



Цифровая эволюция современного  
образования: психологическая теория  
и практика

УДК 316.472.4

EDN KYAXJM

<https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2022-4-2-188-204>

Научная статья

## Взаимосвязи зависимости студентов от социальных сетей с психологическим неблагополучием

В. П. Шейнов<sup>1</sup>, А. И. Тарелкин<sup>✉2</sup>

<sup>1</sup> Республиканский институт высшей школы, 220007, Республика Беларусь, г. Минск, ул. Московская, д. 15

<sup>2</sup> Белорусско-Российский университет, 212000, Республика Беларусь, г. Могилев, проспект Мира, д. 43

### Сведения об авторах

Виктор Павлович Шейнов, SPIN-код: 7605-9100, ORCID: 0000-0002-2191-646X, e-mail: sheinov1@mail.ru

Александр Иванович Тарелкин, e-mail: tarelkin1@tut.by

**Для цитирования:** Шейнов, В. П., Тарелкин, А. И. (2022) Взаимосвязи зависимости студентов от социальных сетей с психологическим неблагополучием. *Психология человека в образовании*, т. 4, № 2, с. 188–204.

<https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2022-4-2-188-204> EDN KYAXJM.

**Получена** 8 февраля 2022; прошла рецензирование 25 февраля 2022; принята 11 марта 2022.

**Финансирование:** Исследование не имело финансовой поддержки.

**Права:** © В. П. Шейнов, А. И. Тарелкин (2022). Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена. Открытый доступ на условиях [лицензии CC BY-NC 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

### Аннотация

**Введение.** Негативные последствия зависимости от социальных сетей (тревожность, депрессия, стресс, неудовлетворенность жизнью и др.) способствуют психологическому неблагополучию ее жертв. Цель исследования — выявить у студентов обоего пола предполагаемые связи зависимости от социальных сетей с признаками психологического неблагополучия: импульсивностью, нарциссизмом, незащищенностью от манипуляций, низкой ассертивностью, плохим настроением, зависимостью от смартфона и ее факторами, тягой к курению.

**Материалы и методы.** Зависимость от социальных сетей диагностировалась опросником ЗСС-15 (авторы В. П. Шейнов, А. С. Девицын), зависимость от смартфона — короткой версией САС-16 опросника «Шкала зависимости от смартфона» (автор В. П. Шейнов), ассертивность — тестом ассертивности (В. П. Шейнов), незащищенность от манипуляций — опросником «Оценка степени незащищенности индивида от манипулятивных воздействий» (В. П. Шейнов), надежность и валидность которых доказана ранее; импульсивность — «Методикой диагностики потенциала коммуникативной импульсивности» (В. А. Лосенков), нарциссизм — опросником Е. Кот. Испытуемые — 227 студентов, в том числе 124 юноши ( $M = 18,03$  лет,  $SD = 1,161$ ) и 103 девушки ( $M = 18,3$ ,  $SD = 1,128$ ).

**Результаты исследования.** Выявлено наличие статистически значимых связей зависимости юношей и девушек от социальных сетей: положительных — с импульсивностью ( $r = 0,267$ ,  $p < 0,001$ ), зависимостью от смартфона ( $r = 0,517$ ,  $p < 0,001$ ) и всеми факторами, ее формирующими: «Потеря контроля» ( $r = 0,414$ ,  $p < 0,001$ ), «Страх отказа» ( $r = 0,163$ ,  $p < 0,001$ ), «Эйфория пользователя» ( $r = 0,459$ ,  $p < 0,001$ ). Кроме того, у юношей имеют место отрицательные связи с ассертивностью ( $r = -0,226$ ,  $p < 0,001$ ) и настроением ( $r = -0,190$ ,  $p < 0,01$ ), у девушек — положительные связи с нарциссизмом ( $r = 0,152$ ,  $p < 0,05$ ), незащищенностью от манипуляций ( $r = 0,175$ ,  $p < 0,05$ ) и тягой к курению ( $r = 0,220$ ,  $p < 0,01$ ). Установлено, что зависимость от социальных сетей и зависимость от смартфона положительно и высокозначимо связаны между собой на уровне формирующих их факторов, являющихся подшкалами опросников «Зависимость от социальных сетей» и «Зависимость от смартфона».

**Заключение.** Выявленные факты позволяют рекомендовать кураторам учебных групп, психологам и социальным педагогам: 1) диагностировать степень зависимости от социальных сетей студентов с помощью использованного в данном исследовании надежного и валидного опросника зависимости от социальных сетей; 2) по результатам диагностики проводить корректирующие мероприятия с нуждающимися в этом студентами.

**Ключевые слова:** зависимость от социальных сетей, психологическое неблагополучие, импульсивность, нарциссизм, ассертивность, незащищенность от манипуляций, зависимость от смартфона, настроение, студенты, юноши, девушки

## Article

# Relationships between students' addiction to social networks and psychological distress

V. P. Sheinov<sup>1</sup>, A. I. Tarelkin<sup>✉2</sup><sup>1</sup> National Institute for Higher Education, 15 Moscow Str., Minsk 220007, Republic of Belarus<sup>2</sup> Belarusian-Russian University, 43 Mira Ave, Mogilev 212000, Republic of Belarus**Authors**

Viktor P. Sheinov, SPIN: 7605-9100, ORCID: 0000-0002-2191-646X, e-mail: sheinov1@mail.ru

Alexander I. Tarelkin, e-mail: tarelkin1@tut.by

**For citation:** Sheinov, V. P., Tarelkin, A. I. (2022) Relationships between students' addiction to social networks and psychological distress. *Psychology in Education*, vol. 4, no. 2, pp. 188–204. <https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2022-4-2-188-204> EDN KYAXJM.**Received** 8 February 2022; reviewed 25 February 2022; accepted 11 March 2022.**Funding:** The study did not receive any external funding.**Copyright:** © V. P. Sheinov, A. I. Tarelkin (2022). Published by Herzen State Pedagogical University of Russia. Open access under CC BY-NC License 4.0.**Abstract**

**Introduction.** The negative consequences of addiction to social networks (anxiety, depression, stress, dissatisfaction with life, etc.) contribute to the psychological distress of its victims. The purpose of the study is to identify in students of both sexes the alleged links between social network addiction and such signs of psychological distress as impulsivity, narcissism, vulnerability to manipulation, low assertiveness, bad mood, smartphone addiction (along with its factors), and craving for smoking.

**Materials and methods.** The “Social network addiction scale” (ZSS-15) questionnaire (V. P. Sheinov, A. S. Devitsyn) was used to diagnose addiction to social networks, and the SAS-16 short version of the questionnaire SAS — “Smartphone addiction scale” (V. P. Sheinov), to diagnose smartphone addiction. The assertiveness test (V. P. Sheinov) was used to assess assertiveness, while exposure to manipulation was measured with the questionnaire “Assessment of the degree of vulnerability of an individual to manipulative influences” (V. P. Sheinov), the reliability and validity of which have been proven earlier. The “Methodology for diagnosing the potential of communicative impulsivity” (V. A. Losenkov) was used to assess impulsiveness, and a questionnaire by E. Kot, to assess narcissism. The study involved 227 students, including 124 males ( $M = 18.03$  years,  $SD = 1.161$ ) and 103 females ( $M = 18.3$ ,  $SD = 1.128$ ).

**Research results.** We revealed the presence of statistically significant relationships of social network addiction with other indicators in both males and females. The positive relationships are with impulsivity ( $r = 0.267$ ,  $p < 0.001$ ), smartphone addiction ( $r = 0.517$ ,  $p < 0.001$ ), and with all the factors of smartphone addiction—specifically, “Loss of control” ( $r = 0.414$ ,  $p < 0.001$ ), “Fear of rejection” ( $r = 0.163$ ,  $p < 0.001$ ), and “User euphoria” ( $r = 0.459$ ,  $p < 0.001$ ). Further, males have negative associations with assertiveness ( $r = -0.226$ ,  $p < 0.001$ ) and mood ( $r = -0.190$ ,  $p < 0.01$ ), while females have positive associations with narcissism ( $r = 0.152$ ,  $p < 0.05$ ), exposure to manipulation ( $r = 0.175$ ,  $p < 0.05$ ), and cravings for smoking ( $r = 0.220$ ,  $p < 0.01$ ). It has been established that addiction to social networks and smartphone addiction are positively and highly significantly related to each other at the level of factors that form them—these factors were measured by the subscales of the questionnaires “Social network addiction scale” and “Smartphone addiction scale”.

**Conclusion.** The findings allow us to put forward the following recommendations to curators of study groups, psychologists and social pedagogues: 1) to diagnose the degree of social network addiction of students using the reliable and valid “Social network addiction scale” questionnaire used in this study; and 2) based on the results of the diagnostics, carry out corrective measures with students who need it.

