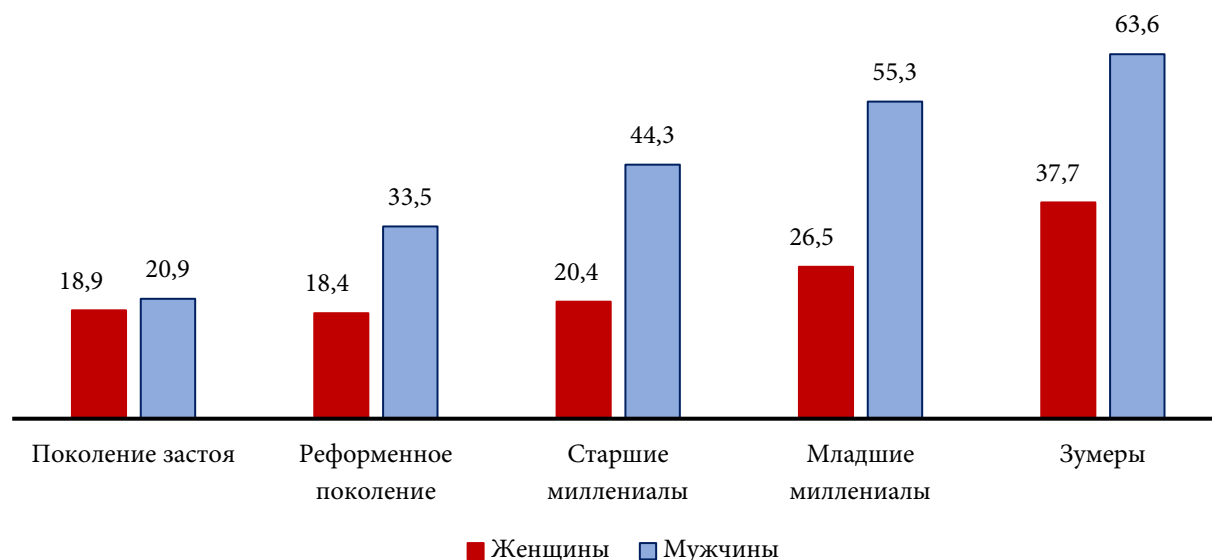


Рис. 1. Доля женщин и мужчин, игравших в игры с помощью электронных устройств в последние 12 месяцев, по поколениям в 2023 г. (% всех респондентов 18+), $N = 10\,705$

Источник: РМЭЗ НИУ ВШЭ.

Какие игры предпочитают российские геймеры? В 2022 г., когда в РМЭЗ НИУ ВШЭ задавался соответствующий вопрос, на первом месте оказались логические игры (головоломки, пазлы, кроссворды) (12% взрослых респондентов), за ними следовали боевики, стрелялки и аркады (8%), пасьянсы (6%), стратегические игры и гонки (по 5%) и приключенческие игры (4%) (остальные виды игр набирали примерно по 2%).

Кроме самого факта вовлеченности в видеоигры, важна также частота игровых практик. Мы отобрали геймеров, которые в последние 12 месяцев *играли в видеоигры практически ежедневно*. В 2023 г. в эту группу попали 29% геймеров, в том числе 27% среди женщин и 30% среди мужчин. А вот при сравнении поколений в данном случае явного тренда не наблюдается. Пожалуй, только обращает внимание резкое увеличение максимальной вовлеченности в видеоигры у мужчин-зумеров — с 26 до 40% (рис. 2).

Для измерения *количества времени*, затрачиваемого геймерами на видеоигры, задавался специальный вопрос: «*За последние 30 дней сколько примерно часов в неделю занимали такие игры?*» Чтобы выделить наиболее интенсивно вовлеченных в геймерство, мы выделили тех, кто играл 20 ч и более. В 2024 г. среди геймеров таких оказалось 8%, а среди всех респондентов в возрасте 18 лет и старше — всего 2%. Это кажется небольшой долей, но число часов здесь весьма велико, и к тому же остается неизвестным максимальное количество затрачиваемого времени. Данный показатель может считаться косвенным признаком возможных игровых расстройств [41], к которым обратимся ниже.

¹⁰ Это не противоречит данным ВЦИОМа, по которым среди зумеров играют 59%, среди младших миллениалов — 41% и среди старших миллениалов — 24% (последние по мере взросления чаще завершали «игровую карьеру») [7].

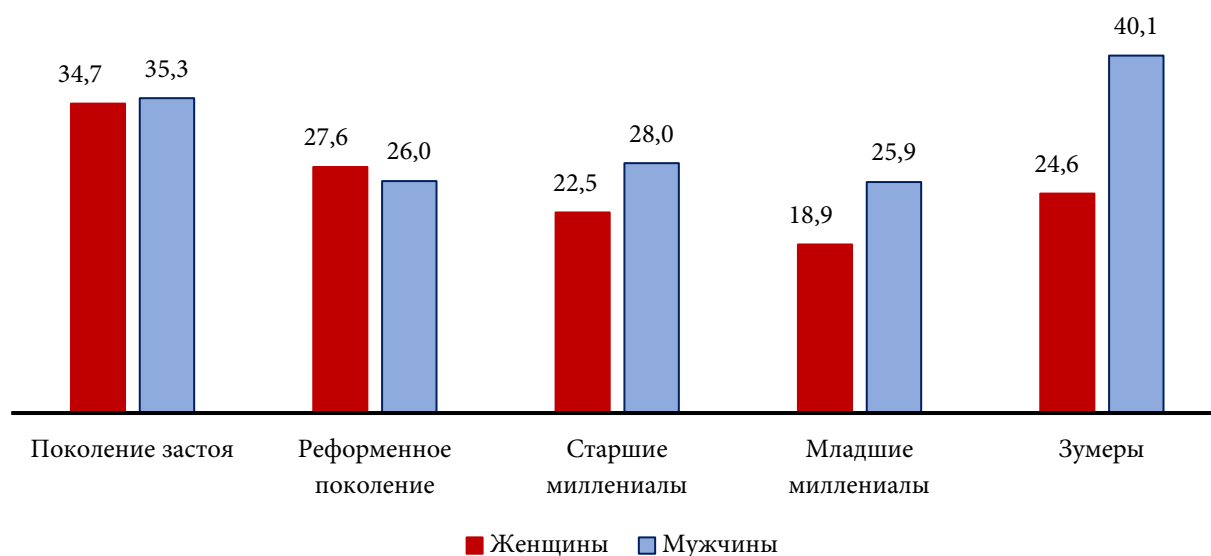


Рис. 2. Доля мужчин и женщин, практически ежедневно игравших в игры с помощью электронных устройств в последние 12 месяцев, по поколениям в 2023 г.
(% геймеров, 18+), $N = 3134$

Источник: РМЭЗ НИУ ВШЭ.

Когда рассматриваются только геймеры, явных межпоколенческих различий не обнаруживается, за исключением зумеров, у которых доля наиболее активных игроков удваивается по сравнению с младшими миллениалами, достигая 11% у женщин и 15% у мужчин. Среди всех респондентов с омоложением поколений доля наиболее вовлеченных геймеров все же возрастает, но в рамках статистической погрешности, кроме зумеров, где наблюдается явный скачок: у юношей этого поколения доля наиболее активных игроков достигает 9% всех взрослых респондентов. И вновь мужчины опережают женщин во всех поколениях, особенно у зумеров, где разница вырастает до полутора раз (рис. 3).

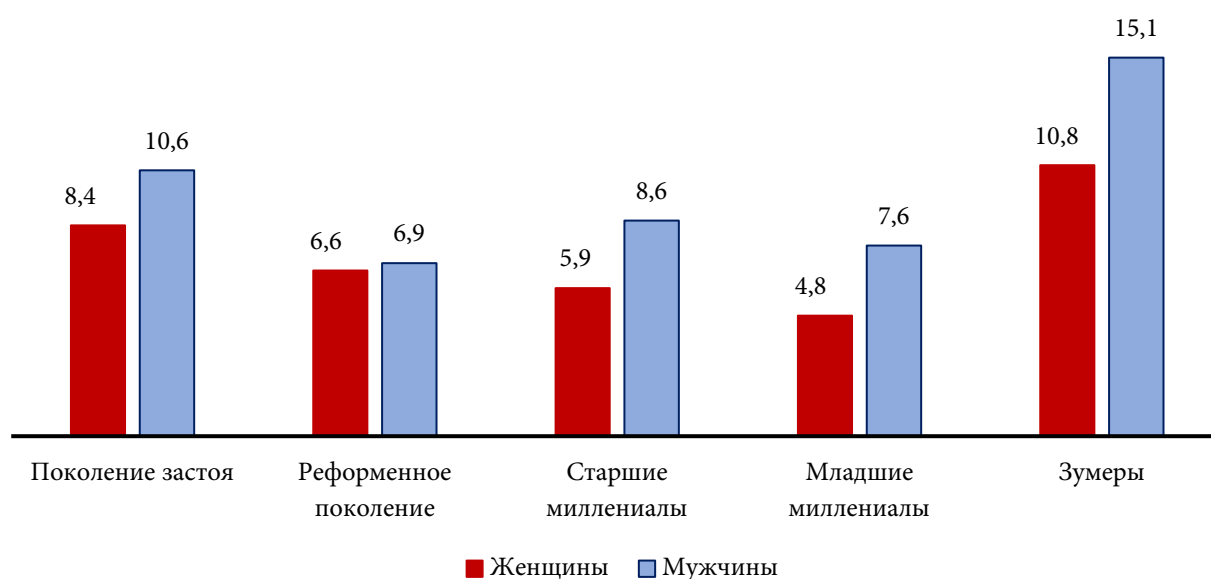


Рис. 3. Доля мужчин и женщин, игравших в игры с помощью электронных устройств 20 ч и более в неделю за последние 30 дней, по поколениям в 2024 г.
(% геймеров, 18+), $N = 2885$

Источник: РМЭЗ НИУ ВШЭ.

