

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЗАВИСИМОСТИ ОТ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ И ПРИЗНАКОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО НЕБЛАГОПОЛУЧИЯ

©2022. В.П. Шейнов*, А.С. Девицын**

*Доктор социологических наук, профессор, профессор кафедры психологии и педагогического мастерства, Республиканский институт высшей школы; 220001, Беларусь, г. Минск, ул. Московская, 15; e-mail: sheinov1@mail.ru

**Старший преподаватель кафедры веб-технологии и компьютерного моделирования, Белорусский государственный университет; 220030, Беларусь, г. Минск, пр. Независимости, 4; e-mail: devitsin@gmail.com

DOI: 10.38098/ipran.sep_2022_26_2_04

Поступила в редакцию 23 декабря 2021 г.

Аннотация. Негативные последствия зависимости от социальных сетей (тревожность, депрессия, стресс, неудовлетворенность жизнью и др.) способствуют психологическому неблагополучию ее жертв. *Цель* исследования – выявить у русскоязычной выборки (женщин и мужчин) предполагаемые связи зависимости от социальных сетей с признаками психологического неблагополучия – импульсивностью, нарциссизмом, незащищенностью от манипуляций, неассертивностью, зависимостью от смартфона и ее факторами. Зависимости от смартфона и от социальных сетей, ассертивность и незащищенность от манипуляций диагностировались авторскими опросниками, надежность и валидность которых доказана ранее; импульсивность – «Методикой» В.А. Лосенкова, нарциссизм – тестом Е. Кот «Нарцисс ли Вы?». Испытуемые – 956 пользователя социальных сетей, в том числе 647 женщин ($M=21,5$, $SD=7,7$) и 309 мужчин ($M=20,7$, $SD=7,5$). Выявлены статистически значимые связи зависимости женщин и мужчин от социальных сетей: отрицательные – с возрастом и ассертивностью и положительные – с импульсивностью, нарциссизмом, зависимостью от смартфона и всеми ее факторами («Потеря контроля», «Страх отказа», «Эйфория пользователя»). Подтверждена главенствующая роль фактора «Психологическое состояние» в проявлении зависимости от социальных сетей. Показано, что положительно связаны не только сами зависимости, но и все формирующие их факторы имеют между собой положительные и достаточно сильные корреляции. Установленные связи зависимости от социальных сетей и ее факторов со всеми факторами зависимости от смартфона являются новыми, как для отечественных, так и зарубежных исследований. Связи зависимости от социальных сетей с неассертивностью, импульсивностью, нарциссизмом и зависимостью от смартфонов подтверждают в русскоязычном социуме полученные ранее за рубежом результаты. Не подтвердилось предположение о возможной связи зависимости от социальных сетей с незащищенностью от манипуляций.

Ключевые слова: зависимость от социальных сетей, психологическое неблагополучие, импульсивность, нарциссизмом, ассертивность, незащищенность от манипуляций, зависимость от смартфона, факторы, женщины, мужчины.

В.П. Шейнов, А.С. Девяцын

Взаимосвязь зависимости от социальных сетей и признаков психологического неблагополучия

Социальные сети играют заметную роль в современной жизни, причем в условиях пандемии Covid-19 пользователи стали еще больше времени проводить в социальных сетях. Зависимость от социальных сетей, как одна из самых массовых немедицинских зависимостей, стала феноменом, которому посвящено большое количество исследований. В результате изучения личностных свойств и психических состояний у страдающих этой зависимостью выявлено немало ее неблагоприятных последствий, негативно влияющих на психологическое благополучие ее жертв.

Понятие «психологическое благополучие» «характеризует область переживаний и состояний, свойственных здоровой личности. В рамках гедонистического подхода психологическое благополучие определяется через достижение удовольствия и избегание неудовольствия, при этом удовольствие – это не только телесное удовольствие, но и удовлетворение от достижения значимых целей» (Лепешинский, 2007, с. 24).