**Keywords:** addiction to social networks, psychological trouble, impulsiveness, narcissism, assertiveness, vulnerability to manipulation, smartphone addiction, mood, students, males, females

## Введение

Социальные сети играют заметную роль в современной жизни, причем в условиях пандемии COVID-19 индивиды стали еще больше времени проводить в социальных сетях. Увле-

чение социальными сетями наиболее всего захватило молодежь (Kashif, Aziz-Ur-Rehman, Javed 2020).

Установлено, что при длительном пребывании в социальных сетях происходит конструирование в виртуальной реальности «новой

личности» и замещение реальной жизнедеятельности виртуальной, что может иметь негативные психологические последствия, в частности при столкновении завсегдае Сети с реальностью (Дрепа 2010), поскольку имеют место значительные отличия идентичностей в реальной жизни и в электронном общении (Войскунский 2014).

В частности, понятие «дружба» трансформировалось в социальных сетях, приобретая другое значение, нежели в реальной жизни (Милова 2012): «...каждый второй подросток имеет виртуального друга, с которым делится переживаниями по поводу отношений с родителями (35%), друзьями и учителями (51–53%), возлюбленными (47%)» (Солдатова, Теславская 2018, 12). Сверхактивные пользователи социальных сетей оправдывают себя ссылками на массовость этого явления («все сидят в интернете»), у некоторых при этом формируются фантазии о собственном могуществе (Серый, Паршинцева 2016).

Пользователей социальных сетей привлекает возможность приобщиться к своей референтной группе, иногда даже скрыться и раствориться в ней, разделив групповые ценности и почувствовав себя более защищенным (Бабаева, Войскунский, Смылова 2000). Этому способствуют такие особенности коммуникации в социальных сетях, как отсутствие барьеров, переживание участниками чувства удовольствия на фоне потери ощущения времени и контроля над ситуацией (Гулевич 2007). Установлено, что чрезмерное общение в социальных сетях отрицательно связано с эмоциональным интеллектом и имеет прямую связь с трудностями в общении (Гроголева, Дронова 2016).

При этом пользователи социальных сетей сталкиваются с опасными материалами, участвуя в, казалось бы, «безобидных» сессиях в социальных сетях. Просмотр таких материалов (сознательный или непроизвольный) отрицательно сказывается на детской психике и поведении (Годик 2011). Наиболее зависимые и активные пользователи социальных сетей имеют склонность быстрее вырабатывать у себя симптомы депрессии и тревоги (Розанов, Рахимкулова 2017).

В значительной степени зависимость от социальных сетей присуща представителям «поколения Z», к которому как раз и относятся нынешние *студенты*. Поэтому особый интерес для исследования влияния цифровых зависимостей, к каковым относится зависимость от социальных сетей, вызывают представители именно этого поколения.

Поколение Z (англ. Generation Z) — термин, применяемый в мире для поколения людей, родившихся примерно с 1997 по 2012 годы. То, что предыдущие поколения называли «новыми технологиями» или «технологиями будущего», для поколения Z — их настоящее. Это первое действительно «цифровое» поколение людей, родившихся после цифровой революции и привыкших получать информацию через цифровые каналы. Представители поколения Z активно используют планшеты, VR- и 3D-реальность. Исследователи отмечают, что «интернет-коммуникация поколения Z является базовой для молодого поколения: ее основу составляют контакты посредством смартфона, электронной почты, социальных сетей, пользование видеохостингами, общение посредством мессенджеров и в сообществах социальных сетей, использование видеотрансляций» (Кондратьева, Довейко 2021, 307). Эти особенности молодежи фиксируются уже довольно давно, в частности, на них обращали внимание уже в 2010-х гг.: «Дети сейчас фактически рождаются с мобильным телефоном в руках, а первой игрушкой для них становится компьютер. Поколение «юзеров» — они используют все средства для общения в Сети — сутками сидят в социальных сетях, играют в онлайн-игры, постоянно рассказывают о своей жизни в блогах и общаются по ICQ или в Skype. Общению в виртуальном пространстве часто отдается приоритет при выборе между личной встречей и обсуждением вопросов посредством электронной почты или службы мгновенных сообщений» (Сапа 2014, 24).

Результатом интернет-коммуникации поколения Z стало то, что «за последние 10 лет среднее время внимания к одной единице информации сократилось до 8 секунд против 12 секунд» у предыдущего поколения (Кучерихин 2017, 71). Действительно, «психологи утверждают, что среднее время концентрации на одном предмете у подростков сократилось до восьми секунд. Иначе они не успеют ухватить максимум из того, что проносится мимо них в информационном потоке. Дольше им сосредотачиваться на предмете сложно. Учителя повально стали фиксировать синдром дефицита внимания едва ли не в каждом втором ребенке. А ведь это медицинский диагноз» (Поколение Z— самое правильное поколение? 2017, 81).

Поэтому неудивительно, что «принцип получения информации современных студентов отличается от классического дидактического подхода; студенты предпочитают использовать поисковые системы, настроенные на передачу кратких изложений учебного материала, пере-

дающего суть, но опускающих освещение многосторонних связей и причинно-следственных заключений развития, широты концепций изучения и объективных противоречий суждений поставленного вопроса. Таким образом, очевидно, что в отличие от принципа осмысления учебной информации студентами предыдущих поколений, у студентов «Z-поколения» отмечается тенденция так называемого «клипового мышления», не формирующего причинно-следственной логики, при которой процессы и явления окружающей действительности воспринимались бы не только как данность, но и поддавались бы управлению со стороны личности» (Бейлина, Двойникова 2019, 6–7). В отечественных исследованиях поколения Z также «рассматриваются когнитивные способности, влияющие на отношение к совершению ими ошибок при выполнении функциональных обязанностей (клиповое мышление, дефицит внимания)...» (Полянок, Абрамов, Акулов, Железникова 2019, 389).

Приобщение к социальным сетям начинается со школьного возраста. По данным ВЦИОМ, значительное число подростков проводят в социальных сетях и видеоиграх 7 и более часов в день, затраты времени непосредственно на социальные сети составляют до 4–5 часов в день, 89% опрошенных школьников пользуются социальными сетями почти каждый день (Подросток в социальной сети... 2019). По данным 2020 г., «в настоящее время чаще всего представители поколения Z используют социальные сети «ВКонтакте» (60,07%). У 80% респондентов более 100 друзей и подписчиков в социальных сетях» (Лапидус, Гостилович, Омарова 2020, 288). Такие социальные сети, как «ВКонтакте», в России ежемесячно посещает более 38 млн. активных пользователей, «Одноклассники» — 23,4 млн. Сайт «ВКонтакте» наиболее популярен у аудитории 16–24 лет. Средний пользователь проводит в интернете 183 минуты в день (Аудитория социальных сетей... 2021).

### Теоретический обзор современного состояния проблемы

Зависимость от социальных сетей как одна из самых массовых немедицинских зависимостей потребовала большого количества исследований этого феномена. В результате изучения личностных свойств и психических состояний у страдающих зависимостью от социальных сетей выявлено немало неблагоприятных последствий этой зависимости, негативно влияющих на психологическое благополучие ее жертв.

В эмпирическом исследовании на русскоязычных выборках показано, что «зависимость от социальных сетей положительно коррелирует с тревожностью, депрессией, одиночеством, экстраверсией и отрицательно связана с самооценкой, удовлетворенностью жизнью и возрастом. Зависимость от социальных сетей среди женщин статистически высокозначимо превосходит подобную зависимость среди мужчин» (Шейнов, Девыцын 2021а, 41). При этом «обнаружены положительные связи зависимости от социальных сетей с депрессией, тревожностью, стрессом, нейротизмом, эмоциональными проблемами, низкой самооценкой, кибервиктимизацией, проблемами физического здоровья, психическими расстройствами, одиночеством, прокрастинацией, зависимостью от смартфонов и интернета, а также с неверностью в отношениях. Выявлены отрицательные связи зависимости от социальных сетей с удовлетворенностью жизнью, успеваемостью школьников и студентов, производительностью труда и приверженностью организации ее работников, социальным капиталом, возрастом. Основной причиной зависимости от социальных сетей является потребность в общении, и женщины в целом активнее мужчин участвуют в социальных сетях» (Шейнов 2021а, 607).

Установленные в цитируемом выше исследовании отрицательные связи зависимости от социальных сетей с успеваемостью студентов и положительная — с их прокрастинацией, депрессией, тревожностью, стрессом, эмоциональными проблемами, низкой самооценкой показывают, что *проблема зависимости от социальных сетей весьма актуальна для студентов*. Это подтверждают и результаты еще одного исследования, свидетельствующие о том, что количество времени, которое студент проводит в социальных сетях, отрицательно коррелирует с его успеваемостью (Al-Menaeyes 2015).

В число неблагоприятных последствий зависимости от социальных сетей входят (кроме представленных выше) такие показатели психологического неблагополучия, как импульсивность и нарциссизм.

*Импульсивность* — это черта личности, противоположная волевым качествам целеустремленности и настойчивости. Высокий уровень импульсивности характеризует человека с недостаточным самоконтролем в общении и деятельности. Согласно результатам исследований, импульсивность положительно связана с использованием социальных сетей, причем импульсивность прямо предсказывает исполь-

зование социальных сетей (Savci, Aysan 2016). Однако в одном недавнем исследовании импульсивность оказалась не связанной с зависимостью от социальных сетей (Chung, Morshidi, Yoong, Thian 2019).