Показателем вовлеченности в видеоигры выступает готовность не только проводить время, но и *тратить финансовые ресурсы*. В связи с этим задавался вопрос: «За последние 12 месяцев Вы тратили деньги на такие игры, не считая покупку оборудования для них?» Платили за свои игровые увлечения в 2023 г. пока немногие, но с каждым более молодым поколением доля таких игроков возрастала с 2% в поколении застоя до 10% у зумеров (в том числе у женщин с 1 до 5% и у мужчин с 3 до 12%) (рис. 4)¹¹. При этом ощутимый рост доли плательщиков начался со старших миллениалов (советские поколения, видимо, платить за игры так и не привыкли). Добавим, что доля игроков-мужчин, берущих на себя такие расходы, во всех поколениях в 2 раза и более превышает долю игроков-женщин.

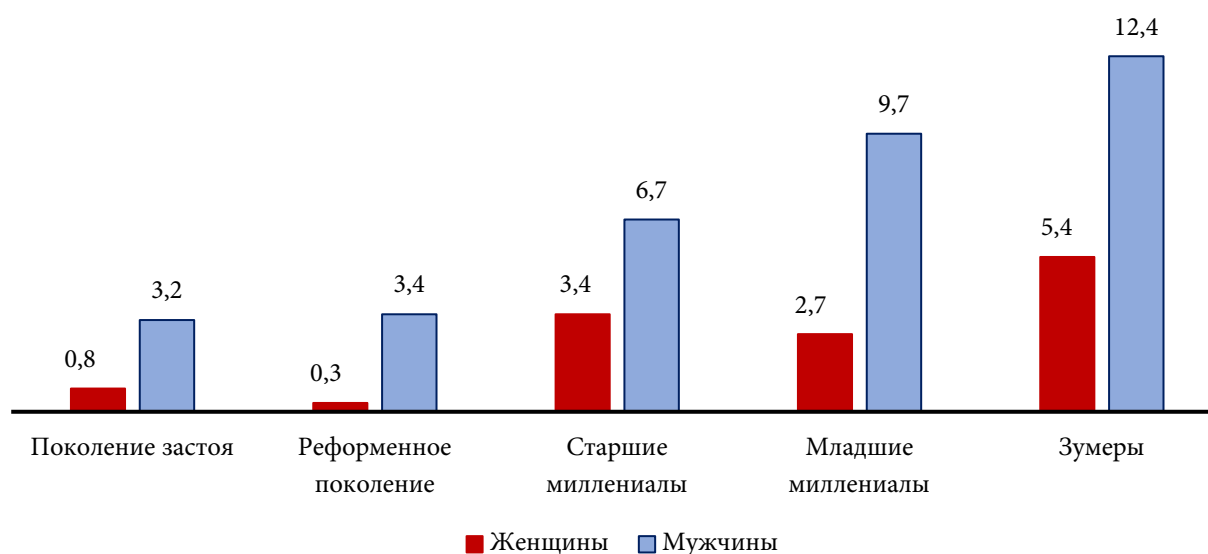


Рис. 4. Доля мужчин и женщин, тративших деньги на видеоигры (не считая покупку оборудования) в последние 12 месяцев, по поколениям в 2023 г. (% геймеров, 18+), N = 3052

Источник: РМЭЗ НИУ ВШЭ.

Видеоигры помогают общаться и отдыхать

Неверно было бы считать, что вовлеченность в видеоигры имеет только негативные последствия. Первый из возможных позитивов заключается в *общении с друзьями* благодаря компьютерным или видеоиграм. Это считает для себя важным каждый четвертый респондент (25%), в том числе каждая седьмая женщина (15%) и каждый третий мужчина (33%). Причем важность подобного общения возрастает с каждым более молодым поколением, в итоге доля утраивается от 14% в поколении застоя до 46% у зумеров¹². Добавим, что начиная с реформенного поколения общение, связанное с видеоиграми, значительно важнее именно для мужчин: их доля в 2–2,5 раза выше, чем у женщин,

¹¹ Данные НАФИ за 2022 г. показывали более высокую вовлеченность. По этим данным, 22% россиян, которые увлекались видеоиграми сами либо имели геймеров среди членов семьи, за последний месяц тратили деньги на видеоигры в той или иной форме [5]. По данным опроса НАФИ, в 2025 г. средние годовые расходы одного платящего игрока в России составили 5,1 тыс. руб. [6].

¹² Аналогична доля молодых американских геймеров (47%), которые в 2024 г. заводили друзей, играя в видеоигры, в том числе 35% девушек и 56% юношей. Правда, речь шла о подростках 13–17 лет, поэтому прямое сравнение не вполне правомерно [22].

для которых, напомним, более значимым является общение в социальных сетях. Так, у зумеров-мужчин к 2023 г. она достигает массового распространения (59%), в то время как у женщин едва переходит границу широкого распространения (28%) (рис. 5).

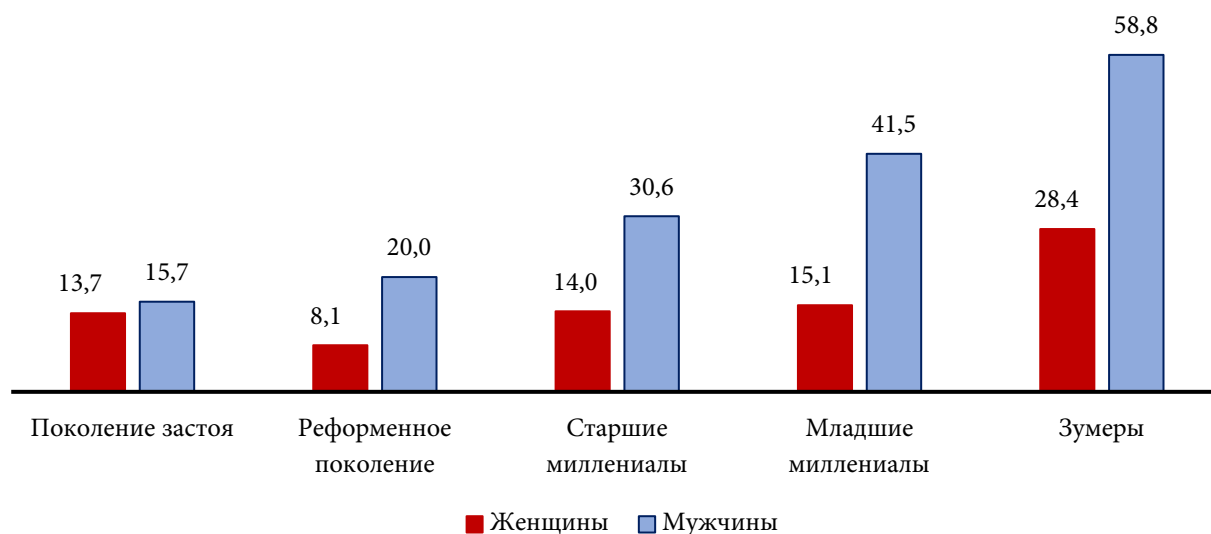


Рис. 5. Доля мужчин и женщин, считающих, что благодаря компьютерным или видеоиграм они могут общаться с друзьями, по поколениям, в 2023 г. (% геймеров, 18+), $N = 3094$

Источник: РМЭЗ НИУ ВШЭ.

Среди других позитивных следствий — *компьютерные и видеоигры помогают многим развлечься и отдохнуть*. Судя по всему, этот фактор вовлеченности является главным. Именно он получил фактически всеобщее распространение — на него указывают более трех четвертей всех игроков (77%), включая 75% женщин и 78% мужчин. Межпоколенческие различия здесь не столь велики, но все же соответствующая доля увеличивается с 73% в поколении застоя до 81% у зумеров с наиболее заметным скачком у старших миллениалов (рис. 6). Именно начиная со старших миллениалов возможность отдохнуть и развлечься, играя в видеоигры, становится более важной для мужчин, опережающих женщин на 3–6 п.п.