Указанные выше неблагоприятные последствия новых зависимостей установлены в ряде зарубежных и отечественных исследований. Действительно, «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.П. Шейнов, А.С. Девицын

Взаимосвязь зависимости от социальных сетей и признаков психологического неблагополучия

в целом активнее мужчин участвуют в общении в социальных сетях» (Шейнов, 2021а, с. 607).

В эмпирическом исследовании на русскоязычных выборках также 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 значимо превосходит подобную зависимость среди мужчин» (Шейнов, Девицын, 2021а, с. 41).

В число неблагоприятных последствий зависимости от социальных сетей, негативно влияющих на психологическое благополучие ее жертв, входят (кроме представленных выше) *импульсивность, нарциссизм и неассертивность*.

Согласно результатам исследований, импульсивность положительно связана с использованием Facebook, WhatsApp и Instagram (Sindermann et al., 2020), причем импульсивность прямо, положительно и достоверно предсказывает использование социальных сетей (Savcı, Aysan, 2016). Однако в одном недавнем исследовании импульсивность оказалась не связанной с зависимостью от социальных сетей (Chung et al., 2021).

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 et al., 2017), и что нарциссизм в значительной степени предсказывает интенсивность использования социальной сети (O'Sullivan, Hussain, 2017).

Систематический обзор 14 эмпирических исследований по теме взаимосвязи нарциссизма и зависимостью от социальных сетей показал

наличие статистически значимых положительных корреляций в пределах $0,13 < r < 0,32$ (Casale, Banchi, 2020).

В одном из исследований по данным опроса 513 студентов колледжа построена модель зависимости от социальных сетей, включающая в себя скрытый нарциссизм (Shin 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 et al., 2019).

Зависимость от социальных сетей связана с *психологическим неблагополучием* также и потому, что положительно (и достаточно высоко) коррелирует с межличностными проблемами ($r=0,434, p \leq 0,001$) и отрицательно с асертивностью ($r=-0,148, p \leq 0,05$), которая, в свою очередь, высоко отрицательно коррелирует с проблемами межличностного общения ($r=-0,459, p \leq 0,001$) (Gu et al., 2016).

Таким образом, неасертивность действительно относится к факторам психологического неблагополучия. Тем более, что «асертивное поведение является ситуативным, то есть человек может демонстрировать асертивное поведение в одной ситуации, но неасертивное – в другой» (Шейнов, 2015, с. 28).

Асертивное поведение – наиболее конструктивный способ межличностного взаимодействия, являющийся альтернативой деструктивным способам – манипуляции и агрессии. Основные, принципиальные положения понятий «асертивность» и «асертивное поведение» представлены в следующем определении: «Асертивность – это способность человека уверенно и с достоинством отстаивать свои права, не попирая при этом прав других.

В.П. Шейнов, А.С. Девницын

Взаимосвязь зависимости от социальных сетей и признаков психологического неблагополучия

Ассертивным называется прямое, открытое поведение, не имеющее целью причинить вред другим людям» (Шейнов, 2015, с. 28).

Выявленная в зарубежных исследованиях связь зависимости от социальных сетей с признаками психологического неблагополучия (импульсивностью, нарциссизмом, неассертивностью, зависимостью от смартфона) позволяет выдвинуть в качестве *гипотезы исследования* предположение о возможности такой связи и в русскоязычном социуме, дополнив ее предположением о возможности подобной связи и с незащищенностью от манипуляций (которая за рубежом не изучалась).

В приведенных выше исследованиях установлено, что проявления зависимости от социальных сетей у женщин и мужчин отличаются (Шейнов, 2021а, Шейнов, Девницын, 2021а, 2021б).

В связи с вышеизложенным, *цель* данного исследования – выявить для русскоязычных женщин и мужчин предполагаемые связи зависимости от социальных сетей с признаками психологического неблагополучия: импульсивностью, нарциссизмом, незащищенностью от манипуляций, неассертивностью, зависимостью от смартфона и ее факторами.

МЕТОДИКА

Зависимость от социальных сетей измерялась авторским опросником ЗСС-15, *зависимость от смартфона* диагностировалась короткой версией САС-16 опросника «Шкала зависимости от смартфона», надежность и валидность шкал показана ранее (Шейнов, Девницын, 2021а, 2021б).

