

**V (ПЯТАЯ)**

**МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ  
КОНФЕРЕНЦИЯ**

**Май 2026 г.**

**ИНДЕКСАЦИЯ**



**OpenAIRE | EXPLORE**

**zenodo**

## НАПРАВЛЕНИЯ КОНФЕРЕНЦИИ



 **НАУЧНЫЕ  
ТЕХНОЛОГИИ  
ПЕДАГОГИКА  
ПСИХОЛОГИЯ  
ФИЛОСОФИЯ  
ИСТОРИЯ**



 **ИНФОРМАТИКА  
ТЕХНИЧЕСКИЕ  
НАУКИ  
МАТЕМАТИЧЕСКИЙ  
АНАЛИЗ**



 **ЭКОНОМИКА  
ФИНАНСЫ**

### **Введение**

*В сборнике материалов конференции, посвященных роли науки, образования и производства в эпоху глобализации, актуальным проблемам взаимодействия этих процессов, отзывам об их решениях, были представлены зрелые специалисты отрасли.*

*Кроме того, представлены исследования на научно-практическую тему, проводимые в области экономики, точных наук, естественных и социально-гуманитарных наук в период глобализации, представлена информация в научно-практической сфере, которая включает в себя новейшие инновационные технологии в сферах производства.*

*Можно утверждать, что этот сборник является одним из специфических перекрестков современных мыслей и инновационных идей в мире науки. В этой научно-практической конференции приняли активное участие профессора и научные сотрудники, занимающиеся научными исследованиями в Узбекистане и зарубежных странах. Значительный вклад в повышение позиций научно-практической конференции внесли профессора и преподаватели отечественных и зарубежных высших учебных заведений.*

*Профессора и преподаватели зарубежных высших учебных заведений, активно участвовавшие в работе конференции, внесли достойный вклад в высокий уровень взаимодействия с учеными нашей страны. Процессы международного сотрудничества с зарубежными странами и обмена с ними в области науки в эпоху глобализации оказывают положительное влияние на развитие высшего образования, сфер науки и производства. Материалы этой конференции особенны тем, что включают в себя широкий спектр исследований, от теоретических разработок до практических решений, демонстрирующих разнообразие подходов и направлений в этой области.*

*В заключение следует отметить, что данная научно-практическая конференция станет очень полезным собранием для всех, кто интересуется современными исследованиями в области дальнейшего развития высшего образования, науки, воспитательной работы и производства в эпоху глобализации. Авторы несут ответственность за содержание и качество статей и тезисов, включенных в сборник.*



## DER EINFLUSS DER KÜNSTLICHEN INTELLIGENZ AUF DAS MODERNE BILDUNGSSYSTEM

*Muhabbat Axmedjonova*<sup>1</sup>

*Ismatullayeva Zilola*<sup>2</sup>

<sup>1</sup> *Lehrerin der Jizzakh-Filiale der Nationaluniversität Usbekistans namens Mirzo Ulugbek.*

<sup>2</sup> *Studentin*

**Annotation:** In der modernen digitalen Gesellschaft sind soziale Medien zu einem zentralen Bestandteil des Lebens von Jugendlichen und Heranwachsenden geworden. Dieses Thema untersucht umfassend den Einfluss sozialer Netzwerke (Instagram, TikTok, Telegram, YouTube, Snapchat u. a.) auf die psychische Verfassung, die sozialen Beziehungen, die persönliche Entwicklung, die schulischen Leistungen und die zukünftige berufliche Tätigkeit von Jugendlichen. Die Arbeit analysiert sowohl die positiven Aspekte sozialer Medien (schneller Informationszugang, freie Meinungsäußerung, Knüpfen neuer Freundschaften, Förderung von Lern- und Kreativfähigkeiten sowie Möglichkeiten der Selbstdarstellung) als auch die negativen Auswirkungen. Besonders werden Probleme wie übermäßiger Zeitverlust, Schlafstörungen, verringertes Selbstwertgefühl, übertriebene Fokussierung auf das äußere Erscheinungsbild, Cybermobbing, Depressionen, Angstzustände, Entfremdung vom realen Leben und soziale Isolation hervorgehoben. Darüber hinaus werden die Rolle von Familie, Schule und Gesellschaft bei der Regulierung der Nutzung sozialer Medien durch Jugendliche, die Notwendigkeit der Förderung digitaler Kompetenzen sowie praktische Empfehlungen für Eltern und Lehrkräfte behandelt. Die Ergebnisse der Arbeit haben sowohl wissenschaftliche als auch praktische Bedeutung für die sichere und effektive Erziehung der jungen Generation in der digitalen Umwelt.