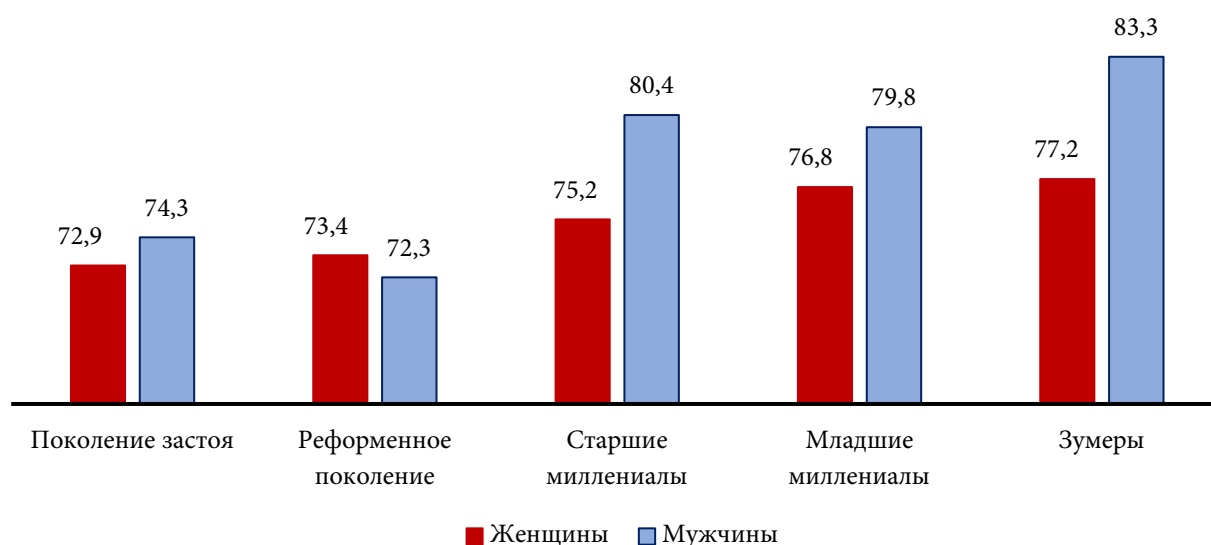


Рис. 6. Доля мужчин и женщин, которым компьютерные и видеоигры помогают развлечься и отдохнуть, по поколениям, в 2023 г. (% геймеров, 18+), $N = 3096$

Источник: РМЭЗ НИУ ВШЭ.

Еще один позитивный эффект от видеоигр заключается в том, что геймерство стимулирует *интерес к получению знаний и навыков* в области цифровых технологий [5]. Однако, помимо указанных позитивных следствий, растущая вовлеченность в видеоигры может приводить к игровой зависимости, которую далее и рассмотрим.

Мужчины проявляют игровую зависимость в 2 раза чаще женщин

Вместе с расширением возможностей у пользователей неизбежно возникли новые цифровые риски [45]. Увлеченность компьютерными и видеоиграми способна перерасти в игроманию, порождая особую форму зависимости и психических расстройств. Всемирная организация здравоохранения в 2019 г. официально включила зависимость от видеоигр в перечень заболеваний, это решение вступило в силу с 1 января 2022 г. Было определено, что игровая зависимость (игровое расстройство) может быть непрерывной, эпизодической и повторяющейся. Она характеризуется постоянным или периодическим нарушением способности контролировать частоту или длительность времени, проводимого за видеоиграми в Интернете и офлайн, что приводит в том числе к изменению приоритетов в повседневной деятельности и жизненных интересов в пользу игр, даже при возникновении негативных последствий. Министерство здравоохранения России также готовится к официальному признанию патологического влечения к азартным играм психическим расстройством, и тогда игровая зависимость будет включена в раздел психических и поведенческих нарушений.

В Китае игровая зависимость официально признана болезнью еще в 2008 г. Для ее лечения была разработана специальная программа, которая включает, кроме запрета доступа в Интернет, изоляцию от общества и психотропные препараты. А с 1 сентября 2021 г. вступило в силу новое правило, в соответствии с которым китайские школьники могут играть (кроме праздничных дней) только по одному часу с 20:00 до 21:00 в пятницу, субботу и воскресенье. Контролировать время обязаны игровые компании. Есть вероятность, что примеру Китая последуют другие страны, вводя ограничения на время в онлайн-играх для детей хотя бы на уровне рекомендаций. В России, например, Минпросвещения предлагало запретить школьникам играть в компьютерные игры больше двух часов в неделю, но законодательное решение не было принято.

Обратимся к российским опросным данным, оговорив, что вопросы об игровой зависимости адресовались не всем, а только тем, кто играет в подобные игры (в 2023 г. — 29% ответивших). Первый вопрос касался *неспособности оторваться от компьютерных или видеоигр*. По данному показателю доля зависимых по всей выборке находилась на уровне 12% у женщин и 24% у мужчин, а в целом игровую зависимость испытывал каждый пятый (19%)¹³. При этом она неравномерно, но возрастала с каждым более молодым поколением от поколения застоя к зумерам с 13 до 27% (в том числе с 9 до 17% у женщин и с 20 до 34% у мужчин) (рис. 7).

¹³ Это близко к результатам, полученным НАФИ, в соответствии с которыми четверть российских геймеров (24%) в 2022 г. признавали, что им сложно контролировать время на видеоигры. В большей степени это касалось молодежи в возрасте 18–24 лет. В данной группе 38% геймеров признавались, что им сложно бывает остановиться, когда они играют в видеоигры [5].

Заметим, что буквально в каждом поколении мужчины проявляют игровую зависимость ровно в 2 раза чаще, чем женщины. При этом у женщин рост от поколения к поколению относительно равномерный, а у мужчин он произошел в основном у младших миллениалов и зумеров — с 20–21 до 34%, именно в самых молодых поколениях доля зависимых стала возрастать быстрее.

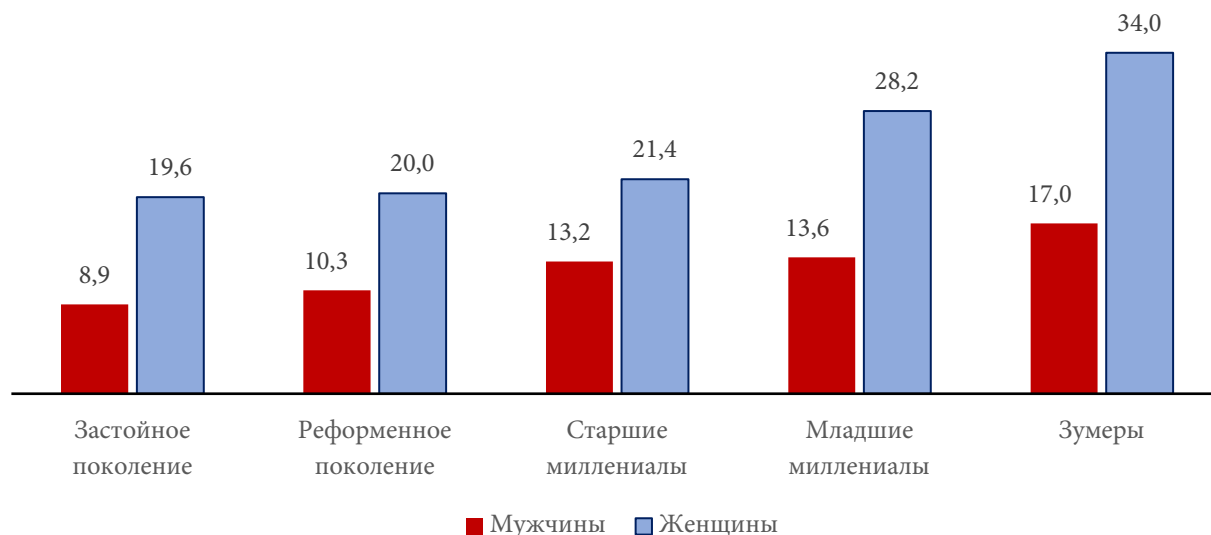


Рис. 7. Доля мужчин и женщин, часто не способных оторваться от компьютерных или видеоигр, по поколениям, в 2023 г. (% геймеров), $N = 3097$

Источник: РМЭЗ НИУ ВШЭ.

Компьютерные и видеоигры иногда могут вызывать у геймеров *негативные эмоции*. Отвечая на соответствующий вопрос, на это в 2023 г. пожаловался каждый шестой респондент (16% во всей выборке), в том числе 14% женщин и 18% мужчин. От поколения застоя к зумерам данная доля устойчиво возрастает с 12 до 25%, то есть видеоигры вызывают негативные эмоции у каждого четвертого зумера (включая и женщин, и мужчин) (рис. 8). Гендерные различия в пользу мужчин возникают в отдельных поколениях, но у зумеров они окончательно схлопываются.

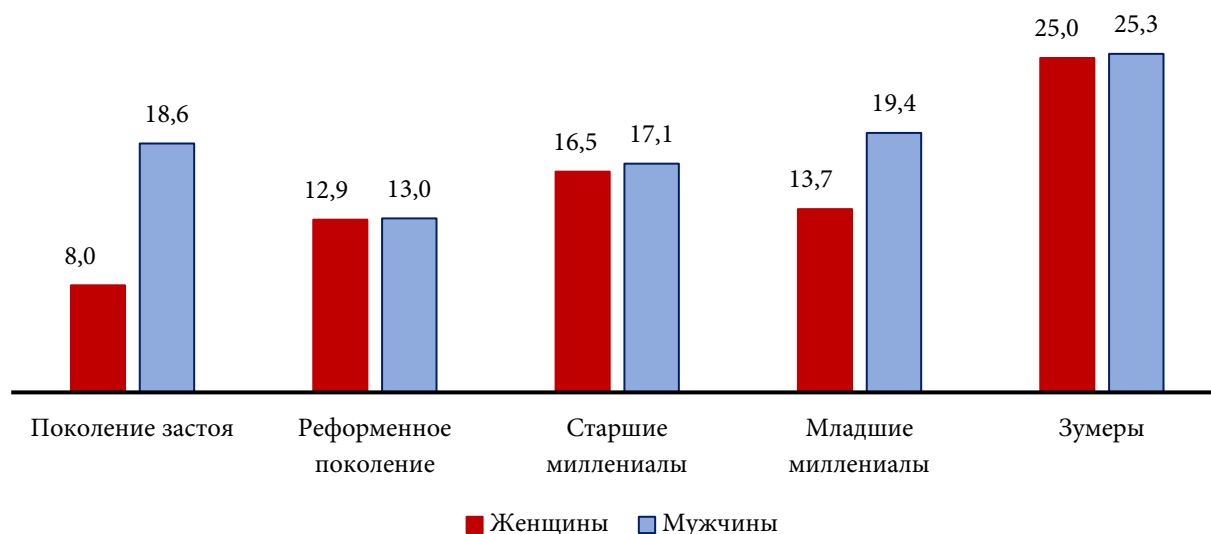


Рис. 8. Доля мужчин и женщин, у которых компьютерные или видеоигры вызывают негативные эмоции, по поколениям, в 2023 г. (% геймеров, 18+), $N = 3067$

Источник: РМЭЗ НИУ ВШЭ.