Выявлено также наличие взаимосвязи между зависимостью от социальных сетей и *нарциссизмом* (Choi 2018). Показано, что нарциссизм связан с более высокими показателями зависимости от социальных сетей (Andreassen, Pallesen, Griffith 2017). Систематический обзор 14 эмпирических исследований по теме взаимосвязи между нарциссизмом и зависимостью от социальных сетей показал наличие статистически значимых положительных корреляций в пределах  $0,13 < r < 0,32$  (Casale, Banchi 2020). В исследовании М. Шин с соавторами по результатам опроса 513 студентов колледжа построена модель зависимости от социальных сетей, включающая в себя скрытый нарциссизм (Shin, Lee, Chuong et al. 2016). В лонгитюдном исследовании показано, что нарциссические подростки, ищущие внимания в социальных сетях в качестве способа оправиться от социального отторжения, могут иметь неприятные последствия этой зависимости, негативно влияющие на их психологическое благополучие (Hawk, van den Eijnden, van Lissa, ter Bogt 2019).

К неблагоприятным последствиям зависимости от социальных сетей относится также такой показатель психологического неблагополучия, как слабая *ассертивность* (а тем более — ее отсутствие) у жертв этой зависимости. Ассертивное поведение представляет собой «наиболее конструктивный способ межличностного взаимодействия, являющийся альтернативой деструктивным способам — манипуляции и агрессии. Основные, принципиальные положения понятий „ассертивность“ и „ассертивное поведение“ представлены в следующем определении. „Ассертивность — это способность человека уверенно и с достоинством отстаивать свои права, не попирая при этом прав других. Ассертивным называется прямое, открытое поведение, не имеющее целью причинить вред другим людям”» (Шейнов 2015, 35). Установлено, что «зависимость от социальных сетей отрицательно коррелирует с ассертивностью ( $r = -0,148, p < 0,05$ )» (구혜자, 이외선, 홍민주 — Gu, Lee, Hong 2016, 180). Результаты еще одного исследования также показывают, что существует слабая отрицательная связь между ассертивным поведением и зависимостью от социальных сетей (Khairunnisa, Putri 2019).

Отмеченная выше связь зависимости от социальных сетей с кибервиктимизацией (Шейнов

2021a, 607) ставит вопрос о возможной связи зависимости от социальных сетей с *незащищенностью от манипуляций*.

В исследовании, проведенном в 2014 г., было доказано, что чем больше времени молодые люди проводили в социальной сети, тем хуже было их *настроение* и отношение к своей жизни. Результаты подтверждают отрицательную связь между симптомами зависимости от социальных сетей и психологическим благополучием (а также потенциальную подверженность риску *плохого настроения (легкой депрессии)*) (Turel, Poppa, Gil-Or 2018).

Исследования показывают, что *курение, которое демонстрируют пользователи социальных сетей*, является важным фактором, приводящим к тому, что другие пользователи соцсетей начинают курить в более раннем возрасте (Unger, Chen 1999).

Установлено, что проявления зависимости от социальных сетей у женщин и мужчин отличаются (Шейнов, Девицын 2021a; 2021b).

*Цель* данного исследования — выявить у студентов обоего пола предполагаемые связи зависимости от социальных сетей с признаками психологического неблагополучия: импульсивностью, нарциссизмом, незащищенностью от манипуляций, низкой ассертивностью, плохим настроением, зависимостью от смартфона и ее факторами, тягой к курению.

## Организация и методы исследования

*Зависимость от социальных сетей* измерялась опросником ЗСС-15, надежность и валидность которого доказана в статье «Разработка надежного и валидного опросника зависимости от социальных сетей» (Шейнов, Девицын 2021a). Психометрические характеристики опросника ЗСС-15: стандартизованная Альфа Кронбаха для матрицы ответов 514 испытуемых на 15 заданий опросника оказалась равной 0,858, что свидетельствует о хорошей внутренней согласованности опросника. Ретестовая надежность проверена повторным тестированием с интервалом в один месяц: корреляция между первым и вторым тестом  $r = 0,811, p \leq 0,001$  (Шейнов, Девицын 2021a). *Зависимость от смартфона* диагностировалась короткой версией САС-16 опросника «Шкала зависимости от смартфона» (Шейнов 2021b), надежность и валидность которого доказаны в указанной статье. Психометрические характеристики опросника САС-16: стандартизованная Альфа Кронбаха для матрицы ответов 447 женщин на 16 заданий опросника равна 0,749, для 243 мужчин — 0,746, что

свидетельствует о хорошей внутренней согласованности САС-16 для женщин и мужчин; удаление любого задания приводит к ухудшению внутренней согласованности опросника. Его ретестовая надежность проверена повторным тестированием с интервалом в один месяц: корреляция между первым и вторым тестом равна 0,855 ( $p \leq 0,001$ ) (Шейнов 2021b).

*Ассертивность* диагностировалась опросником А26, удовлетворяющим требованиям надежности и валидности (Шейнов 2014). Психометрические характеристики А26: стандартизованная Альфа Кронбаха для матрицы ответов на 26 заданий опросника равна 0,911 ( $p \leq 0,001$ ), ретестовая надежность с интервалом в один месяц  $r = 0,832$ ,  $p \leq 0,001$  (Шейнов 2014).

*Незащищенность от манипуляций* измерялась опросником НЗМ «Оценка степени незащищенности индивида от манипулятивных воздействий». Психометрические характеристики опросника НЗМ: стандартизованная Альфа Кронбаха для матрицы ответов на 20 заданий опросника равна 0,772 ( $p \leq 0,001$ ), корреляция между первым и вторым тестом при тестировании четырех групп с интервалом в 4–8 недель находится в пределах  $0,771 \leq r \leq 0,923$  ( $p \leq 0,001$ ) (Шейнов 2012).

*Импульсивность* оценивались с помощью «Методики диагностики потенциала коммуникативной импульсивности», предложенной В. А. Лосенковым (Лосенков 2013).

Оценка уровня *нарциссизма* осуществлялась опросником Е. Кот (Кот 2021).

Кроме того, в исследование включены вопросы, отражающие доминирующее *настроение* испытуемых («плохое», «скорее плохое», «скорее хорошее», «хорошее») и возможную тягу к *курению* («отсутствует», «слабая», «средняя», «сильная»).

В настоящем исследовании используется факторная модель зависимости от социальных сетей (показатель надежности модели — 0,828,  $p < 0,001$ ), включающая три фактора: «Психологическое состояние», «Коммуникация», «Получение информации», которые являются *подшкалами опросника* зависимости от социальных сетей (Шейнов, Девицын 2021b).

В данном исследовании также использована статистически состоятельная трехфакторная модель зависимости от смартфона, включающая факторы: «Потеря контроля» над собой, «Страх отказа» использовать смартфон, «Эйфория» от пользования смартфоном (Шейнов, Девицын 2021c). Эти факторы представляют собой *подшкалы опросника* зависимости от смартфона.

### Участники исследования и сбор данных.

В исследовании приняли участие студенты, анонимно ответившие на вопросы в процессе тестирования в студенческих группах на 1–3 курсах специальностей технического («Промышленное и гражданское строительство», «Автомобильные дороги») и экономического («Финансы и кредит», «Электронный маркетинг», «Транспортная логистика», «Экономика и управление на предприятии») профилей. Всего использованы данные ответов 227 испытуемых в возрасте от 17 лет до 21 года, в том числе 124 юношей ( $M = 18,03$  лет,  $SD = 1,161$ ) и 103 девушек ( $M = 18,3$ ,  $SD = 1,128$ ).

*Статистический анализ* осуществлялся с помощью пакета SPSS-22. Принят уровень значимости  $p = 0,05$ .

## Результаты и их обсуждение

Проверка соответствия выборок нормальному распределению, проведенная с помощью одновыборочного критерия Колмогорова — Смирнова, показала, что часть выборок, представляющих изучаемые качества, распределены нормально (ассертивность, зависимость от смартфона, незащищенность от манипуляций), но распределение других отлично от нормального (зависимость от социальных сетей, импульсивность, нарциссизм, возраст, настроение, курение, все факторы зависимостей от смартфона и социальных сетей). Поэтому для определения возможных связей между зависимостью от социальных сетей и свойствами личности вычисляем корреляции между ними по параметрическому критерию Пирсона и непараметрическому ранговому критерию Кендалла, выбирая для вывода в каждом случае ту из корреляций, для которой соблюдены (или не соблюдены) условия нормальности распределения выборок в каждой исследуемой паре переменных.

В таблице 1 представлены результаты вычисления соответствующих корреляций в объединенной выборке девушек и юношей, в выборке девушек и выборке юношей.

Таблица 1 свидетельствует о том, что в общей выборке юношей и девушек корреляции Пирсона и Кендалла показывают одни и те же связи, отличаясь лишь количественно.