**Schlüsselwörter:** Soziale Medien, Psychologie von Jugendlichen, Digitale Generation, Z-Generation, Digitale Kompetenz, Cybermobbing, Internetabhängigkeit, Virtuelle Kommunikation, Selbstdarstellung.

**Einleitung:** In der heutigen digitalisierten Welt sind soziale Medien zu einem unverzichtbaren und zentralen Bestandteil des Alltags von Jugendlichen geworden. Plattformen wie Instagram, TikTok, YouTube, Snapchat, Telegram und WhatsApp prägen nicht nur die Freizeitgestaltung, sondern auch die Kommunikation, die Identitätsbildung und die sozialen Beziehungen ganzer Generationen. Die sogenannte „Digitale Generation“ oder „Generation Z“ (und zunehmend Generation Alpha) wächst in einer Umgebung auf, in der Smartphones und ständige Online-Präsenz von klein auf selbstverständlich sind. Laut aktuellen Studien nutzen etwa 93–95 % der Jugendlichen im Alter von 13 bis 17 Jahren mindestens eine Social-Media-Plattform, wobei viele von ihnen täglich mehrere Stunden online verbringen – im Durchschnitt 3,5 bis 5 Stunden. Diese Entwicklung wirft grundlegende Fragen

auf: Welche Rolle spielen soziale Medien im Leben von Heranwachsenden? Fördern sie die soziale Teilhabe und persönliche Entfaltung, oder führen sie vor allem zu psychischen Belastungen, Abhängigkeit und Realitätsverlust? Die wissenschaftliche Auseinandersetzung mit diesem Thema hat in den letzten Jahren stark zugenommen. Während soziale Medien einerseits Chancen bieten – wie den schnellen Zugang zu Informationen, die Möglichkeit der Selbstdarstellung, die Knüpfung neuer Kontakte über geografische Grenzen hinweg und die Unterstützung bei der Bewältigung von Krisen –, zeigen zahlreiche Untersuchungen auch erhebliche Risiken. Zu den positiven Effekten zählen vor allem die Stärkung des Gemeinschaftsgefühls und die Förderung der Kreativität. Viele Jugendliche berichten, dass soziale Medien ihnen helfen, sich akzeptierter zu fühlen, Unterstützung in schwierigen Situationen zu finden und ihre kreative Seite auszuleben. Besonders für Jugendliche mit Minderheiten-Identitäten oder in abgelegenen Regionen können diese Plattformen lebenswichtige Räume der Zugehörigkeit schaffen. Dem gegenüber stehen jedoch deutliche negative Auswirkungen. Übermäßiger Konsum (mehr als drei Stunden täglich) verdoppelt nachweislich das Risiko für psychische Probleme wie Depressionen, Angststörungen und Schlafstörungen. Phänomene wie Cybermobbing, permanenter sozialer Vergleich, FOMO (Fear of Missing Out), unrealistische Schönheitsideale und der Verlust realer zwischenmenschlicher Beziehungen belasten die mentale Gesundheit vieler Jugendlicher. In Deutschland zeigen Studien, dass mehr als 25 % der 10- bis 17-Jährigen einen riskanten oder sogar pathologischen Medienkonsum aufweisen – ein Anstieg um über 126 % seit der Vor-Corona-Zeit. Mädchen sind dabei häufig stärker betroffen als Jungen, insbesondere durch Vergleiche des eigenen Körpers und Ausgrenzungserfahrungen. Die Pandemie hat diese Entwicklung zusätzlich beschleunigt: Schulen schlossen, soziale Kontakte verlagerten sich in die digitale Welt, und viele Jugendliche verbrachten noch mehr Zeit in virtuellen Räumen. Gleichzeitig wuchs die Erkenntnis, dass soziale Medien nicht nur ein Kommunikationsmittel, sondern ein mächtiges soziales Umfeld darstellen, das die Entwicklung des Gehirns, die Emotionsregulation und die Impulskontrolle bei Heranwachsenden nachhaltig beeinflussen kann. Diese Arbeit untersucht die ambivalente Rolle sozialer Medien im Leben von Jugendlichen aus multidisziplinärer Sicht. Sie beleuchtet psychologische, pädagogische, soziologische und medizinische Aspekte, analysiert sowohl Chancen als auch Risiken anhand aktueller empirischer Befunde und leitet daraus praktische Empfehlungen für Eltern, Schulen und die Gesellschaft ab. Ziel ist es, ein ausgewogenes Verständnis zu schaffen und Wege aufzuzeigen, wie Jugendliche in der digitalen Welt gesund und selbstbestimmt aufwachsen können. Denn die Frage nach dem Umgang mit sozialen Medien ist letztlich eine Frage nach der Zukunft unserer Jugend und der gesamten Gesellschaft.