Еще одним важным индикатором выступает *внешняя оценка игровой зависимости* — ситуация, когда окружающие считают, что респонденту следует меньше играть в видеоигры. В 2023 г. в подобной ситуации себя обнаружили 14% взрослых респондентов, включая 7% женщин и 19% мужчин. По поколениям эта доля в целом возрастает с 9% в поколении застоя до 22% у зумеров. Но у мужчин заметный рост произошел лишь у младших миллениалов и зумеров, а у женщин — только у зумеров. И во всех поколениях по данному показателю мужчины опережают женщин в 2,5–3 раза (рис. 9). Иными словами, и по мнению окружающих, мужчины более подвержены игровой зависимости.

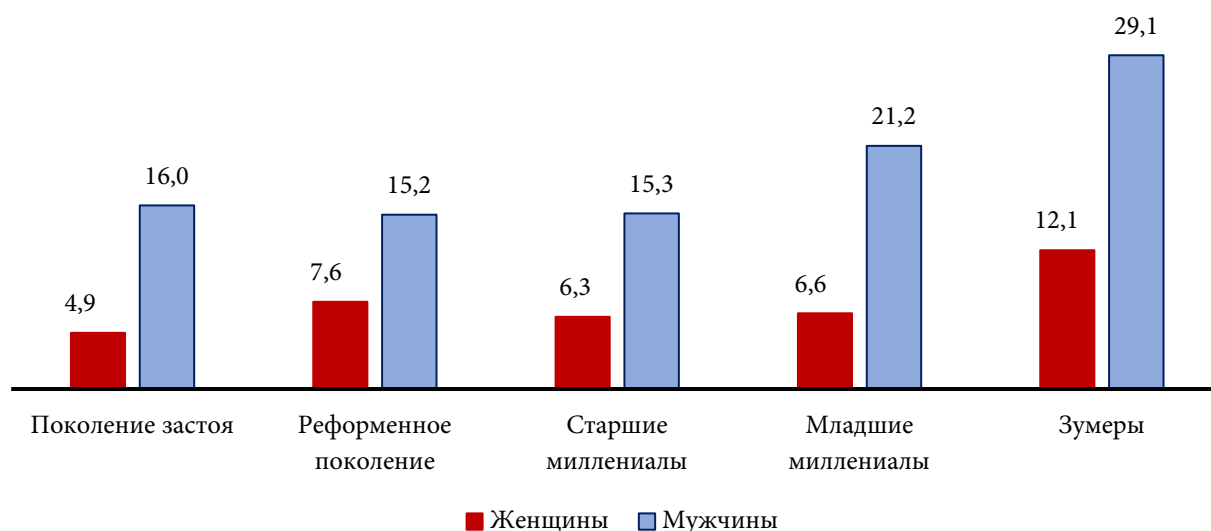


Рис. 9. Доля мужчин и женщин, которым следует меньше играть в компьютерные или видеоигры, по мнению окружающих, по поколениям, в 2023 г. (% геймеров, 18+), N = 3050

Источник: РМЭЗ НИУ ВШЭ.

Еще один способ выявить элементы игровой зависимости применен с помощью вопроса о *попытках прекратить играть в компьютерные или видеоигры*. Пытались покончить с играми в 2023 г. лишь 8% геймеров, причем в равной мере женщины и мужчины (мы не знаем, хотели ли они окончательно бросить или устроить временный игровой детокс). В любом случае выраженных гендерных различий здесь не наблюдается. Мужчины играют чаще и больше подвержены игромании, но пробуют прекратить играть не чаще, чем это делают женщины. Это означает, что большинство игроков-мужчин бросить играть даже и не пытаются. И по поколениям в 2023 г. различия тоже несущественны, за исключением некоего скачка у зумеров — с 5 до 10% среди женщин и с 8 до 11% среди мужчин (рис. 10).

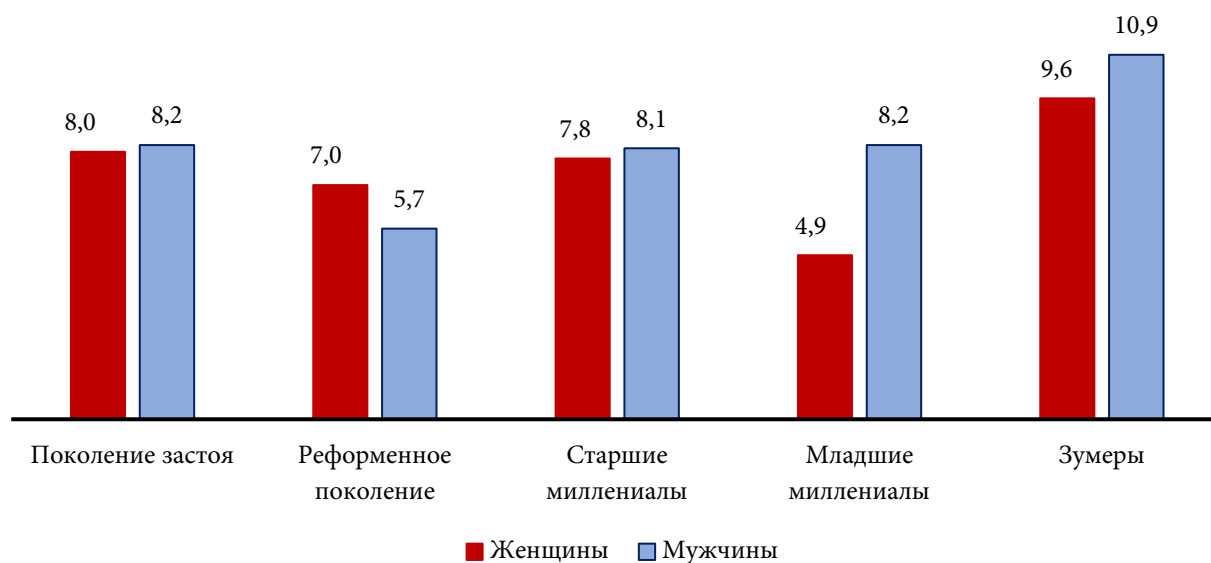


Рис. 10. Доля мужчин и женщин, пытавшихся прекратить играть в компьютерные или видеоигры, по поколениям, в 2023 г. (% геймеров, 18+), $N = 3083$

Источник: РМЭЗ НИУ ВШЭ.

Основные факторы вовлеченности в видеоигры и игровой зависимости (результаты регрессионного анализа)

Результаты регрессионного анализа подтверждают значимое влияние межпоколенческих различий на вовлеченность в компьютерные и видеоигры, а также на готовность тратить на них деньги (кроме оплаты подписок). Чем моложе поколение, тем больше в нем доля геймеров. Но это не касается интенсивной вовлеченности, связанной с ежедневной игрой, — у миллениалов эта доля даже несколько снижается.

Для всех независимо от поколений главная причина вовлеченности в видеоигры — они помогают развлечься и отдохнуть. Но, кроме этого, для более молодых геймеров важно, что благодаря видеоиграм они чаще общаются с друзьями.

Помимо вовлеченности в видеоигры, миллениалы и зумеры чаще своих предшественников испытывают игровую зависимость, обнаруживая неспособность оторваться от видеоигр, и порожаемые играми негативные эмоции. Окружающие чаще советуют им меньше играть, но реально прекратить подобные занятия они пытаются не чаще, чем старшие поколения.

Мужчины вовлечены в игровые практики чаще и интенсивнее женщин, включая расходование денег на видеоигры. Для них геймерство более важно и как средство развлечения, и как способ общения с друзьями. Также более высокая доля мужчин поддается игромании, они признаются, что не способны оторваться от видеоигр. Мужчинам также чаще, чем женщинам, советуют играть поменьше.

Респонденты с высшим образованием и обучающиеся студенты, имеющие оплачиваемую занятость и состоящие в браке, реже занимаются видеоиграми (в том числе ежедневно) и реже подвержены игровой зависимости. Видимо,

у них есть другие занятия, не позволяющие им слишком увлекаться видеоиграми. А состоящие в браке, имеющие больше семейных обязанностей, чаще пытаются прекратить играть вовсе.

С уровнем душевого дохода никаких значимых связей не обнаружено. Что же касается типа поселения, то сельские жители ожидаемо меньше вовлечены в видеоигры и реже рассматривают их как средство отдыха и развлечения, но этим значимые связи фактически ограничиваются.

Регрессионные коэффициенты представлены в таблицах 1П–2П в Приложении (URL: <https://journal-socjournal.ru/index.php/socjour/article/view/9562/9374>).

Связаны ли между собой разные формы зависимости

В заключение проверим нашу третью гипотезу и определим, связаны ли как-то между собой разные формы зависимости, рассмотрев три альтернативы: одна зависимость сопровождает другую (comorbidity); одна зависимость замещает и вытесняет другую (substitution); избавление от одной зависимости способствует избавлению от другой зависимости (concurrent recovery) [36].