Ассертивность диагностировалась опросником «А26» (Шейнов, 2014, с. 109-110).

В.П. Шейнов, А.С. Девыцын

Взаимосвязь зависимости от социальных сетей и признаков психологического неблагополучия

Незащищенность от манипуляций измерялась опросником незащищенности от манипуляций (НЗМ) «Оценка степени незащищенности индивида от манипулятивных воздействий» (Шейнов, 2012, с. 151).

Импульсивность оценивались с помощью «Методики диагностики потенциала коммуникативной импульсивности», предложенной В.А. Лосенковым (Фетискин и др., 2002). Импульсивность – это черта личности, противоположная волевым качествам целеустремленности и настойчивости. Высокий уровень импульсивности характеризует человека с недостаточным самоконтролем в общении и деятельности.

Оценка уровня *нарциссизма* осуществлялась опросником Е. Кот «Нарцисс ли Вы?» (Кот, 2021). Поскольку не удалось найти данные о надежности и валидности данного теста (его текст – в Приложении 1), была проведена его самостоятельная проверка. Психометрические характеристики опросника нарциссизма оказались следующими: однородность опросника нарциссизма находится на достаточном уровне – стандартизованная альфа-Кронбаха равна 0,75. При этом дискриминативность всех 11 пунктов опросника является весьма высокой: их корреляции с суммарным баллом шкалы находятся в пределах от 0,390 до 0,638, а удаление любого из пунктов уменьшает альфа-Кронбаха, то есть ухудшает однородность шкалы. Ретестовая надежность опросника нарциссизма проверена повторным тестированием с интервалом в один месяц: корреляция между первым и вторым тестом $r=0,894$, $p\leq 0,001$. Для проверки конструктивной валидности был использован установленный ранее факт, что нарциссизм положительно коррелирует с зависимостью от социальных сетей (Andreassen et al., 2017; Choi, 2018). Более того, систематический обзор 14 эмпирических исследований по теме взаимосвязи между нарциссизмом и зависимостью от социальных сетей показал наличие статистически значимой положительной корреляции в пределах $0,13 < r < 0,32$ (Casale, Vanchi, 2020).

Проведенная проверка (о ней см. ниже) показала, что распределение показателей нарциссизма отлично от нормального. Поэтому возможная связь нарциссизма с зависимостью от социальных сетей должна определяться по значению непараметрической корреляции между ними. Для общей выборки ($n=956$) женщин и мужчин ранговая корреляция Кендалла между нарциссизмом и зависимостью от социальных сетей $r=0,141$, $p \leq 0,001$; для женской ($n=647$) выборки $r=0,132$, $p \leq 0,001$; для мужской ($n=309$) выборки $r=0,237$, $p \leq 0,001$. Необходимо обратить внимание на то, что все значения корреляций в нашем случае попадают в интервал $0,13 < r < 0,32$, показанный в обзорной статье (Casale, Vanchi, 2020) по результатам 14 эмпирических исследований. Таким образом, проведенная проверка показала, что опросник нарциссизма надежен и валиден, и поэтому его можно использовать в работе.

В настоящем исследовании используется построенная ранее «модель зависимости от социальных сетей, включающая 3 фактора: «Психологическое состояние», «Коммуникация», «Получение информации» (показатель надежности модели $0,828$, $p \leq 0,001$). При этом корреляции фактора «Психологическое состояние» с тревожностью, депрессией, одиночеством, экстраверсией, самооценкой, удовлетворенностью жизнью (тесно связанными с зависимостью от социальных сетей) превышают корреляции других факторов и опросника в целом. Большая, чем у мужчин, зависимость женщин от социальных сетей объясняется более сильными корреляциями их фактора «Психологическое состояние» с вышеперечисленными состояниями и свойствами личности (Шейнов, Девницын, 2021б, с. 145).