Представленные в таблице 1 результаты в объединенной выборке девушек и юношей свидетельствуют о наличии статистически значимых связей зависимости от социальных сетей: отрицательных — с ассертивностью, положительных — с импульсивностью, курением, зависимостью от смартфона и всеми ее

Табл. 1. Корреляции зависимости от социальных сетей с характеристиками участников исследования (юноши и девушки, n = 227)

Корреляции	Пирсона	Значимость (2-сторонняя)	Кенделла	Значимость (2-сторонняя)
Возраст	– ,043	0,515	– ,008	0,871
Настроение	– ,121	0,069	– ,090	0,092
Курение	,222**	0,001	,121*	0,022
Незащищенность от манипуляций	0,004	0,949	0,02	0,669
Импульсивность	,376**	0	,267**	0
Потеря контроля	,580**	0	,414**	0
Страх отказа	,541**	0	,383**	0
Эйфория	,634**	0	,459**	0
Зависимость от смартфона	,717**	0	,517**	0
Психологическое состояние	,924**	0	,782**	0
Коммуникация	,828**	0	,655**	0
Информация	,738**	0	,597**	0
Ассертивность	– ,124*	0,048	– ,121**	0,009
Нарциссизм	0,096	0,149	– ,005	0,918

Примечание (обозначения в таблицах 1–4): «Потеря контроля», «Страх отказа» и «Эйфория» — факторы зависимости от смартфона; «Психологическое состояние», «Коммуникация» и «Информация» — факторы зависимости от социальных сетей (ЗСС-15), «Курение» — тяга к курению; \*\* — корреляция (2-сторонняя) значима на уровне 0,01; \* — корреляция значима на уровне 0,05 (2-сторонняя); выделены статистически значимые корреляции.

Table 1. Correlations of social network addiction with personality characteristics (males and females, n = 227)

Correlations	Pearson's	Two-sided significance	Kendall's	Two-sided significance
Age	– .043	.515	– .008	.871
Mood	– .121	.069	– .090	.092
Smoking	.222**	.001	.121*	.022
Vulnerability to manipulation	.004	.949	.020	.669
Impulsiveness	.376**	.000	.267**	.000
Loss of control	.580**	.000	.414**	.000
Fear of rejection	.541**	.000	.383**	.000
Euphoria	.634**	.000	.459**	.000
Smartphone Addiction	.717**	.000	.517**	.000
Psychological condition	.924**	.000	.782**	.000
Communication	.828**	.000	.655**	.000
Information	.738**	.000	.597**	.000
Assertiveness	– .124*	.048	– .121**	.009
Narcissism	.096	.149	– .005	.918

Note (applies to tables 1–4): “Loss of control”, “Fear of rejection”, “Euphoria” are factors of smartphone addiction; “Psychol. condition”, “Communication”, “Information” are factors of social network addiction (ZSS-15); “Smoking”—craving for smoking; \*\*—correlation (2-sided) is significant at the level of 0.01; \*—correlation is significant at the level of 0.05 (2-sided); statistically significant correlations are highlighted.

факторами («Потеря контроля», «Страх отказа» и «Эйфория пользователя»). Установленная отрицательная корреляция зависимости от социальных сетей с асертивностью подтверждает в русскоязычном социуме выявленную ранее за рубежом аналогичную связь (구혜자, 이외선, 홍민주 — Gu, Lee, Hong 2016).

Положительная связь зависимости от социальных сетей с импульсивностью соотносится с тем, что импульсивность «прямо, положительно и достоверно предсказывает использование социальных сетей» (Savci, Aysan 2016). Отсутствие связи зависимости от социальных сетей с нарциссизмом отличается от установленного в зарубежных исследованиях (Andreasen, Pallesen, Griffiths 2017; Casale, Banchi 2020; Choi 2018; Hawk, van den Eijnden, van Lissa, ter Bogt 2019; Shin, Lee, Chyung et al. 2016) результата о положительной связи между ними. Не подтвердилось на общей выборке юношей и девушек предположение о возможной связи зависимости от социальных сетей с незащищенностью от манипуляций.

Таблица 1 показывает самую сильную связь фактора «Психологическое состояние» с зависимостью от социальных сетей, что подтверждает ранее сделанный вывод (Шейнов, Девицын 2021с) о главенствующей роли этого фактора в зависимости от социальных сетей. Полученная положительная связь зависимости от социальных сетей с зависимостью от смартфонов ана-

логична полученному ранее зарубежному результату (Jeong, Kim, Yum, Hwang 2016).

Более подробную информацию о связях между зависимостью от социальных сетей и зависимостью от смартфона, а также между их факторами, дает таблица 2. В ней представлены связи каждой из этих зависимостей как с собственными факторами, так и с факторами другой зависимости: в столбцах ЗСС-15 и САС-16 — корреляции этих переменных с формирующими их факторами, в остальных — корреляции факторов этих зависимостей друг с другом.

Таблица 2 показывает, что не только между зависимостью от социальных сетей и зависимостью от смартфона, но и между всеми формирующими их факторами имеются положительные и достаточно сильные связи. Это свидетельствует о том, что (несмотря на различия в формирующих факторах) эти зависимости связаны между собой на уровне формирующих их факторов, влияние которых распространяется и на другую зависимость. То есть связи между изучаемыми зависимостями весьма глубоки.

Выявленные связи зависимости от социальных сетей и их факторов со всеми факторами зависимости от смартфона являются новыми как для отечественных, так и зарубежных исследований.

При объединении выборок девушек и юношей в единую выборку может случиться так,

Табл. 2. Корреляции Кендалла между зависимостями от социальных сетей и от смартфона и их факторами

Опросники и их факторы	ЗСС-15	Потеря контроля	Страх отказа	Эйфория	САС-16
САС-16	,517**	,718**	,592**	,615**	1,000
Психологическое состояние	,782**	,414**	,416**	,490**	,538**
Коммуникация	,655**	,347**	,287**	,333**	,398**
Информация	,597**	,271**	,228**	,363**	,321**
ЗСС-15	1,000	,414**	,383**	,459**	,517**

Table 2. Kendall's correlations between social network and smartphone addictions and their factors

Questionnaires and their factors	ZSS-15	Loss of control	Fear of rejection	Euphoria	SAS-16
SAS-16	.517**	.718**	.592**	.615**	1.000
Psychological condition	.782**	.414**	.416**	.490**	.538**
Communication	.655**	.347**	.287**	.333**	.398**
Information	.597**	.271**	.228**	.363**	.321**
ZSS-15	1.000	.414**	.383**	.459**	.517**

что связи, имеющие место в выборках, «растворятся» в общей выборке (например, если они разнонаправлены в них). Поэтому вычислим корреляции отдельно для выборок девушек и юношей.

Таблица 3 показывает наличие статистически значимых связей зависимости юношей от социальных сетей: отрицательных с асертивностью и настроением, положительных — с импульсивностью, зависимостью от смартфона и всеми ее

Табл. 3. Корреляции зависимости от социальных сетей с характеристиками респондентов (юноши, n = 124)

Корреляции	Пирсона	Значимость (2-сторонняя)	Кенделла	Значимость (2-сторонняя)
Возраст	– ,082	0,368	– ,045	0,516
Настроение	– ,278**	0,002	– ,190**	0,009
Курение	0,173	0,055	0,088	0,214
Незащищенность от манипуляций	– 068	0,452	– ,038	0,552
Импульсивность	,506**	0	,348**	0
Потеря контроля	,567**	0	,428**	0
Страх отказа	,502**	0	,420**	0
Эйфория	,665**	0	,524**	0
Зависимость от смартфона	,702**	0	,544**	0
Психологическое состояние	,926**	0	,800**	0
Коммуникация	,809**	0	,623**	0
Информация	,721**	0	,612**	0
Асертивность	– ,306**	0,001	– ,226**	0
Нарциссизм	– ,092	0,31	– ,124	0,05

Table 3. Correlations of social network addiction with personality characteristics (males, n = 124)

Correlations	Pearson's	Two-sided significance	Kendall's	Two-sided significance
Age	– .082	.368	– .045	.516
Mood	– .278**	.002	– .190**	.009
Smoking	.173	.055	.088	.214
Vulnerability to manipulation	– 068	.452	– .038	.552
Impulsiveness	.506**	.000	.348**	.000
Loss of control	.567**	.000	.428**	.000
Fear of rejection	.502**	.000	.420**	.000
Euphoria	.665**	.000	.524**	.000
Smartphone addiction	.702**	.000	.544**	.000
Psychological condition	.926**	.000	.800**	.000
Communication	.809**	.000	.623**	.000
Information	.721**	.000	.612**	.000
Assertiveness	– .306**	.001	– .226**	.000
Narcissism	– .092	.310	– .124	.050

факторами («Потеря контроля», «Страх отказа» и «Эйфория пользователя»).