Мы собираемся проверить эти предположения на двух важных примерах. Известно, что с середины 2010-х годов в России наблюдался тренд к снижению потребления алкоголя и по доле пьющих, и по среднему объему потребления. Причем было установлено, что важным фактором данного тренда стало уменьшение потребления алкоголя молодыми поколениями [43; 44]. Правомерно предположить, что это снижение могло замещаться у молодежи другими формами зависимости, например геймерством, тем более что в предшествующих исследованиях устанавливались сходные симптомы алкогольной и игровой зависимостей при одновременном сохранении многих различий [35]. А в некоторых исследованиях фиксировалась обратная связь между игровой зависимостью и чрезмерным потреблением алкоголя, которая может трактоваться в пользу их взаимного замещения [29]. Добавим к алкоголю еще одну форму зависимости, связанную с курением, обратив внимание на то, что доля курящих в последние годы в России также демонстрирует тенденцию к сокращению, что подтверждается и данными Росстата, и опросными данными.

Для эмпирической проверки этих предположений на данных РМЭЗ НИУ ВШЭ мы отобрали две группы переменных, с одной стороны, характеризующих потребление алкоголя и курение, а с другой — выражающих разные аспекты игровой зависимости. Первая группа переменных включала:

- сам факт (не)потребления алкоголя за последние 30 дней;
- объем такого потребления;
- опыт чрезмерного потребления алкоголя;
- курение в настоящее время.

С помощью второй группы переменных выделялись респонденты, которые:

- играют в компьютерные или видеоигры;
- играют в эти игры практически ежедневно;

- не способны оторваться от компьютерных или видеоигр;
- испытывают негативные эмоции от компьютерных или видеоигр;
- пытаются прекратить играть в компьютерные или видеоигры.

В результате, по данным 2023 г., обнаружены прямые значимые связи между потреблением алкоголя, курением и самим фактом вовлеченности в видеоигры. При этом с интенсивной (ежедневной) вовлеченностью связано только чрезмерное потребление алкоголя. А с проявлениями игровой зависимости в виде неспособности оторваться от видеоигр или попыток прекратить играть вовсе потребление алкоголя и курение не связаны. Правда, обнаружена значимая связь с испытанием негативных эмоций от видеоигр. Но даже при значимых связях уровень коэффициентов корреляции остается низким (табл. 3).

Можно заключить, что в данном случае новые формы игровой зависимости, связанные с использованием цифровых технологий, не замещают потребление алкоголя и курение, но, скорее, сопровождают друг друга или существуют параллельно. Это приводит к выводу: число зависимостей не убывает, а, скорее, множится, и наша третья гипотеза, скорее, не отвергается.

Таблица 3

Связи между потреблением алкоголя, курением и игровой зависимостью в 2023 г.
(непараметрические коэффициенты корреляции Спирмена)

Индикаторы игровой зависимости	Потребление алкоголя			Курят в настоящее время
	Пили алкоголь за 30 дней	Объем потребления алкоголя	Чрезмерные потребители алкоголя	
Играют в видеоигры	0,165***	0,181***	0,065***	0,141***
Играют в видеоигры практически ежедневно	0,002	0,004	0,049**	0,012
Не способны оторваться от видеоигр	–0,012	0,033	0,025	0,031
Испытывают негативные эмоции от видеоигр	0,034	0,047**	0,042*	0,040*
Пытаются прекратить играть в видеоигры	0,011	0,006	–0,021	0,020

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Социальные последствия вовлеченности в видеоигры

Подводя итоги и оценивая общее влияние видеоигр на состояние и поведение людей, вовлеченных в игровые практики, мы возвращаемся к понятию амбивалентности [37] и считаем это влияние неоднозначным и порождающим разнонаправленные тенденции. Несомненно, занятие видеоиграми приносит участникам определенную пользу, оттачивая самые разные навыки и развивая, помимо моторики, когнитивные и интеллектуальные функции, тренируя память

и способность концентрироваться, помогая удерживать внимание и стимулируя пространственное мышление. Приведенные выше эмпирические данные подтверждают важность видеоигр для общения, поскольку они обеспечивают больше социального взаимодействия и возможностей для социализации. Они помогают отдохнуть, снять накопленное напряжение, развлечься. Кроме того, видеоигры могут эффективно использоваться в образовательном процессе, предлагают дополнительные возможности для трудоустройства.

В то же время при интенсивной вовлеченности видеоигры могут отнимать большое количество времени от других занятий, в том числе от обучения, работы, живого общения с друзьями и иных форм досуга. При формировании же игровой зависимости могут появляться признаки физического и психологического неблагополучия, а также отстранения от реального мира, утраты полезных социальных навыков, замыкания в себе и стремления к затворничеству.

С одной стороны, виртуальные игровые миры предоставили много возможностей для самореализации. В видеоиграх есть выраженные соревновательные и исследовательские элементы, они развивают достигающую мотивацию. С другой стороны, в этих мирах желания удовлетворяются без необходимости идти на социальные и физические риски, что особенно важно для развития юношей [26]. При этом установлено, что игровая зависимость приносит лишь кратковременное удовлетворение, но не делает людей счастливыми, хотя нередко геймеры склонны отождествлять категории удовольствия и счастья [34].

Результаты исследований тоже оказываются противоречивыми. В одних установлена прямая линейная связь между временем, затрачиваемым на видеоигры, и наличием признаков игрового расстройства. Причем геймеры, подверженные игровым расстройствам, тратят на игры в среднем 35–40 ч в неделю [41]. В других исследованиях доказывается, что влияние времени, затрачиваемого на видеоигры, на благосостояние геймеров невелико [46].

Добавим, что в компьютерных и видеоиграх социальный успех достигается быстрее и легче, чем в реальной жизни, и здесь можно добиться высокого статуса, недоступного в обычном мире. Это порождает смещенные ожидания и грозит разочарованиями в будущем, может способствовать развитию аномии в терминах Э. Дюркгейма. Также повышаются риски оказаться объектом разного рода манипуляций и финансового мошенничества.

В итоге, по данным НАФИ, в 2022 г. большинство опрошенных россиян считали, что видеоигры приносят человеку больше вреда, чем пользы, полагая, что увлечение видеоиграми:

- наносит вред здоровью (72%);
- мешает обучению школьников (71%);
- ведет к утрате навыков реального общения (63%).

При этом заметим, что сами геймеры оценивали эффект от видеоигр более позитивно, нежели те, кто ими не увлекается [5]¹⁴.

¹⁴ По данным более позднего опроса НАФИ, в 2025 г. считали, что видеоигры развивают полезные навыки, 62% россиян, повышают целеустремленность — 60%, помогают снять стресс — 61%. Но при этом риски зависимости отмечали 55% россиян, вред здоровью — 52% и негативное влияние на успеваемость детей — 56% [6].

Еще один важный сюжет связан с оценкой влияния агрессивных видеоигр на рост насилия среди подростков и молодых взрослых в реальном мире. Дебаты по этому поводу продолжаются не одно десятилетие и активно поддерживаются в медиа. Результаты научных исследований при этом тоже выглядят противоречивыми. С одной стороны, утверждается, что влияние игр на фактическое насилие стремится к нулю [30]. С другой стороны, говорится, что занятия видеоиграми все же усиливают агрессивность поведения, хотя это влияние и невелико [39]. Прослеживается также зависимость от характера видеоигр. Например, на основе метаисследований утверждалось, что видеоигры, сопряженные с насилием, усиливают агрессивные наклонности и ослабляют просоциальное поведение, а просоциальные игры, где целью является поддержка других игровых персонажей, производят обратный эффект [33].

В 2010-е годы обсуждение агрессивной стороны видеоигр стало предметом моральных паник и в российских медиа, где в сильной степени преобладали мифологизированные представления. И по сей день распространены суждения о том, что агрессивные видеоигры размывают грани между виртуальными и реальными преступлениями, притупляют эмоции и провоцируют насильственное поведение [22]. Мнения российского населения на этот счет тоже расходятся. По данным НАФИ, в 2022 г. 54% россиян думали, что видеоигры делают людей более жестокими и агрессивными в повседневной жизни, а 46% опрошенных, наоборот, считали, что видеоигры позволяют людям выплеснуть агрессию, снять стресс, и это делает их в повседневной жизни добрее, спокойнее [5]. Надежных исследований здесь пока явно не хватает, поэтому следует воздержаться от поспешных выводов.

Основные выводы

Цифровые технологии во взаимодействии с людьми порождают фундаментальную двойственность, или амбивалентность, одновременно давая начало прямо противоположным трендам [3; 37], что подтверждается и полученными нами данными. Эти технологии открывают новые потенциальные возможности, но в то же время приводят к отказу от множества альтернатив в случае возникновения зависимостей. Разработчики также активно задействовали техники провоцирования зависимости, заимствованные из игровой индустрии [28].

Поколения россиян имели разные возможности доступа к цифровым технологиям в свои формативные годы. Многие пользовательские цифровые технологии появились в России в доступе для населения еще в 1990-е годы, в период взросления реформенного поколения. Но представители этой последней советской поколенческой когорты еще не могли ими воспользоваться в полной мере в силу труднодоступности и дороговизны соответствующих гаджетов (компьютеров, игровых приставок). Старшим миллениалам в период их взросления в 2000-е годы досталось заметно больше — здесь произошла широкая вовлеченность четверти населения в использование персональных компьютеров и видеоигр [18].