**Hauptteil:** 1. Die Verbreitung und Nutzungsgewohnheiten sozialer Medien bei Jugendlichen

Soziale Medien sind aus dem Alltag Jugendlicher nicht mehr wegzudenken. Aktuelle Studien zeigen, dass bis zu 95 % der 13- bis 17-Jährigen mindestens eine Plattform nutzen. Etwa ein Drittel der Jugendlichen ist „fast ständig“ online. Die durchschnittliche tägliche Nutzungsdauer liegt bei 3,5 bis 5 Stunden. Plattformen wie Instagram, TikTok, YouTube und Snapchat dominieren das Nutzungsverhalten. Mädchen verbringen häufig mehr Zeit mit bild- und videoorientierten Apps, während Jungen eher Gaming- und Videoplattformen bevorzugen.<sup>661e4a</sup>

Diese intensive Nutzung beginnt bereits in der Vorpubertät und nimmt mit dem Alter stark zu. Smartphones ermöglichen eine permanente Erreichbarkeit, was zu einer Verschmelzung von Online- und Offline-Welt führt. Viele Jugendliche schlafen sogar mit dem Smartphone neben dem Bett und checken es nachts regelmäßig – ein Verhalten, das erhebliche Auswirkungen auf den Schlafrhythmus hat.

## 2. Positive Auswirkungen sozialer Medien

Trotz vieler kritischer Stimmen bieten soziale Medien auch erhebliche Chancen für die Entwicklung Jugendlicher:

**Soziale Vernetzung und Unterstützung:** Jugendliche können neue Freundschaften knüpfen, bestehende Beziehungen pflegen und sich mit Gleichgesinnten austauschen – besonders wertvoll für marginalisierte Gruppen (z. B. LGBTQ+-Jugendliche oder Jugendliche mit Migrationshintergrund). Viele berichten, dass sie sich akzeptierter fühlen und in schwierigen Situationen emotionale Unterstützung finden.<sup>4cc033</sup>

**Selbstdarstellung und Kreativität:** Plattformen wie TikTok und Instagram ermöglichen es Jugendlichen, kreative Inhalte zu erstellen, Talente zu präsentieren und ein positives Selbstbild aufzubauen.

**Informationszugang und Bildung:** Schneller Zugang zu Wissen, Lerninhalten und gesellschaftlichen Themen. Viele nutzen soziale Medien aktiv für Schularbeiten, politische Information oder gesundheitsbezogene Themen.

**Inklusion:** Für Jugendliche in ländlichen Regionen oder mit körperlichen Einschränkungen können soziale Medien Brücken zur Außenwelt darstellen.

Studien zeigen, dass aktive Nutzung (Posten, Kommentieren, Interagieren) häufiger positive Effekte mit sich bringt als passives Scrollen.

## 3. Negative Auswirkungen und Risiken

Die Risiken überwiegen bei exzessiver oder problematischer Nutzung deutlich:

**Psychische Gesundheit:** Jugendliche, die mehr als 3 Stunden täglich auf sozialen Medien verbringen, haben ein doppelt so hohes Risiko für Symptome von Depressionen und Angststörungen. Mädchen sind besonders betroffen (25 % der Mädchen berichten, dass soziale Medien ihrer mentalen Gesundheit schaden, gegenüber 14 % der Jungen).