Наиболее сильная связь зависимости юношей от социальных сетей обнаружена для фактора «Психологическое состояние». Кроме того, для выборки юношей имеют место связи между зависимостью от социальных сетей и зависимостью от смартфона и между их факторами, аналогичные представленным в таблице 2. Это свидетельствует о том, что связи между изучаемыми зависимостями на уровне факторов также силь-

ны и для юношей. Имевшееся предположение о возможной связи зависимости от социальных сетей с незащищенностью от манипуляций не нашло для юношей своего подтверждения. Выявленные в данном исследовании положительные связи зависимости юношей от социальных сетей со всеми факторами зависимости от смартфона являются новыми.

Представленные в таблице 4 результаты показывают наличие статистически значимых связей зависимости девушек от социальных

Табл. 4. Корреляции зависимости от социальных сетей с характеристиками респондентов (девушки, n = 103)

Корреляции	Пирсона	Значимость (2-сторонняя)	Кенделла	Значимость (2-сторонняя)
Возраст	– ,041	0,679	0,009	0,901
Настроение	0,071	0,475	0,054	0,494
Курение	,345**	0	,220**	0,006
Незащищенность от манипуляций	0,181	0,067	,175*	0,012
Импульсивность	,196*	0,048	,121*	0,049
Потеря контроля	,585**	0	,403**	0
Страх отказа	,561**	0	,311**	0
Эйфория	,587**	0	,366**	0
Зависимость от смартфона	,732**	0	,473**	0
Психологическое состояние	,919**	0	,744**	0
Коммуникация	,838**	0	,677**	0
Информация	,745**	0	,578**	0
Ассертивность	0,081	0,416	0,002	0,975
Нарциссизм	,315**	0,001	,152*	0,03

Table 4. Correlations of social network addiction with personality characteristics (females, n = 103)

Correlations	Pearson's	Two-sided significance	Kendall's	Two-sided significance
Age	– .041	.679	.009	.901
Mood	.071	.475	.054	.494
Smoking	.345**	.000	.220**	.006
Vulnerability to manipulation	.181	.067	.175*	.012
Impulsiveness	.196*	.048	.121*	.049
Loss of control	.585**	.000	.403**	.000
Fear of rejection	.561**	.000	.311**	.000
Euphoria	.587**	.000	.366**	.000
Smartphone addiction	.732**	.000	.473**	.000
Psychological condition	.919**	.000	.744**	.000
Communication	.838**	.000	.677**	.000
Information	.745**	.000	.578**	.000
Assertiveness	.081	.416	.002	.975
Narcissism	.315**	.001	.152*	.030

сетей: положительных — с импульсивностью, нарциссизмом, незащищенностью от манипуляций, курением, зависимостью от смартфона и всеми ее факторами («Потеря контроля», «Страх отказа» и «Эйфория пользователя»).

Выявленная рядом зарубежных исследователей положительная связь зависимости от социальных сетей с нарциссизмом подтвердилась только для девушек. При этом величина корреляции ( $r = 0,152, p < 0,030$ ) попадает в интервал  $0,13 < r < 0,32$ , который был определен в систематическом обзоре 14 эмпирических исследований по теме взаимосвязи между нарциссизмом и зависимостью от социальных сетей (Casale, Banchi 2020).

Наиболее сильная взаимосвязь зависимости девушек от социальных сетей обнаружена для фактора «Психологическое состояние». Поми-

мо этого, в выборке девушек имеют место связи между зависимостью от социальных сетей и зависимостью от смартфона и между их факторами, аналогичные представленным в таблице 2. Это свидетельствует о том, что связи между изучаемыми зависимостями на уровне факторов также сильны и в выборке девушек. Показанные таблицей 4 связи зависимости девушек от социальных сетей с курением и со всеми факторами зависимости от смартфона являются новыми как для отечественных, так и для зарубежных исследований.

Полученные с помощью t-критерия для равенства средних значений данные свидетельствуют о том, что зависимость студенток от социальных сетей статистически значимо ( $p \leq 0,23$ ) выше аналогичной зависимости студентов-юношей (см. табл. 5).

Табл. 5. Сравнение средних значений зависимости от социальных сетей юношей и девушек

Статистика группы				
Пол	N	Среднее значение	Стандартное отклонение	Среднекв. ошибка среднего
Девушки	103	30,8058	9,05870	,89258
Юноши	124	28,1613	8,12343	,72951

Table 5. Comparison of average values of social network addiction of males and females

Group Statistics				
Gender	N	Average	Standard deviation	RMS mean error
Females	103	30.8058	9.05870	.89258
Males	124	28.1613	8.12343	.72951

Установленная положительная связь зависимости юношей и девушек от социальных сетей с импульсивностью соотносится с тем, что импульсивность предсказывает использование социальных сетей (Savci, Aysan 2016), а положительная корреляция у девушек с нарциссизмом — с аналогичной связью для обоего пола, полученной в зарубежных исследованиях (Andreassen, Pallesen, Griffiths 2017; Casale, Banchi 2020; Choi 2018; Hawk, van den Eijnden, van Lissa, ter Bogt 2019; Shin, Lee, Chyung et al. 2016).

Положительная связь зависимости от социальных сетей с зависимостью от смартфона подтверждает для студентов ранее установленный (Шейнов 2021а, 607) факт и свидетельствует о том, что студенты для выхода в социальные сети чаще используют смартфон. При этом использование смартфона сопровождается, прежде всего, переживанием эмоциональной эйфории (это более характерно для юношей).

Установленная отрицательная корреляция зависимости от социальных сетей с ассертивностью подтверждает, но только для студентов-юношей, выявленную ранее за рубежом аналогичную связь (Khairunnisa, Putri, 2019; 구혜자, 이외선, 홍민주 — Gu, Lee, Hong 2016). Ассертивные юноши испытывают меньшую зависимость от социальных сетей, что может интерпретироваться следующим образом: уверенность в своих силах способствует установлению позитивных межличностных отношений в непосредственном общении. Ассертивные люди не бегут в мир замещающего виртуального общения. Отсутствие описанной связи у девушек показывает, что любая коммуникация для женского пола существенно более важна, чем для мужчин.

Общение в социальных сетях дает лишь сиюминутное удовлетворение. Так, чем более выражена зависимость от социальных сетей, тем

хуже общее доминирующее *настроение* у юношей. Это соответствует полученным за рубежом результатам (Turel, Porra, Gil-Or 2018) и служит показателем того, что виртуальное общение не может принести глубокого личностного удовлетворения и своего терапевтического эффекта, в отличие от непосредственного близкого общения с родителями, друзьями, любимым человеком. В виртуальном общении индивид, по сути, остается одиноким.

Этим же объясняются положительные связи зависимости девушек от социальных сетей с *тягой к курению*, ранее установленной за рубежом (Unger, Chen 1999), а также с *незащищенностью от манипуляций*. Эти два обстоятельства — признаки психологического неблагополучия; их проявление только у девушек соответствует большей, чем у юношей, зависимости девушек от социальных сетей.

Чем больше выражена зависимость от социальных сетей у девушек, тем больше им присуще такое личностное свойство, как *нарциссизм*: девушки «упиваются собой» в социальных сетях. Они, в частности, склонны давать о себе информацию, выкладывать свои привлекательные фотографии и в целом приукрашивать в социальных сетях свою жизнь.

## Выводы

Установлено наличие статистически значимых связей зависимости юношей и девушек от социальных сетей с различными признаками психологического неблагополучия. Так, положительные связи зафиксированы с импульсивностью, зависимостью от смартфона и всеми ее факторами («Потеря контроля», «Страх отказа» и «Эйфория пользователя»). Кроме того, у юношей имеют место отрицательные связи с ассертивностью и настроением, у девушек — положительные связи с нарциссизмом, незащищенностью от манипуляций и тягой к курению. Показанная зарубежными публикациями положительная связь зависимости от социальных сетей с импульсивностью и зависимостью от смартфона нашла полное подтверждение для студентов обоего пола, а связь с нарциссизмом — только у девушек.

Результаты исследования свидетельствуют о том, что не только зависимость от социальных сетей и зависимость от смартфона, но и все формирующие их факторы имеют между собой положительные и достаточно сильные связи. Это свидетельствует о том, что связи между изучаемыми зависимостями весьма глубоки.

Полученные в исследовании данные позволяют рекомендовать кураторам учебных групп, психологам и социальным педагогам: 1) диагностировать степень зависимости от социальных сетей студентов с помощью использованного в данном исследовании надежного и валидного опросника зависимости от социальных сетей; 2) по результатам проведенной диагностики проводить корректирующие мероприятия, направленные на профилактику психологического неблагополучия, с нуждающимися в этом студентами.

## Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии потенциального или явного конфликта интересов.

## Conflict of Interest

The authors declare that there is no conflict of interest, either existing or potential.

## Соответствие принципам этики

Авторы сообщают, что при проведении исследования соблюдены этические принципы, предусмотренные для исследований с участием людей и животных.

## Ethics Approval

The authors report that the study complied with the ethical principles for research involving humans and animals.