Вовлеченность в компьютерные и видеоигры от поколения к поколению устойчиво возрастает. И если в поколении застоя к 2023 г. играл каждый пятый, то у зумеров — каждый второй. Хотя после всплеска игровой активности в период пандемии доля геймеров в молодых поколениях несколько снизилась.

В видеоигры почти вдвое чаще вовлечены мужчины, в отличие от социальных сетей, где более активными пользователями являются женщины [20]. При этом у мужчин с каждым новым поколением стабильно добавлялось в среднем по 10 п.п. новых геймеров, и уже у младших миллениалов возникла массовая вовлеченность в видеоигры.

Играли в видеоигры практически ежедневно более четверти геймеров. Явного межпоколенческого тренда в данном случае не наблюдается, кроме резкого роста вовлеченности у юношей-зумеров. Платят за свои игровые увлечения (кроме приобретения оборудования) пока немногие, но у зумеров это делает уже каждый десятый. При этом ощутимый рост доли плательщиков начался со старших миллениалов (советские поколения, видимо, платить за игры так и не привыкли). Добавим, что доля игроков-мужчин, берущих на себя такие расходы, во всех поколениях в 2 раза и более превышает долю игроков-женщин.

Вовлеченность в видеоигры приводит к некоторым позитивным последствиям. Каждый четвертый респондент благодаря видеоиграм общается с друзьями. Причем важность подобного общения утраивается от поколения застоя к зумерам, приближаясь к половине опрошенных. И начиная с реформенного поколения общение, связанное с видеоиграми, значительно важнее именно для мужчин — их доля в 2–2,5 раза выше, чем у женщин. Однако главная причина пристрастия к видеоиграм заключается в том, что они помогают многим развлечься и отдохнуть. На этот фактор указывают более трех четвертей всех геймеров, а среди молодых — еще чаще. И начиная со старших миллениалов эта причина становится более важной для мужчин, чем для женщин.

Увлеченность видеоиграми способна перерасти в игроманию, порождая особую форму зависимости и психических расстройств, которая официально включена ВОЗ с 2022 г. в перечень заболеваний. Игровая зависимость проявляется в неспособности оторваться от видеоигр, которую испытывает, по нашим данным, каждый пятый геймер, причем в каждом поколении мужчины в 2 раза чаще, чем женщины. При этом у мужчин самый значимый рост произошел у младших миллениалов и зумеров.

Видеоигры вызывают негативные эмоции у каждого шестого геймера. От поколения застоя к зумерам эта доля удваивается, и негативные эмоции вызываются у каждого четвертого зумера (включая и женщин, и мужчин). Еще одним индикатором выступает внешняя оценка игровой зависимости, когда окружающие считают, что респонденту следует меньше играть в видеоигры. В этом признался каждый седьмой опрошенный геймер. Самый заметный рост произошел у младших миллениалов и зумеров. И во всех поколениях по данному показателю мужчины опережают женщин в 2,5–3 раза — по мнению окружающих, мужчины более подвержены игровой зависимости.

Лишь меньшинство геймеров пытаются прекратить играть в видеоигры (в 2023 г. — менее десятой доли женщин и мужчин). Мужчины больше подвержены игромании, но большинство из них бросить играть не пытаются. И по поколениям здесь различия несущественны, за исключением некоторого скачка у зумеров.

Можно заключить, что вовлеченность в гейминг нередко сопровождается зависимостью, и это заметно чаще происходит у представителей более молодых поколений, причем полученные выводы по России подтверждаются доступными результатами других российских опросов [5; 7], а также зарубежными исследованиями Pew Research Center [32]. Игромания не замещает потребление алкоголя и курение, в итоге число зависимостей не убывает, а, скорее, увеличивается. В целом рассмотренные нами двойственные эффекты распространения видеоигр заслуживают более пристального внимания.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ

Радаев Вадим Валерьевич — доктор экономических наук, профессор, заведующий Лабораторией экономико-социологических исследований, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (НИУ ВШЭ).
Телефон: +7 (495) 628-48-86. Электронная почта: radaev@hse.ru SPIN-код: 2142-2173

SOTSIOLOGICHESKIY ZHURNAL = SOCIOLOGICAL JOURNAL. 2026. Vol. 32. No. 3. P. 78–107. DOI: 10.19181/SOCJOUR.2026.32.3.4

Research Article

VADIM V. RADAEV¹

¹ HSE University.

Office G314, 11, Pokrovsky blvd, 109028, Moscow, Russian Federation.

WHO IS MORE INVOLVED IN VIDEOGAMES AND SUFFERS FROM GAMING ADDICTION?

Abstract. This paper explores the history of the emergence and proliferation of videogames in Russia. Through the lens of intergenerational analysis, based on representative quantitative data, it examines the growth of Russian peoples' engagement with video gaming, as well as the increasing addiction of Russian people to gaming. The primary data source is the Russian Longitudinal Monitoring Survey (RLMS–HSE) conducted by the HSE University for the year 2023. The dataset includes 13,345 respondents aged 18 and older, comprised of 41% men and 59% women. In addition to comparing prevalence of use among generations, logistic regression analysis is applied with indicators of engagement and addiction to video gaming as dependent variables. The results show that intergenerational differences (often confounded by age effects) significantly influence key indicators of gaming engagement, including excessive engagement. Addiction to gaming also occurs significantly more frequently among younger generations. A markedly higher level of engagement is observed among men. However, with the transition to the youngest cohort of “Zoomers”, gender-based differences often diminish.

Keywords: digital technologies; video gaming; addiction; generations; population surveys; Russia.

For citation: Radaev, V.V. Who is More Involved in Videogames and Suffers from Gaming Addiction? *Sotsiologicheskii Zhurnal = Sociological Journal*. 2026. Vol. 32. No. 3. P. 78–107. DOI: 10.19181/socjour.2026.32.3.4

Acknowledgements. This work was conducted at the Laboratory for Studies in Economic Sociology (LSES). The author used the results of the research project MS-2026-105 carried out in the National Research University Higher School of Economics (HSE University). We thank an anonymous reviewer, Lilia Kouzina, Maria Nagernyak, and Ekaterina Streltsova as well as all participants of the LSES seminar for useful comments on the manuscript of this paper.

INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

Vadim V. Radaev — Doctor of Economics, Professor, Head of the Laboratory for Studies in Economic Sociology, HSE University. **Phone:** +7 (495) 628-48-86. **Email:** radaev@hse.ru ORCID: 0000-0003-0152-1396 ResearchID: F-8501-2014

ЛИТЕРАТУРА / REFERENCES

1. Анализ рынка видеоигр в мире и России. М.: Strategy Partners, 2024. — 60 с. [электронный ресурс]. Дата обращения 30.06.2026. URL: <https://ict.moscow/analytics/analiz-rynka-videoigr-v-mire-i-rossii/>
Analysis of the Gaming Market in the World and in Russia. Moscow: Strategy Partners publ., 2024. 60 p. Accessed 30.06.2026. URL: <https://ict.moscow/analytics/analiz-rynka-videoigr-v-mire-i-rossii/> (In Russ.)

2. Варламова Ю.А. Межпоколенческий цифровой разрыв в России // Мир России. 2022. Т. 31. № 2. С. 51–74. DOI: [10.17323/1811-038X-2022-31-2-51-74](https://doi.org/10.17323/1811-038X-2022-31-2-51-74) EDN: [LMITQU](https://nauka-ua.com/doi/10.17323/1811-038X-2022-31-2-51-74)
Varlamova Yu.A. The Intergenerational Digital Divide in Russia. *Mir Rossii*. 2022. Vol. 31. No. 2. P. 51–74. DOI: [10.17323/1811-038X-2022-31-2-51-74](https://doi.org/10.17323/1811-038X-2022-31-2-51-74) (In Russ.)
3. Варуфакис Я. Технофеодализм: что убило капитализм. М.: Ад Маргинем Пресс, 2025. — 304 с.
Varoufakis Y. *Technofeudalism: What Killed Capitalism*. Moscow: Ad Marginem Press publ., 2025. 304 p. (In Russ.)
4. Воронина Н.С. Гендерный аспект цифрового неравенства в России: результаты эмпирического анализа // Мир России. 2023. Т. 32. № 3. С. 52–74. DOI: [10.17323/1811-038X-2023-32-3-52-74](https://doi.org/10.17323/1811-038X-2023-32-3-52-74) EDN: [CGOUIH](https://nauka-ua.com/doi/10.17323/1811-038X-2023-32-3-52-74)
Voronina N.S. The Gender Aspect of the Digital Divide in Russia: Findings from an Empirical Study. *Mir Rossii*. 2023. Vol. 32. No. 3. P. 52–74. DOI: [10.17323/1811-038X-2023-32-3-52-74](https://doi.org/10.17323/1811-038X-2023-32-3-52-74) (In Russ.)
5. Гейминг в России — 2022. Социальные и экономические эффекты // НАФИ. 2022 [электронный ресурс]. Дата обращения 30.06.2026. URL: <https://nafi.ru/projects/it-i-telekom/geyming-v-rossii-2022-sotsialnye-i-ekonomicheskie-effekty/>
Gaming in Russia — 2022. Social and Economic Effects. *NAFI*. 2022. Accessed 30.06.2026. URL: <https://nafi.ru/projects/it-i-telekom/geyming-v-rossii-2022-sotsialnye-i-ekonomicheskie-effekty/> (In Russ.)
6. Гейминг в России в 2026 г. // НАФИ. 2026 [электронный ресурс]. Дата обращения 30.06.2026. URL: <https://ict.moscow/static/pdf/files/0346da1c-c18f-5966-bce1-05e6e4f65731.pdf>
Gaming in Russia in 2026. *NAFI*. 2026. Accessed 30.06.2026. URL: <https://ict.moscow/static/pdf/files/0346da1c-c18f-5966-bce1-05e6e4f65731.pdf> (In Russ.)
7. Гейминг по-русски // ВЦИОМ. 2024 [электронный ресурс]. Дата обращения 30.06.2026. URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/geiming-po-russki>
Russian-style gaming. *VCIOM*. 2024. Accessed 30.06.2026. URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/geiming-po-russki> (In Russ.)
8. Давыдов С.Г., Немудрова Т.А. Опыт сегментирования российской аудитории геймеров // Социология: методология, методы, математическое моделирование. 2011. № 32. С. 104–123. EDN: [OJIOX](https://nauka-ua.com/doi/10.17323/1811-038X-2011-32-104-123)
Davydov S.G., Nemudrova T.A. Segmentation Experience of the Russian Audience of Gamers. *Sotsiologiya: metodologiya, metody, matematicheskoe modelirovanie*. 2011. No. 32. P. 104–123 (In Russ.)
9. Зубофф Ш. Надзорный капитализм или демократия? / Пер. с англ. А. Смирнова. М.: Изд-во Института Гайдара, 2025. — 360 с.
Zuboff S. *Surveillance Capitalism or Democracy?* Transl. from Eng. by A. Smirnov. Moscow: Gaidar Institute Publishing House publ., 2025. 360 p. (In Russ.)
10. Зубофф Ш. Эпоха надзорного капитализма. Битва за человеческое будущее на новых рубежах власти / Пер. с англ. А.Ф. Васильева; Под ред. Я. Охонько и А. Смирнова. М.: Изд-во Института Гайдара, 2022. — 1073 с.
Zuboff S. *The Age of Surveillance Capitalism: The Fight for a Human Future at the New Frontier of Power*. Transl. from Eng. by A.F. Vasiliev; Ed. by Ya. Okhonko and A. Smirnov. Moscow: Gaidar Institute Publishing House, 2022. 1073 p. (In Russ.)