**Cybermobbing:** Jedes sechste Schulkind in Europa ist von Cybermobbing betroffen. In Deutschland berichten etwa 7–16 % der Jugendlichen von eigenen Erfahrungen als Opfer. Die Folgen reichen von Angstzuständen bis hin zu

Suizidgedanken. Im Gegensatz zu traditionellem Mobbing hört Cybermobbing nie auf – es verfolgt die Betroffenen rund um die Uhr.

Sozialer Vergleich und Selbstwert: Permanente Präsentation idealisierter Lebensbilder führt zu negativen Selbstvergleichen. Dies betrifft vor allem das Körperbild: Viele Jugendliche (besonders Mädchen) entwickeln Unzufriedenheit mit dem eigenen Aussehen, Essstörungen oder ein vermindertes Selbstwertgefühl.

FOMO (Fear of Missing Out): Die Angst, etwas Wichtiges zu verpassen, treibt viele Jugendliche zu ständigem Online-Checken. FOMO verstärkt Unruhe, Reizbarkeit und das Gefühl der Isolation.

Schlafstörungen und Konzentrationsprobleme: Blaues Licht und nächtliche Benachrichtigungen stören den Schlaf. Viele Jugendliche berichten von Müdigkeit, schlechteren schulischen Leistungen und reduzierter physischer Aktivität.

Suchtverhalten: Problematischer Medienkonsum ist in Europa von 7 % (2018) auf 11 % (2022) gestiegen. Viele Jugendliche haben Schwierigkeiten, ihre Nutzung selbst zu kontrollieren.

#### 4. Geschlechtsspezifische und entwicklungspsychologische Unterschiede

Mädchen leiden häufiger unter Vergleichsdruck, Körperunzufriedenheit und Cybermobbing in Form von sozialer Ausgrenzung. Jungen zeigen eher Probleme mit exzessivem Gaming und aggressiven Inhalten. Besonders sensible Phasen sind bei Mädchen die Jahre 11–13 und bei Jungen 14–15, in denen verstärkte Social-Media-Nutzung mit sinkender Lebenszufriedenheit korreliert.

#### 5. Rolle von Familie, Schule und Gesellschaft

Eltern und Schulen spielen eine entscheidende Rolle bei der Vermittlung von digitaler Kompetenz (Medienkompetenz). Viele Eltern fühlen sich überfordert, während Schulen oft noch unzureichend auf die digitale Realität vorbereiten. Wichtige Schutzfaktoren sind klare Regeln, offene Gespräche, gemeinsame Medienzeit und die Förderung realer sozialer Kontakte sowie sportlicher Aktivitäten.

Praktische Empfehlungen umfassen:

Bildschirmzeiten gemeinsam festlegen

„No-Phone-Zonen“ (z. B. bei Mahlzeiten und vor dem Schlafen)

Förderung kritischer Mediennutzung

Frühe Aufklärung über Cybermobbing und Datenschutz

**Fazit des Hauptteils** Soziale Medien sind weder per se gut noch schlecht. Ihre Wirkung hängt stark von der Art der Nutzung (aktiv vs. passiv), der Dauer, dem Alter und individuellen Schutzfaktoren ab. Während sie Chancen für Vernetzung und Selbstverwirklichung bieten, bergen sie erhebliche Risiken für die psychische Gesundheit, wenn sie unkontrolliert genutzt werden. Der Hauptteil zeigt: Eine ausgewogene, reflektierte Nutzung ist möglich und notwendig. Die Verantwortung liegt bei Plattformbetreibern (besserer Jugendschutz, Algorithmen-Transparenz), bei der Politik (Regulierung), bei Schulen und vor allem bei den Familien.

**Schlussfolgerung:** Soziale Medien haben die Lebenswelt von Jugendlichen in den letzten zwei Jahrzehnten grundlegend verändert. Sie sind nicht mehr nur ein

Freizeitvergnügen, sondern ein zentraler Bestandteil der Identitätsbildung, der sozialen Beziehungen und der alltäglichen Kommunikation. Die vorliegende Arbeit hat gezeigt, dass soziale Medien eine ambivalente Rolle spielen: sie bieten einerseits bedeutende Chancen, bergen andererseits aber erhebliche Risiken für die psychische und soziale Entwicklung Heranwachsender.