## Вклад авторов

Постановка задач исследования, формулирование рабочих гипотез, подготовка методического инструментария, обработка данных, их интерпретация, написание текста статьи были проведены В. П. Шейновым. Сбор первичной информации и оформление статьи согласно требованиям журнала осуществлены А. И. Тарелкиным.

## Author Contributions

V. P. Sheinov—formulation of research objectives, formulation of working hypotheses, preparation of methodological tools, data processing, data interpretation, and preparation of the initial draft; A. I. Tarelkin—collection of primary information and preparation of the article in accordance with the requirements of the journal.

## Благодарности

Авторы выражают благодарность за содействие в сборе данных начальнику отдела по воспитательной работе с молодежью Белорусско-Российского университета Протасовой Татьяне Викторовне и проректору по воспитательной работе Белорусско-Российского университета Казанскому Андрею Владимировичу.

## Acknowledgements

The authors are grateful to Tatyana Viktorovna Protasova, Head of Department for Educational Work with Youth (the Belarusian-Russian University), and Andrey Vladimirovich Kazansky, Vice-Rector for Educational Work (the Belarusian-Russian University), for their assistance in collecting data.

## Литература

- Аудитория социальных сетей в России 2019. (2021) *Popsters*. [Электронный ресурс]. URL: <https://popsters.ru/blog/post/auditoriya-socsetey-v-rossii> (дата обращения 12.01.2022).
- Бабаева, Ю. Д., Войскунский, А. Е., Смыслова, О. В. (2000) *Интернет: воздействие на личность*. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.relarn.ru/human/pers.html> (дата обращения 12.12.2021).
- Бейлина, Н. С., Двойникова, Е. Ю. (2019) Особенности социально-психологической адаптации поколения девяностых годов («Z-поколение»). *Мир науки. Педагогика и психология*, т. 7, № 3. [Электронный ресурс]. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/66PSMN319.pdf> (дата обращения 12.12.2021).
- Войскунский, А. Е. (2014) Социальная перцепция в социальных сетях. *Вестник Московского университета. Серия 14: Психология*, № 2, с. 90–104.
- Годик, Ю. О. (2011) Угрозы и риски безопасности детской и подростковой аудитории новых медиа. *Медиаскоп*, № 2. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.mediascope.ru/node/841> (дата обращения 12.01.2022).
- Гроголева, О. Ю., Дронова, А. А. (2016) Типология личности подростков, склонных к общению в социальных сетях. В кн.: А. И. Дементий, А. Ю. Маленова (ред.). *Активность и ответственность личности в контексте жизнедеятельности. Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 300-летию г. Омска 6–7 октября 2016 г.* Омск: Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского, с. 93–95.
- Гулевич, О. А. (2007) *Психология коммуникации*. М.: Московский психолого-социальный институт, 384 с.
- Дрепа, М. И. (2010) *Психологическая профилактика интернет-зависимости у студентов. Автореферат диссертации на соискание степени кандидата психологических наук*. Пятигорск, Пятигорский государственный лингвистический университет, 22 с.
- Кондратьева, Л. Э., Довейко, А. Б. (2021) Интернет-коммуникация «поколения Z» как базовая часть коммуникации молодого поколения в современном обществе. В кн.: Р. Е. Маркин (ред.). *XI Рязанские социологические чтения: развитие территории в условиях современных вызовов. Материалы Национальной научно-практической конференции 14–15 октября 2021 г.* М.: Ипполитова, с. 305–313.
- Кот, Е. (2021) Тест «Нарцисс ли Вы?» [Электронный ресурс]. URL: <https://testyonline.ru/persona/nartsiss-li-vy/> (дата обращения 14.12.2021).
- Кучерихин, В. В. (2017) Поколение Z — поколение «прямого эфира» и «историй». В кн.: Е. В. Целикова (ред.). *Череповецкие научные чтения–2017. Материалы Всероссийской научно-практической конференции 21–22 ноября 2017 г. Ч. 1*. Череповец: ЧГУ, с. 70–72.
- Лапидус, Л. В., Гостилович, А. О., Омарова, Ш. А. (2020) Особенности проникновения цифровых технологий в жизнь поколения Z: ценности, поведенческие паттерны и потребительские привычки интернет-поколения. *Государственное управление. Электронный вестник*, № 83, с. 271–293. <https://doi.org/10.24411/2070-1381-2020-10119>
- Лосенков, В. А. (2013) Импульсивность. В кн.: *Саморегуляция и прогнозирование социального поведения личности: Диспозиционная концепция*. 2-е изд. М.: ЦСПиМ, с. 286–289.
- Милова, Е. А. (2012) Влияние социальных сетей на психологию личности. *Интерэкспо Гео-Сибирь*, т. 1, № 6, с. 81–83.
- Подросток в социальной сети: норма жизни — или сигнал об опасности? (2019) *ВЦИОМ Новости*, 6 марта 2019. [Электронный ресурс]. URL: <https://wciom.ru/index.php?id=236&uid=9587> (дата обращения 20.06.2019).
- Поколение Z — самое правильное поколение? (2017) *Аккредитация в образовании*, № 8 (100), с. 80–84.
- Полянок, О. В., Абрамов, С. М., Акулов, С. А., Железникова, А. В. (2019) Поколение Z: фиджитал-поколение сотрудников. *Евразийский юридический журнал*, № 7 (134), с. 389–393.
- Розанов, В. А., Рахимкулова, А. С. (2017) Социальные сети и их влияние на психологическое благополучие личности. В кн.: В. А. Розанов (ред.). *Психологическое благополучие и психосоциальный стресс*. Одесса: Феникс, с. 185–206.
- Сапа, А. В. (2014) Поколение Z — поколение эпохи ФГОС. *Инновационные проекты и программы в образовании*, № 2, с. 24–30.

- Серый, А. В., Паршинцева, А. С. (2016) К проблеме формирования зависимости от социальных сетей у школьников подросткового возраста. *Проблемы педагогики*, № 9 (20), с. 12–15.
- Солдатова, Г. У., Теславская, О. И. (2018) Особенности межличностных отношений российских подростков в социальных сетях. *Национальный психологический журнал*, № 3 (31), с. 12–22. <https://doi.org/10.11621/nprj.2018.0302>
- Шейнов, В. П. (2012) Разработка опросника для оценки степени незащищенности индивида от манипулятивных воздействий. *Вопросы психологии*, № 4, с. 147–153.
- Шейнов, В. П. (2014) Разработка теста ассертивности, удовлетворяющего требованиям надежности и валидности. *Вопросы психологии*, № 2, с. 107–116.
- Шейнов, В. П. (2015) Детерминанты ассертивного поведения. *Психологический журнал*, т. 36, № 3, с. 28–37.
- Шейнов, В. П. (2021a) Зависимость от социальных сетей и характеристики личности: обзор исследований. *Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика*, т. 18, № 3, с. 607–630. <https://doi.org/10.22363/2313-1683-2021-18-3-607-630>
- Шейнов, В. П. (2021b) Короткая версия опросника «Шкала зависимости от смартфона». *Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда*, т. 6, № 1, с. 97–115. <https://doi.org/10.38098/ipran.opwp.2021.18.1.005>
- Шейнов, В. П., Девицын, А. С. (2021a) Разработка надежного и валидного опросника зависимости от социальных сетей. *Системная психология и социология*, № 2 (38), с. 41–55. <https://doi.org/10.25688/2223-6872.2021.38.2.04>
- Шейнов, В. П., Девицын, А. С. (2021b) Трехфакторная модель зависимости от социальных сетей. *Российский психологический журнал*, т. 18, № 3, с. 145–158. <https://doi.org/10.21702/rpj.2021.3.10>
- Шейнов, В. П., Девицын, А. С. (2021c) Факторная структура модели зависимости от смартфона. *Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология*, т. 6, № 3 (23), с. 174–197. <https://doi.org/10.38098/ipran.sep.2021.23.3.07>
- Al-Menayes, J. J. (2015) Social media use, engagement and addiction as predictors of academic performance. *International Journal of Psychological Studies*, vol. 7, no. 4, pp. 86–94. <https://doi.org/10.5539/ijps.v7n4p86>
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., Griffiths, M. D. (2017) The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, no. 64, pp. 287–293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>
- Casale, S., Banchi, V. (2020) Narcissism and problematic social media use: A systematic literature review. *Addictive Behaviors Reports*, vol. 11, article 100252. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100252>
- Choi, Y. (2018) Narcissism and social media addiction in workplace. *The Journal of Asian Finance, Economics and Business*, vol. 5, no. 2, pp. 95–104. <https://doi.org/10.13106/JAFEB.2018.VOL5.NO2.95>
- Chung, K. L., Morshidi, I., Yoong, L. C., Thian, K. N. (2019) The role of the dark tetrad and impulsivity in social media addiction: Findings from Malaysia. *Personality and Individual Differences*, vol. 143, pp. 62–67. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.02.016>
- Hawk, S. T., van den Eijnden, R. J. J. M., van Lissa, C. J., ter Bogt, T. F. M. (2019) Narcissistic adolescents' attention-seeking following social rejection: Links with social media disclosure, problematic social media use, and smartphone stress. *Computers in Human Behavior*, vol. 92, pp. 65–75. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.10.032>
- Jeong, S.-H., Kim, H. J., Yum, J.-Y., Hwang, Y. (2016) What type of content are smartphone users addicted to?: SNS vs. games. *Computers in Human Behavior*, vol. 54, pp. 10–17. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.035>
- Kashif, M., Aziz-Ur-Rehman, Javed, M. K. (2020) Social media addiction due to coronavirus. *International Journal of Medical Science in Clinical Research and Review*, vol. 3, no. 4, pp. 331–336.
- Khairunnisa, H., Putri, A. A. H. (2019) Relationship of assertive behaviors and social media addiction among adolescents. In: M. S. Yuniardi, T. Winarsunu, N. R. N. Yaacob et al. (eds.). *Advances in social science, education and humanities research. Proceedings of the 4<sup>th</sup> ASEAN conference on psychology, counselling, and humanities (ACPCH-2018) November 9–10, 2018. Vol. 304*. Surat Thani: Atlantis Press, pp. 109–112. <https://doi.org/10.2991/acpch-18.2019.28>
- Savci, M., Aysan, F. (2016) Relationship between impulsivity, social media usage and loneliness. *Educational Process: International Journal*, vol. 5, no. 2, pp. 106–115. <https://doi.org/10.12973/edupij.2016.52.2>
- Shin, M., Lee, J., Chyung, Y. J. et al. (2016) Integrating psychosocial and cognitive predictors of social networking service addiction tendency using structural equation modeling. *Psychologia*, vol. 59, no. 4, pp. 182–201. <https://doi.org/10.2117/psysoc.2016.182>
- Turel, O., Poppa, N., Gil-Or, O. (2018) Neuroticism magnifies the detrimental association between social media addiction symptoms and wellbeing in women, but not in men: A three-way moderation model. *Psychiatric Quarterly*, vol. 89, no. 3, pp. 605–619. <https://doi.org/10.1007/s11126-018-9563-x>
- Unger, J. B., Chen, X. (1999) The role of social networks and media receptivity in predicting age of smoking initiation: A proportional hazards model of risk and protective factors. *Addictive Behaviors*, vol. 24, no. 3, pp. 371–381. <https://doi.org/10.1007/s11126-018-9563-x>
- 구혜자, 이외선, 홍민주 (2016) 대학생의 SNS중독 경향성, 자기표현 및 대인관계문제 간의 관계. *한국산학기술학회논문지*, 제 17 권, 제 4 호, 180–187 쪽. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.4.180>