11. Игры поколения онлайн // Ромир мониторинг. 2006 [электронный ресурс]. Дата обращения 30.06.2026. URL: <https://www.sostav.ru/news/2006/06/19/r10/>
Games of the Generation Online. *Romir Monitoring*. 2006. Accessed 30.06.2026. URL: <https://www.sostav.ru/news/2006/06/19/r10/> (In Russ.)
12. Мобильные игры в России // Медиаскоп. 2022 [электронный ресурс]. Дата обращения 30.06.2026. URL: https://mediascope.net/library/presentations/Mobile%20games%20audience%20in%20Russia_Mediascope.pdf
Mobile games in Russia. *Mediascope*. 2022. Accessed 30.06.2026. URL: https://mediascope.net/library/presentations/Mobile%20games%20audience%20in%20Russia_Mediascope.pdf (In Russ.)
13. Новгородов Е.А. Видеоигры в российских федеральных СМИ: трансформация дискурса // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2025. № 4. С. 120–137 DOI: [10.14515/monitoring.2025.4.2888](https://doi.org/10.14515/monitoring.2025.4.2888) EDN: ZZQQRD
Novgorodov E.A. Video Games in Russian Federal Media: Discourse Transformation. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: Ekonomicheskiye i sotsial'nye peremeny*. 2025. No. 4. P. 120–137. DOI: [10.14515/monitoring.2025.4.2888](https://doi.org/10.14515/monitoring.2025.4.2888) (In Russ.)
14. Радаев В.В. Вовлеченность в использование гаджетов и новые формы зависимости: межпоколенческий анализ // Журнал социологии и социальной антропологии. 2025. № 4. С. 80–126. DOI: [10.31119/jssa.2025.28.4.5](https://doi.org/10.31119/jssa.2025.28.4.5) EDN: KFJQOO
Radaev V.V. Engagement in the Use of Gadgets and New Forms of Addiction: Intergenerational Analysis. *Zhurnal sotsiologii i sotsialnoy antropologii*. 2025. No. 4. P. 80–126. DOI: [10.31119/jssa.2025.28.4.5](https://doi.org/10.31119/jssa.2025.28.4.5) (In Russ.)
15. Радаев В.В. Миллениалы: как меняется российское общество. 4-е изд., перераб. и дополн. М.: Изд. дом Высшей школы экономики, 2025. — 296 с. DOI: [10.17323/978-5-7598-4330-6](https://doi.org/10.17323/978-5-7598-4330-6) EDN: VAKYUQ
Radaev V.V. *Millennials: How Russian Society Is Being Changed*. 4th ed. Moscow: HSE University Publishing House, 2025. 296 p. DOI: [10.17323/978-5-7598-4330-6](https://doi.org/10.17323/978-5-7598-4330-6) (In Russ.)
16. Радаев В.В. Миллениалы на фоне предшествующих поколений: эмпирический анализ // Социологические исследования. 2018. № 3. С. 15–33. DOI: [10.7868/S0132162518030029](https://doi.org/10.7868/S0132162518030029) EDN: YVQXQU
Radaev V.V. Millennials Compared to Previous Generations: An Empirical Analysis. *Sotsiologicheskie Issledovaniya*. 2018. No. 3. P. 15–33. DOI: [10.7868/S0132162518030029](https://doi.org/10.7868/S0132162518030029) (In Russ.)
17. Радаев В.В. Нестандартное потребление. М.: Изд. дом Высшей школы экономики, 2025. — 216 с. DOI: [10.17323/978-5-7598-4131-9](https://doi.org/10.17323/978-5-7598-4131-9) EDN: PFROVD
Radaev V.V. *Nonstandard Consumption*. Moscow: HSE University Publishing House, 2025. 216 p. DOI: [10.17323/978-5-7598-4131-9](https://doi.org/10.17323/978-5-7598-4131-9) (In Russ.)
18. Радаев В.В. Раскол поколения миллениалов: историческое и эмпирическое обоснование. (Первая часть) // Социологический журнал. 2020. Том 26. № 3. С. 30–63. DOI: [10.19181/socjour.2020.26.3.7395](https://doi.org/10.19181/socjour.2020.26.3.7395) EDN: PCGGMH
Radaev V.V. The Divide among the Millennial Generation: Historical and Empirical Justifications (Part One). *Sotsiologicheskiy Zhurnal = Sociological Journal*. 2020. Vol. 26. No. 3. P. 30–63. DOI: [10.19181/socjour.2020.26.3.7395](https://doi.org/10.19181/socjour.2020.26.3.7395) (In Russ.)
19. Радаев В.В. Раскол поколения миллениалов: историческое и эмпирическое обоснование. (Окончание) // Социологический журнал. 2020. Т. 26. № 4. С. 31–60. DOI: [10.19181/socjour.2020.26.4.7641](https://doi.org/10.19181/socjour.2020.26.4.7641) EDN: VIOCXX

