

Европейский союз готовит новые ограничения для детей в социальных сетях: что предлагают ученые и регуляторы



Дата публикации: 10.07.2026

Европейский союз приближается к очередному этапу реформирования цифровой среды для детей и подростков. После того как Австралия первой в мире приняла закон, запрещающий использование социальных сетей лицами младше 16 лет, аналогичная дискуссия значительно активизировалась и в Европе. Однако европейский подход может оказаться более сложным и научно обоснованным. Вместо полного запрета власти рассматривают широкий спектр мер, направленных на снижение рисков для психического здоровья несовершеннолетних и изменение принципов работы самих цифровых платформ.

Ожидается, что важным этапом обсуждения станет публикация экспертного доклада, подготовленного по поручению Европейской комиссии. Именно его выводы должны стать основой для дальнейших законодательных инициатив. Пока окончательные решения не приняты, однако уже известно, что в центре внимания находятся возрастная верификация пользователей, особенности алгоритмов рекомендаций, механизмы формирования зависимости,

персонализированные ленты контента и защита несовершеннолетних от потенциально вредного цифрового воздействия.

Тема безопасности детей в интернете остается одной из наиболее активно изучаемых в современной психологии, нейробиологии и когнитивных науках. За последние десять лет опубликованы сотни исследований, посвященных влиянию социальных сетей на развитие мозга подростков. Ученые отмечают, что именно в подростковом возрасте продолжается активное формирование префронтальной коры — области мозга, отвечающей за самоконтроль, принятие решений, оценку рисков и эмоциональную регуляцию. Одновременно значительно возрастает чувствительность системы вознаграждения, поэтому различные механизмы цифровых сервисов способны особенно эффективно удерживать внимание молодых пользователей.

Все больше исследований посвящено так называемому «затягивающему дизайну» цифровых платформ. Речь идет не только о содержании публикаций, но и о технических механизмах, которые побуждают пользователя проводить в приложении больше времени. К таким элементам относятся бесконечная прокрутка новостной ленты, автоматическое воспроизведение видео, постоянные уведомления, персонализированные рекомендации, алгоритмы подбора контента и система мгновенного социального одобрения через лайки и комментарии. Именно эти механизмы сегодня становятся объектом пристального внимания европейских регуляторов.

Ряд государств Европейского союза уже предложил собственные варианты регулирования. Наиболее активно обсуждение ведут Дания, Греция, Испания и Франция. Вместе с тем внутри ЕС сохраняются различные точки зрения относительно того, насколько жесткими должны быть новые правила. Одни страны выступают за введение минимального возраста для использования социальных платформ, другие предлагают сосредоточиться на ограничении наиболее рискованных функций, не запрещая сами сервисы.

Подобный подход отражает современное понимание проблемы. Сегодня специалисты все чаще говорят о том, что опасность представляют не социальные сети как технология общения, а отдельные особенности их функционирования. Именно поэтому в Европейском союзе все чаще обсуждается риск-ориентированная модель регулирования. В этом случае под ограничения могут попасть отдельные механизмы платформ, которые увеличивают вероятность формирования зависимости, ухудшают концентрацию внимания или усиливают эмоциональную уязвимость подростков.

Дополнительным аргументом стали результаты социологических исследований общественного мнения. Согласно опросам, большинство жителей

ряда европейских стран поддерживают усиление контроля над цифровыми платформами и считают необходимым ограничить использование функций, которые способны негативно влиять на детей. Особенно высокий уровень поддержки получили предложения отказаться от бесконечной прокрутки контента, чрезмерной персонализации рекомендаций и других элементов интерфейса, стимулирующих длительное использование приложений.

Параллельно продолжаются научные исследования, посвященные влиянию социальных сетей на психическое здоровье. Хотя результаты различных работ не всегда совпадают, большинство ученых сходятся во мнении, что чрезмерное использование цифровых платформ может быть связано с повышенным уровнем тревожности, нарушениями сна, ухудшением концентрации внимания, эмоциональным выгоранием и снижением общего психологического благополучия у части подростков. При этом решающее значение имеют продолжительность использования сервисов, возраст ребенка, индивидуальные особенности и характер просматриваемого контента.

Особое внимание Европейская комиссия уделяет ответственности самих технологических компаний. Современная концепция цифровой безопасности постепенно смещает акцент с поведения пользователя на принципы проектирования сервисов. Такой подход предполагает, что именно разработчики должны заранее учитывать особенности детской аудитории, минимизировать потенциальные риски и создавать интерфейсы, безопасные для несовершеннолетних уже на этапе разработки программного обеспечения.

В распоряжении Европейского союза уже находится один из наиболее масштабных нормативных инструментов регулирования цифровых платформ — Закон о цифровых услугах (Digital Services Act). Документ обязывает крупнейшие интернет-платформы анализировать системные риски, принимать меры по защите пользователей, ограничивать распространение опасного контента и соблюдать особые требования при работе с несовершеннолетними. В настоящее время Европейская комиссия также проводит несколько исследований в отношении крупнейших технологических компаний, оценивая влияние их сервисов на детей и подростков.

В ближайшие месяцы ожидается публикация дополнительных рекомендаций и новых законодательных инициатив, касающихся защиты несовершеннолетних в цифровой среде. Их целью станет не только введение возрастных ограничений, но и изменение самих принципов функционирования социальных платформ, чтобы сделать онлайн-пространство более безопасным для детей.

Основные направления обсуждаемой реформы: возрастная верификация пользователей, ограничение потенциально зависящего дизайна, контроль

алгоритмов рекомендаций, усиление ответственности цифровых платформ, защита психического здоровья детей, совершенствование механизмов цифровой безопасности.