## References

- Al-Menayes, J. J. (2015) Social media use, engagement and addiction as predictors of academic performance. *International Journal of Psychological Studies*, vol. 7, no. 4, pp. 86–94. <https://doi.org/10.5539/ijps.v7n4p86> (In English)
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., Griffiths, M. D. (2017) The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, no. 64, pp. 287–293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006> (In English)
- Auditoriya sotsial'nykh setej v Rossii 2019 [Social media audience in Russia 2019]. (2021) *Popsters*. [Online]. Available at: <https://popsters.ru/blog/post/auditoriya-socsetey-v-rossii> (accessed 12.01.2022). (In Russian)
- Babaeva, Yu. D., Voiskunskij, A. E., Smyslova, O. V. (2019) *Internet: vozdejstvie na lichnost' [Internet: Impact on personality]*. [Online]. Available at: <http://www.relarn.ru/human/pers.html> (accessed 12.12.2019). (In Russian)
- Beilina, N. S., Dvoynikova, E. Yu. (2019). Osobennosti sotsial'no-psikhologicheskoy adaptatsii pokoleniya devyanostykh godov ("Z-pokolenie") [Features of social psychological adaptation of the generation of the nineties ("Z-generation")]. *Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya — The World of Science. Pedagogy and Psychology*, vol 7, no. 3. [Online]. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/66PSMN319.pdf> (accessed 12.12.2021). (In Russian)
- Casale, S., Banchi, V. (2020) Narcissism and problematic social media use: A systematic literature review. *Addictive Behaviors Reports*, vol. 11, article 100252. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100252> (In English)
- Choi, Y. (2018) Narcissism and social media addiction in workplace. *The Journal of Asian Finance, Economics and Business*, vol. 5, no. 2, pp. 95–104. <https://doi.org/10.13106/JAFEB.2018.VOL5.NO2.95> (In English)
- Chung, K. L., Morshidi, I., Yoong, L. C., Thian, K. N. (2019) The role of the dark tetrad and impulsivity in social media addiction: Findings from Malaysia. *Personality and Individual Differences*, vol. 143, pp. 62–67. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.02.016> (In English)
- Drepa, M. I. (2010) *Psikhologicheskaya profilaktika internet-zavisimosti u studentov [Psychological prevention of internet addiction among students]*. Extended abstract of PhD dissertation (Psychology). Pyatigorsk, Pyatigorsk State Linguistic University, 22 p. (In Russian)
- Godik, Yu. O. (2011) Ugrozy i riski bezopasnosti detskoj i podrostkovoju auditorii novykh media [The threats and risks for the safety of children's and teenage audience of the new media]. *Mediaskop — Mediascope*, no. 2. [Online]. Available at: <http://www.mediascope.ru/node/841> (accessed 12.01.2022). (In Russian)
- Grogoleva, O. Yu., Dronova, A. A. Tipologiya lichnosti podrostkov, sklonnykh k obshcheniyu v sotsial'nykh setyakh [The typology of the person of teenagers who are prone to communication in social networks]. In: L. I. Dementij, A. Yu. Malenova (eds.). *Aktivnost' i otvetstvennost' lichnosti v kontekste zhiznedeyatel'nosti. Materialy II Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem, posvyashchennoj 300-letiyu g. Omska 6–7 oktyabrya 2016 g. [Activity and responsibility of the individual in the context of life activity. Proceedings of the II All-Russian scientific and practical conference with international participation, dedicated to the 300<sup>th</sup> anniversary of the city of Omsk October 6–7, 2016]*. Omsk: Dostoevsky Omsk State University Publ., pp. 93–95. (In Russian)
- Gu, H.- J., Lee, O.- S., Hong, M.- J. (2016) Daehaksaeng-ui SNS jungdok gyeonghyangseong, jagipyohyeon mit dae'in-gwan-gyemunje ganui gwan-gye [The relationship between SNS addiction tendency, self assertiveness, interpersonal problems and in college students]. *Han-guksanhakgisulhakhoeonmunji — Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, vol. 17, no. 4, pp. 180–187. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.4.180> (In Korean)
- Gulevich, O. A. (2008) *Psikhologiya kommunikatsii [Psychology of communication]*. Moscow: Moscow Psychological and Social Institute Publ., 384 p. (In Russian)
- Hawk, S. T., van den Eijnden, R. J. J. M., van Lissa, C. J., ter Bogt, T. F. M. (2019) Narcissistic adolescents' attention-seeking following social rejection: Links with social media disclosure, problematic social media use, and smartphone stress. *Computers in Human Behavior*, vol. 92, pp. 65–75. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.10.032> (In English)
- Jeong, S.-H., Kim, H. J., Yum, J.-Y., Hwang, Y. (2016) What type of content are smartphone users addicted to?: SNS vs. games. *Computers in Human Behavior*, vol. 54, pp. 10–17. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.035> (In English)
- Kashif, M., Aziz-Ur-Rehman, Javed, M. K. (2020) Social media addiction due to coronavirus. *International Journal of Medical Science in Clinical Research and Review*, vol. 3, no. 4, pp. 331–336. (In English)
- Khairunnisa, H., Putri, A. A. H. (2019) Relationship of assertive behaviors and social media addiction among adolescents. In: M. S. Yuniardi, T. Winarsunu, N. R. N. Yaacob et al. (eds.). *Advances in social science, education and humanities research. Proceedings of the 4<sup>th</sup> ASEAN conference on psychology, counselling, and humanities (ACPCH-2018) November 9–10, 2018. Vol. 304*. Surat Thani: Atlantis Press, pp. 109–112. <https://doi.org/10.2991/acpch-18.2019.28> (In English)
- Kondratieva, L. E., Dovejko, A. B. (2021) Internet-kommunikatsiya "pokoleniya Z" kak bazovaya chast' kommunikatsii molodogo pokoleniya v sovremennom obshchestve [Internet communication of "generation Z" as a basic part of the communication of the younger generation in modern society]. In: R. E. Markin (ed.). *XI Ryazanskie*