- Radaev V.V. The Divide among the Millennial Generation: Historical and Empirical Justifications (Part Two). *Sotsiologicheskii Zhurnal* = *Sociological Journal*. 2020. Vol. 26. No. 4. P. 31–60. DOI: [10.19181/socjour.2020.26.4.7641](https://doi.org/10.19181/socjour.2020.26.4.7641) (In Russ.)
20. Радаев В.В. Растущая вовлеченность в социальные сети и зависимость их пользователей в молодых поколенческих группах // Социологическая наука и социальная практика. Т. 13. № 4. С. 127–158. DOI: [10.19181/snsp.2025.13.4.6](https://doi.org/10.19181/snsp.2025.13.4.6) EDN: [JULBYD](https://www.edn.ru/JULBYD)
- Radaev V.V. Increasing Engagement in Social Media and Addiction of Users from Younger Generational Cohorts. *Sotsiologicheskaya nauka i sotsial'naya praktika*. 2025. Vol. 13. No. 4. P. 127–158. DOI: [10.19181/snsp.2025.13.4.6](https://doi.org/10.19181/snsp.2025.13.4.6) (In Russ.)
21. Рощина Я.М., Хазанович А.О. Участие россиян в видеоиграх и его взаимосвязь с образом жизни и здоровьем // Вестник Российского мониторинга экономического положения и здоровья населения НИУ ВШЭ (RLMS-HSE) / Отв. ред.: П.М. Козырева. Вып. 14. М.: НИУ ВШЭ, 2024. С. 164–178. DOI: [10.19181/rlms-hse.2024.6](https://doi.org/10.19181/rlms-hse.2024.6) EDN: [ALQHTF](https://www.edn.ru/ALQHTF)
- Roshchina Ya.M., Khazanovich A.O. The Prevalence of Gaming and its Impact on Lifestyle and Health in Russia. *Bulletin of the Russian Longitudinal Monitoring Survey (RLMS-HSE)*. Ed. by P.M. Kozyreva. No. 14. Moscow: HSE University publ., 2024. P. 164–178. DOI: [10.19181/rlms-hse.2024.6](https://doi.org/10.19181/rlms-hse.2024.6) (In Russ.)
22. Соколов Е.С. Игры, которые нас убивают: видеоигры и насилие в дискурсе российской печатной прессы // Социология власти. 2020. Т. 32. № 3. С. 165–188. DOI: [10.22394/2074-0492-2020-3-165-188](https://doi.org/10.22394/2074-0492-2020-3-165-188) EDN: [GMFQXD](https://www.edn.ru/GMFQXD)
- Sokolov E.S. Games That Kill us: Video Games and Violence in the Russian Printed Media Discourse. *Sotsiologiya vlasti*. 2020. Vol. 32. No. 3. P. 165–188. DOI: [10.22394/2074-0492-2020-3-165-188](https://doi.org/10.22394/2074-0492-2020-3-165-188) (In Russ.)
23. Соколов М.М. Поколения вместо классов? Возраст и потребительская революция в России // Социология власти. 2019. Т. 31. № 1. С. 71–91. DOI: [10.22394/2074-0492-2019-1-71-919](https://doi.org/10.22394/2074-0492-2019-1-71-919) EDN: [ZDDCZN](https://www.edn.ru/ZDDCZN)
- Sokolov M.M. Generations instead of Classes? Age and Consumer Revolution in Russia. *Sotsiologiya vlasti*. 2019. Vol. 31. No. 1. P. 71–91. DOI: [10.22394/2074-0492-2019-1-71-919](https://doi.org/10.22394/2074-0492-2019-1-71-919) (In Russ.)
24. Солдатова Г.У., Рассказова Е.И. Чрезмерное использование интернета: факторы и признаки // Психологический журнал. 2013. Т. 34. № 4. С. 79–88. EDN: [PHEPGL](https://www.edn.ru/PHEPGL)
- Soldatova G.U., Rasskazova E.I. Excessive Use of the Internet: Signs and Factors. *Psikhologicheskii zhurnal*. 2013. Vol. 34. No. 4. P. 79–88. (In Russ.)
25. Старк Д., Паус И. Алгоритмическое управление в экономике платформ // Экономическая социология. 2021. Т. 22. № 3. С. 71–103. DOI: [10.17323/1726-3247-2021-3-71-103](https://doi.org/10.17323/1726-3247-2021-3-71-103) EDN: [CKZV NK](https://www.edn.ru/CKZV NK)
- Stark D., Pais I. Algorithmic Management in the Platform Economy. *Ekonomicheskaya sotsiologiya*. 2021. Vol. 22. No. 3. P. 71–103. DOI: [10.17323/1726-3247-2021-3-71-103](https://doi.org/10.17323/1726-3247-2021-3-71-103) (In Russ.)
26. Хайдт Дж. Тревожное поколение. Как Великое подключение детства вызывает эпидемию душевных болезней / Пер. с англ. В. Дегтярева. М.: Аст, 2025. — 432 с. DOI: [10.56315/PSCF9-25Haidt](https://doi.org/10.56315/PSCF9-25Haidt) EDN: [WMNJSR](https://www.edn.ru/WMNJSR)
- Haidt J. *The Anxious Generation. How the Great Rewiring of Childhood is Causing an Epidemic of Mental Illness*. Transl. from Eng. by V. Degtiariov. Moscow: Ast publ., 2025. 432 p. DOI: [10.56315/PSCF9-25Haidt](https://doi.org/10.56315/PSCF9-25Haidt) (In Russ.)

27. Ball C., Francis J., Huang K.-T., Kadylak T., Cotten S.R., Rikard R.V. The Physical–Digital Divide: Exploring the Social gap Between Digital Natives and Physical Natives. *Journal of Applied Gerontology*. 2019. Vol. 38. No. 8. P. 1167–1184. DOI: [10.1177/0733464817732518](https://doi.org/10.1177/0733464817732518)
28. Burrell J., Fourcade M. The Society of Algorithms. *Annual Review of Sociology*. 2021. Vol. 47. P. 213–237. DOI: [10.1146/annurev-soc-090820-020800](https://doi.org/10.1146/annurev-soc-090820-020800)
29. Erevik E.K., Torsheim T., Andreassen C.S., Krossbakken E., Vedaø Ø., Pallesen S. The Associations between Low-Level Gaming, High-Level Gaming and Problematic Alcohol Use. *Addictive Behaviors Reports*. 2019. Vol. 10. Article 100186. DOI: [10.1016/j.abrep.2019.100186](https://doi.org/10.1016/j.abrep.2019.100186)
30. Ferguson C.J. Aggressive Video Games Research Emerges from its Replication Crisis (Sort Of). *Current Opinion in Psychology*. 2020. Vol. 36. P. 1–6. DOI: [10.1016/j.copsyc.2020.01.002](https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.01.002)
31. Fosse E., Winship C. Analyzing Age-Period-Cohort Data: A Review and Critique. *Annual Review of Sociology*. 2019. Vol. 45. P. 467–492. DOI: [10.1146/annurev-soc-073018-022616](https://doi.org/10.1146/annurev-soc-073018-022616)
32. Gottfried J., Sidoti A. Teens and Video Games Today. *Pew Research Center*. 2024. Accessed 30.06.2026. URL: <https://www.pewresearch.org/?p=165467>
33. Greitemeyer T. The Dark and Bright Side of Video Game Consumption: Effect of Violent and Prosocial Video Games. *Current Opinion in Psychology*. 2022. Vol. 46. Article 101326. DOI: [10.1016/j.copsyc.2022.101326](https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101326)
34. Gros L., Debue N., Lete J., van de Leemput C. Video Game Addiction and Emotional States: Possible Confusion Between Pleasure and Happiness? *Frontiers in Psychology*. 2020. Vol. 10. Article 2894. DOI: [10.3389/fpsyg.2019.02894](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02894)
35. Han J., Han D., Bolo N., Kim B., Kim B., Renshaw P. Differences in Functional Connectivity Between Alcohol Dependence and Internet Gaming Disorder. *Addictive Behaviors*. 2014. Vol. 41. P. 12–19. DOI: [10.1016/j.addbeh.2014.09.006](https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2014.09.006)
36. Kim H.S., McGrath D.S., Hodgins D.C. Addiction Substitution and Concurrent Recovery in Gambling Disorder: Who Substitutes and Why? *Journal of Behavioral Addictions*. 2023. Vol. 12. No. 3. P. 682–696. DOI: [10.1556/2006.2023.00046](https://doi.org/10.1556/2006.2023.00046)
37. Kotelnikova Z., Radaev V. Introduction. *The Ambivalence of Power in the Twenty-First Century Economy: Cases from Russia and beyond*. Ed. by V. Radaev, Z. Kotelnikova. L.: UCL Press, 2022. P. 1–11. DOI: [10.2307/j.ctv280b65x.9](https://doi.org/10.2307/j.ctv280b65x.9)
38. Laconi S., Rodgers R.F., Chabrol H. The Measurement of Internet Addiction: A Critical Review of Existing Scales and Their Psychometric Properties. *Computers in Human Behavior*. 2014. Vol. 41. P. 190–202. DOI: [10.1016/j.chb.2014.09.026](https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.09.026)
39. Mathur M.B., VanderWeele T.J. Finding Common Ground in Meta-Analysis “Wars” on Violent Video Games. *Perspectives on Psychological Science*. 2019. Vol. 14. No. 4. P. 705–708. DOI: [10.1177/1745691619850104](https://doi.org/10.1177/1745691619850104)
40. Meng S.-Q., Cheng J.-L., Li Y.-Y., et al. Global Prevalence of Digital Addiction in General Population: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Clinical Psychology Review*. 2022. Vol. 92. Article 102128. DOI: [10.1016/j.cpr.2022.102128](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2022.102128)
41. Pontes H.M., Schivinski B., Kannen C., Montag C. The Interplay Between Time Spent Gaming and Disordered Gaming: A Large-Scale World-Wide Study. *Social Science and Medicine*. 2022. Vol. 296. Article 114721. DOI: [10.1016/j.socscimed.2022.114721](https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2022.114721)
42. Pontes H.M., Schivinski B., Sindermann C., Li M., Becker B., Zhou M., Montag C. Measurement and Conceptualization of Gaming Disorder According to the World Health Organization Framework: The Development of the Gaming Disorder Test. *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2021. Vol. 19. P. 508–528. DOI: [10.1007/s11469-019-00088-z](https://doi.org/10.1007/s11469-019-00088-z)

43. Radaev V., Roshchina Ya., Salnikova D. The Decline in Alcohol Consumption in Russia from 2006 to 2017: Do Birth Cohorts Matter? *Alcohol and Alcoholism*. 2020. Vol. 55. No. 3. P. 323–335. DOI: [10.1093/alcalc/aga017](https://doi.org/10.1093/alcalc/aga017)
44. Radaev V., Roshchina Ya. Young Cohorts of Russians Drink Less: Age-Period-Cohort Modelling of Alcohol Use Prevalence, 1994–2016. *Addiction*. 2019. Vol. 114. No. 5. P. 823–835. DOI: [10.1111/add.14535](https://doi.org/10.1111/add.14535)
45. Sundberg L. Towards the Digital Risk Society: A Review. *Human Affairs*. 2024. Vol. 34. No. 1. P. 151–164. DOI: [10.1515/humaff-2023-0057](https://doi.org/10.1515/humaff-2023-0057)
46. Vuorre M., Johannes N., Magnusson K., Przybylski A. Time Spent Playing Video Games is Unlikely to Impact Well-Being. *Royal Society Open Science*. 2022. Vol. 9. Article 220411. DOI: [10.1098/rsos.220411](https://doi.org/10.1098/rsos.220411)
47. World Health Organization. ICD-11 Beta Draft: Gaming Disorder. Geneva: WHO, 2020. Accessed 30.06.2026. URL: <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/addictive-behaviours-gaming-disorder>

Статья поступила в редакцию: 18.05.2026; поступила после рецензирования и доработки: 26.06.2026; принята к публикации: 06.07.2026.

Received: 18.05.2026; revised after review: 26.06.2026; accepted for publication: 06.07.2026.