В данном исследовании использована также статистически состоятельная трехфакторная модель зависимости от смартфона, включающая факторы: «Потеря контроля» над собой, «Страх отказа» использовать смартфон, «Эйфория» от пользования смартфоном. Все три фактора, формирующие

зависимость от смартфона, возрастают с уменьшением возраста (Шейнов, Девецын, 2021в, с. 174).

Участники исследования и сбор данных

В исследовании приняла участие группа пользователей социальных сетей, анонимно ответивших на вопросы разосланного авторами «Приглашения к исследованию». Всего использованы данные ответов 956 испытуемых, в том числе от 647 женщин ($M=21,5$, $SD=7,7$) и от 309 мужчин ($M=20,7$, $SD=7,5$). Статистики возраста изучаемых групп респондентов представлена в табл. 1.

Таблица 1
Статистики возраста групп испытуемых.

	Общая выборка	Женщины	Мужчины
N	956	647	309
Среднее	21,2	21,5	20,7
Медиана	19	19	18
Мода	17	17	17
Стд. отклонение	7,7	7,7	7,5
Дисперсия	59,3	59,3	56,3
Размах	52	49	52
Минимум	16	16	16
Максимум	68	65	68

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

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Для решения вопроса о том, какими методами находить предполагаемые связи зависимости от социальных сетей, все изучаемые выборки были проверены (с помощью одновыборочного критерия Колмогорова-Смирнова) на соответствие нормальному закону распределения.

Полученное двухстороннее асимптотическое значение незащищенности от манипуляций (равное 0,21), импульсивности (0,18), асертивности (0,25) и зависимости от смартфона (0,24) свидетельствуют о том, что распределения этих переменных соответствуют нормальному закону. В то же время, распределение других изучаемых переменных отлично от нормального (зависимость от социальных сетей, нарциссизм, а также все факторы зависимостей от социальных сетей и от смартфона), поскольку соответствующие им асимптотические значения меньше 0,05 – заданного уровня значимости p .

Поэтому для определения возможных связей между зависимостью от социальных сетей и свойствами личности вычислены корреляции между ними по параметрическому критерию Пирсона и по непараметрическому ранговому критерию Кендалла (см. табл. 2), в каждом случае ориентируясь в выводе на ту из корреляций, для которой соблюдены (или не соблюдены) условия нормальности распределения выборок в каждой исследуемой паре переменных.

В табл. 2-4 представлены результаты вычисления соответствующих корреляций в общей, женской и мужской выборках.

Данные, приведенные в табл. 2, свидетельствует о том, что в общей выборке мужчин и женщин корреляции Пирсона и Кендалла показывают одни и те же связи, отличаясь лишь количественно. Результаты также показывают наличие статистически значимых связей зависимости от социальных сетей: *отрицательных* – с возрастом и асертивностью и *положительных* – с импульсивностью, нарциссизмом, зависимостью от смартфона и всеми ее факторами («Потеря контроля», «Страх отказа» и «Эйфория пользователя»).

Можно отметить самую сильную связь фактора «Психологическое состояние» с зависимостью от социальных сетей, что подтверждает ранее

сделанный вывод (Шейнов, 2021в, с. 145) о главенствующей роли этого фактора в зависимости от социальных сетей.

Таблица 2

Коэффициенты корреляции зависимости от социальных сетей с состояниями и свойствами личности (общая выборка женщин и мужчин, N=956).

	Корреляции Пирсона	Значимость (2-сторон)	Корреляции Кенделла	Значимость. (2-сторон)
Возраст	-0,226**	0	-0,078**	0,001
Незащищенность от манипуляций	0,019	0,573	-0,004	0,855
Импульсивность	0,326**	0	0,232**	0
Потеря контроля	0,523**	0	0,387**	0
Страх	0,553**	0	0,414**	0
Эйфория	0,573**	0	0,437**	0
Психологическое состояние	0,935**	0	0,798**	0
Коммуникация	0,781**	0	0,598**	0
Информация	0,848**	0	0,696**	0
Зависимость от смартфона	0,660**	0	0,501**	0
Нарциссизм	0,206**	0	0,133**	0
Ассертивность	-0,185**	0	-0,132**	0

Более подробную информацию о связях между зависимостью от социальных сетей и зависимостью от смартфона и между их факторами дают данные в табл. 3. 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 этой переменной с формирующими ее факторами, в остальных – корреляции факторов этих зависимостей друг с другом.