- sotsiologicheskie chteniya: razvitie territorii v usloviyakh sovremennykh vyzovov. *Materialy Natsional'noj nauchno-prakticheskoy konferentsii 14–15 oktyabrya 2021 g. [XI Ryazan sociological readings: Development of the territory in the face of modern challenges. Proceedings of the National scientific and practical conference October 14–15, 2021]*. Moscow: Ippolitova Publ., pp. 305–313. (In Russian)
- Kot, E. (2021) *Test “Nartsiss li Vy?” [Test “Are you a narcissist?”]*. [Online]. Available at: <https://testyonline.ru/persona/nartsiss-li-vy/> (accessed 14.12.2021). (In Russian)
- Kucherikhin, V. V. (2018) Pokolenie Z — pokolenie “pryamogo efira” i “istorij” [Generation Z—the generation of “live” and “stories”]. In: E. V. Tselikova (ed.). *Cherepovetskie nauchnye chteniya–2017. Materialy Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii 21–22 noyabrya 2017 g. [Cherepovets Scientific Readings–2017: Materials of the All-Russian scientific and practical conference November 21–22, 2017]*. Cherepovets: Cherepovets State University Publ., pp. 70–72. (In Russian)
- Lapidus, L. V., Gostilovich, A. O., Omarova, Sh. A. (2020) Osobennosti proniknoveniya tsifrovyykh tekhnologiy v zhizn' pokoleniya Z: tsennosti, povedencheskie patterny i potrebitel'skie privyчки internet-pokoleniya [Features of digital technologies penetration into generation Z life: Values, behavioral patterns and consumer habits of the Internet generation]. *Gosudarstvennoe upravlenie. Elektronnyy vestnik — Public Administration. E-journal*, no. 83, pp. 271–293. <https://doi.org/10.24411/2070-1381-2020-10119> (In Russian)
- Losenkov, V. A. (2013) Impul'sivnost' [Impulsiveness]. In: *Samoregulyatsiya i prognozirovanie sotsial'nogo povedeniya lichnosti: Dispozitsionnaya kontseptsiya*. 2<sup>nd</sup> ed. Moscow: TsSPiM Publ., pp. 286–289. (In Russian)
- Milova, E. A. (2012) Vliyanie sotsial'nykh setej na psikhologiyu lichnosti. [Social network effect on personality psychology]. *Interespo Geo-Sibir' — Interexpo Geo-Siberia*, vol. 1, no. 6, pp. 81–83. (In Russian)
- Podrostok v sotsial'noj seti: norma zhizni — ili signal ob opasnosti? [A teenager in the social network: The norm of life—or a signal of danger?]. (2019) *VTSIOM Novosti [VCIOM]*, March 6, 2019. [Online]. Available at: <https://wciom.ru/index.php?id=236&uid=9587> (accessed 20.06.2019). (In Russian)
- Pokolenie Z — samoe pravil'noe pokolenie? [Generation Z is the right generation?]. (2017) *Akkreditatsiya v obrazovanii*, no. 8 (100), pp. 80–84. (In Russian)
- Polyanok, O. V., Abramov, S. M., Akulov, S. A., Zheleznikova, A. V. (2019) Pokolenie Z: fidszital-pokolenie sotrudnikov [Generation Z: Phygital-generation of employees]. *Evraziyskiy yuridicheskiy zhurnal — Eurasian Law Journal*, no. 7 (134), pp. 389–393. (In Russian)
- RozaNov, V. A., Rakhimkulova, A. S. (2017) Sotsial'nye seti i ikh vliyanie na psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti [Social networks and their influence on the psychological well-being of the individual]. In: V. A. RozaNov (ed.). *Psikhologicheskoe blagopoluchie i psikhosotsial'nyy stress [Psychological well-being and psychosocial stress]*. Odessa: Phoenix Publ., pp. 185–206. (In Russian)
- Sapa, A. V. (2014) Pokolenie Z — pokolenie epokhi FGOS [Generation Z is the generation of the FSES era]. *Innovatsionnye proekty i programmy v obrazovanii — Innovative Projects and Programs in Education*, no 2, pp. 24–30. (In Russian)
- Savci, M., Aysan, F. (2016) Relationship between impulsivity, social media usage and loneliness. *Educational Process: International Journal*, vol. 5, no. 2, pp. 106–115. <https://doi.org/10.12973/edupij.2016.5.2.2> (In English)
- Seryj, A. V., Parshintseva, A. S. (2016) K probleme formirovaniya zavisimosti ot sotsial'nykh setej u shkol'nikov podrostkovogo vozrasta [To the problem of the formation of dependence on social networks in adolescent schoolchildren]. *Problemy pedagogiki*, no. 9 (20), pp. 12–15. (In Russian)
- Sheinov, V. P. (2012) Razrabotka oprosnika dlya otsenki stepeni nezashchishchennosti individa ot manipulyativnykh vozdeystvij [The questionnaire for the evaluation of nonprotectedness from manipulative influences]. *Voprosy Psikhologii*, no. 4, pp. 147–153. (In Russian)
- Sheinov, V. P. (2014) Razrabotka testa assertivnosti, udovletvoryayushchego trebovaniyam nadezhnosti i validnosti [On development of an assertiveness test answering requirements of reliability and validity]. *Voprosy Psikhologii*, no. 2, pp. 107–116. (In Russian)
- Sheinov, V. P. (2015) Determinanty assertivnogo povedeniya [Determinants of assertive behavior]. *Psikhologicheskii Zhurnal*, vol. 36, no. 3, pp. 28–37. (In Russian)
- Sheinov, V. P. (2021a) Zavisimost' ot sotsial'nykh setej i kharakteristiki lichnosti: obzor issledovaniy [Social media addiction and personality characteristics: A review of research]. *Vestnik Rossijskogo universiteta druzhby narodov. Seriya: Psikhologiya i pedagogika — RUDN Journal of Psychology and Pedagogics*, vol. 18, no. 3, pp. 607–630. <https://doi.org/10.22363/2313-1683-2021-18-3-607-630> (In Russian)
- Sheinov, V. P. (2021b) Korotkaya versiya oprosnika “Shkala zavisimosti ot smartfona” [Short version of the questionnaire “Scale of dependence on the smartphone”]. *Institut psikhologii Rossijskoj akademii nauk. Organizatsionnaya psikhologiya i psikhologiya truda — Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational Psychology and Labor Psychology*, vol. 6, no. 1, pp. 97–115. <https://doi.org/10.38098/ipran.opwp.2021.18.1.005> (In Russian)
- Sheinov, V. P., Devitsyn, A. S. (2021a) Razrabotka nadezhnogo i validnogo oprosnika zavisimosti ot sotsial'nykh setej [Development of a reliable and valid social media dependence questionnaire]. *Sistemnaya psikhologiya i sotsiologiya — Systems Psychology and Sociology*, no. 2 (38), pp. 41–55. <https://doi.org/10.25688/2223-6872.2021.38.2.04> (In Russian)

- Sheinov, V. P., Devitsyn, A. S. (2021b) Trekhfaktornaya model' zavisimosti ot sotsial'nykh setej [The three-factor model of social media addiction]. *Rossiiskij psikhologicheskij zhurnal — Russian Psychological Journal*, vol. 18, no. 3, pp. 145–158. <https://doi.org/10.21702/rpj.2021.3.10> (In Russian)
- Sheinov, V. P., Devitsyn, A. S. (2021c) Faktornaya struktura modeli zavisimosti ot smartfona [Factor structure of the smartphone dependency model]. *Institut psikhologii Rossijskoj akademii nauk. Sotsial'naya i ekonomicheskaya psikhologiya — Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Social and Economic Psychology*, vol. 6, no. 3 (23), pp. 174–197. [https://doi.org/10.38098/ipran.sep\\_2021\\_23\\_3\\_07](https://doi.org/10.38098/ipran.sep_2021_23_3_07) (In Russian)
- Shin, M., Lee, J., Chyung, Y. J. et al. (2016) Integrating psychosocial and cognitive predictors of social networking service addiction tendency using structural equation modeling. *Psychologia*, vol. 59, no. 4, pp. 182–201. <https://doi.org/10.2117/psysoc.2016.182> (In English)
- Soldatova, G. U., Teslavskaya, O. I. (2018) Osobennosti mezhlchnostnykh otnoshenij rossijskikh podrostkov v sotsial'nykh setyakh [Interpersonal relations of Russian adolescents in social networks]. *Natsional'nyj psikhologicheskij zhurnal — National Psychological Journal*, no. 3 (31), pp. 12–22. <https://doi.org/10.11621/npj.2018.0302> (In Russian)
- Turel, O., Poppa, N., Gil-Or, O. (2018) Neuroticism magnifies the detrimental association between social media addiction symptoms and wellbeing in women, but not in men: A three-way moderation model. *Psychiatric Quarterly*, vol. 89, no. 3, pp. 605–619. <https://doi.org/10.1007/s11126-018-9563-x> (In English)
- Unger, J. B., Chen, X. (1999) The role of social networks and media receptivity in predicting age of smoking initiation: A proportional hazards model of risk and protective factors. *Addictive Behaviors*, vol. 24, no. 3, pp. 371–381. <https://doi.org/10.1007/s11126-018-9563-x> (In English)
- Voiskunskiy, A. E. (2014) Sotsial'naya pertsepsiya v sotsial'nykh setyakh [Social perception while social networking]. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14: Psikhologiya — Moscow University Psychology Bulletin. Series 14. Psychology*, no. 2, pp. 90–104. (In Russian)