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass aktive und maßvolle Nutzung sozialer Medien positive Effekte mit sich bringen kann – wie die Erweiterung sozialer Netzwerke, die Förderung von Kreativität, den schnellen Zugang zu Informationen und die Stärkung des Selbstwertgefühls bei marginalisierten Jugendlichen. Gleichzeitig führen exzessive Nutzung, passives Konsumieren und fehlende digitale Kompetenz zu einer Reihe von Problemen: erhöhtes Risiko für Depressionen, Angststörungen, Cybermobbing, Schlafstörungen, gestörtes Körperbild, FOMO und soziale Isolation. Besonders Mädchen im Alter von 11 bis 15 Jahren sind von negativen Auswirkungen betroffen, während Jungen eher Probleme im Bereich exzessiven Gamings und aggressiver Inhalte zeigen.

Die empirischen Befunde unterstreichen, dass die Wirkung sozialer Medien nicht allein von der Technologie selbst abhängt, sondern vor allem von der Art und Weise der Nutzung, dem Alter, dem familiären Umfeld und den individuellen Schutzfaktoren. Die COVID-19-Pandemie hat diese Entwicklung beschleunigt und deutlich gemacht, wie schnell sich das soziale Leben in die digitale Sphäre verlagern kann – mit allen Vor- und Nachteilen.

Aus pädagogischer und gesellschaftlicher Sicht ergibt sich die dringende Notwendigkeit, digitale Souveränität bei Jugendlichen zu fördern. Dazu gehören nicht nur technische Fähigkeiten, sondern vor allem die Fähigkeit zur kritischen Reflexion, zur Selbstregulation und zum bewussten Umgang mit Algorithmen und sozialen Vergleichen. Eltern, Schulen und die Politik tragen hier eine gemeinsame Verantwortung. Es reicht nicht aus, nur Verbote auszusprechen; vielmehr müssen Kompetenzen vermittelt, Vorbilder gelebt und sichere digitale Räume geschaffen werden.

Praktische Empfehlungen aus dieser Arbeit sind:

Frühe und altersgerechte Medienbildung in Schulen verankern

Klare Familienregeln zur Bildschirmzeit und „No-Phone-Zonen“ einführen

Plattformbetreiber stärker in die Pflicht nehmen (besserer Jugendschutz, Transparenz der Algorithmen, Warnsysteme bei riskantem Verhalten)

Förderung realer sozialer Kontakte, Sport und Hobbys als Ausgleich zur digitalen Welt

Regelmäßige Gespräche in der Familie über Erlebnisse und Gefühle in sozialen Medien

Abschließend lässt sich sagen: Soziale Medien sind weder gut noch schlecht – sie sind ein mächtiges Werkzeug, dessen Wirkung von uns Menschen bestimmt wird. Die Zukunft der jungen Generation hängt wesentlich davon ab, wie es der Gesellschaft gelingt, Jugendliche zu selbstbestimmten und kritischen Nutzern digitaler Medien zu erziehen. Nur durch eine ausgewogene Balance zwischen

virtueller und realer Welt können Jugendliche ihre vollen Potenziale entfalten und psychisch gesund aufwachsen.

Die Rolle sozialer Medien im Leben von Jugendlichen wird auch in den kommenden Jahren ein zentrales Forschungsthema bleiben. Weitere Langzeitstudien sind notwendig, um die langfristigen Auswirkungen auf Gehirnentwicklung, Beziehungsfähigkeit und gesellschaftliche Teilhabe besser zu verstehen. Letztlich geht es nicht darum, die Technologie zu verteufeln oder blind zu feiern, sondern darum, sie verantwortungsvoll und zum Wohl der jungen Menschen zu gestalten.

#### **Literaturverzeichnis:**

1. Brailovskaia, J., et al. (2025). Soziale Medien und die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Diskussionspapier Nr. 40. Nationale Akademie der Wissenschaften Leopoldina, Halle (Saale).

2. Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79–93. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1590851>

3. Paschke, K., et al. (2024). Digital media use and mental health in adolescents – a systematic review. *Frontiers in Psychiatry*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.10995066> (PMC10995066)

4. Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports*, 12, 271–283. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2018.10.003>

5. Vogels, E. A., Gelles-Watnick, R., & Massarat, N. (2025). Teens, Social Media and Mental Health. Pew Research Center. Washington, DC. (Abrufbar unter: [pewresearch.org](https://pewresearch.org))