Таблица 3

Коэффициенты корреляции между зависимостями от социальных сетей и от смартфона и их факторами (N=956).

	Зависимость от соцсетей	Потеря контроля	Страх отказа	Эйфория	Зависимость от смартфона
Зависимость от смартфона	0,501**	0,714**	0,593**	0,608**	1,000
Психологическое состояние	0,798**	0,406**	0,429**	0,445**	0,517**
Коммуникация	0,598**	0,254**	0,303**	0,311**	0,334**
Информация	0,696**	0,307**	0,303**	0,337**	0,381**
Зависимость от соцсетей	1,000	0,387**	0,414**	0,437**	0,501**

Данные, приведенные в табл. 3, показывают, что не только сами зависимости, но и все формирующие их факторы имеют между собой положительные и достаточно сильные связи. Это свидетельствует о том, что несмотря на различия в формирующих факторах, эти зависимости связаны между собой именно ими, и их влияние распространяется и на другую зависимость, то есть связи между изучаемыми зависимостями весьма глубоки.

Эти данные о связях зависимости от социальных сетей и их факторов со всеми факторами зависимости от смартфона являются новыми, как для отечественных, так и зарубежных исследований. Установленная отрицательная корреляция зависимости от социальных сетей с асертивностью подтверждает в русскоязычном социуме выявленную ранее аналогичную связь за рубежом (Gu et al., 2016).

Положительная связь зависимости от социальных сетей с импульсивностью соотносится с тем, что импульсивность «прямо, положительно и достоверно предсказывает использование социальных сетей» (Savcı, Aysan, 2016), а положительная корреляция с нарциссизмом – с аналогичной связью, полученной в зарубежных исследованиях (Casale, Banchi,

2020; Hawk et al., 2019; Choi, 2018; Andreassen et al., 2017; O'Sullivan, Hussain, 2017; Shin et al., 2016).

Показанная в табл. 2 отрицательная связь зависимости от социальных сетей с возрастом подтверждает ранее полученный результат (Шейнов, Девцын, 2021a, с. 41) и подтверждается приведенным ниже графиком (рис. 3) влияния возраста на зависимость от социальных сетей. Полученная положительная связь зависимости от социальных сетей с зависимостью от смартфонов аналогична полученному ранее зарубежному результату (Jeong et al., 2016). Не подтвердилось на общей выборке мужчин и женщин предположение о возможной связи зависимости от социальных сетей с незащищенностью от манипуляций.

При объединении женской выборки с мужской в единую выборку может случиться так, что связи, имеющие место в подвыборках, «растворятся» в общей выборке (например, если они разнонаправлены в подвыборках). Поэтому были вычислены корреляции отдельно для женской и для мужской выборок.

В табл. 4 показано наличие статистически значимых связей зависимости женщин от социальных сетей: *отрицательных* – с асертивностью и возрастом, *положительных* – с импульсивностью, нарциссизмом, зависимостью от смартфона и всеми ее факторами («Потеря контроля», «Страх отказа» и «Эйфория пользователя»). Наибольшее влияние на зависимость женщин от социальных сетей оказывает фактор «Психологическое состояние».

Таблица 4

Корреляции зависимости от социальных сетей с состояниями и свойствами личности (женщины, N=647).

	Корреляции Пирсона	Значимость. (2-сторон)	Корреляции Кенделла	Значимость. (2-сторон)
Возраст	-0,245**	0,000	-0,095**	0,001
Незащищенность от манипуляций	0,007	0,863	0,003	0,924
Импульсивность	0,315**	0,000	0,210**	0,000
Потеря контроля	0,535**	0,000	0,370**	0,000
Страх отказа	0,546**	0,000	0,393**	0,000
Эйфория	0,580**	0,000	0,424**	0,000
Психологическое состояние	0,535**	0,000	0,783**	0,000
Коммуникация	0,546**	0,000	0,561**	0,000
Информация	0,580**	0,000	0,704**	0,000
Зависимость от смартфона	0,315**	0,000	0,483**	0,000
Нарциссизм	0,109**	0,006	0,082**	0,003
Ассертивность	-0,172**	0,000	-0,114**	0,000

Для женской выборки имеют место связи между зависимостью от социальных сетей и зависимостью от смартфона и между их факторами, аналогичные представленным в табл. 3. Это свидетельствует о том, что связи между изучаемыми зависимостями на уровне факторов также сильны и в женской выборке.

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

В.П. Шейнов, А.С. Девяцын

Взаимосвязь зависимости от социальных сетей и признаков психологического неблагополучия

Таблица 5

Коэффициенты корреляции зависимости от социальных сетей с состояниями и свойствами личности (мужчины, N=309).

	Корреляции Пирсона	Значимость. (2-сторон)	Корреляции Кенделла	Значимость. (2-сторон)
Возраст	-,198**	0,001	-0,068	0,109
Незащищенность от манипуляций	0,083	0,16	0,038	0,365
Импульсивность	0,348**	0	0,278**	0
Потеря контроля	0,514**	0	0,420**	0
Страх отказа	0,567**	0	0,442**	0
Эйфория	0,577**	0	0,468**	0
Психологическое состояние	0,956**	0	0,824**	0
Коммуникация	0,846**	0	0,673**	0
Информация	0,845**	0	0,691**	0
Зависимость от смартфона	0,648**	0	0,538**	0
Нарциссизм	0,379**	0	0,235**	0
Ассертивность	-0,201**	0,001	-,161**	0

Представленные в табл. 5 результаты показывают наличие статистически значимых связей зависимости мужчин от социальных сетей: *отрицательных* – с ассертивностью и *положительных* – с импульсивностью, нарциссизмом, 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 в русскоязычном социуме только для мужчин. Наибольшее влияние на зависимость мужчин от социальных сетей также оказывает фактор «Психологическое состояние».

Для мужской выборки имеют место связи между зависимостью от социальных сетей и зависимостью от смартфона и между их факторами, аналогичные представленным в табл. 3. Это свидетельствует о том, что связи

В.П. Шейнов, А.С. Девыцын

Взаимосвязь зависимости от социальных сетей и признаков психологического неблагополучия

между изучаемыми зависимостями на уровне факторов также сильны и в мужской выборке.

Показанные в табл. 5 связи зависимости мужчин от социальных сетей со всеми факторами зависимости от смартфона являются новыми, как для отечественных, так и зарубежных исследований. Не нашла подтверждения рабочая гипотеза о возможной связи зависимости мужчин от социальных сетей с незащищенностью от манипуляций.

Поскольку распределение возраста испытуемых отлично от нормального, то для мужчин возможная связь зависимости от социальных сетей с возрастом должна определяться в зависимости от статистической значимости соответствующей ранговой корреляции. Последняя (по Кендаллу) оказалась статистически незначимой. Поэтому, опираясь только на результаты корреляционного анализа невозможно утверждать, что зависимости мужчин от смартфона с возрастом уменьшается.

Чтобы подтвердить или опровергнуть предположение о возможной связи зависимости от социальных сетей с возрастом, приведены графики связей возраста и зависимости от социальных сетей, построенные по женской выборке (N=647, рис. 1), мужской (N=309, рис. 2) и на общей выборке мужчин и женщин (N=956, рис. 3).

На графиках (рис. 1) видно, что у зависимости женщин от социальных сетей убывание в целом включает незначительно выраженный локальный максимум для интервала 30-34 года. Это убывание в целом объясняет, почему эта зависимость у женщин отрицательно связана с возрастом, статистически значима и одновременно показывает причину этого – аналогичное убывание в целом всех составляющих ее факторов, так как будучи незначительным для каждого фактора, в сумме они дают более значимое проявление.

В.П. Шейнов, А.С. Девыцын

Взаимосвязь зависимости от социальных сетей и признаков психологического неблагополучия

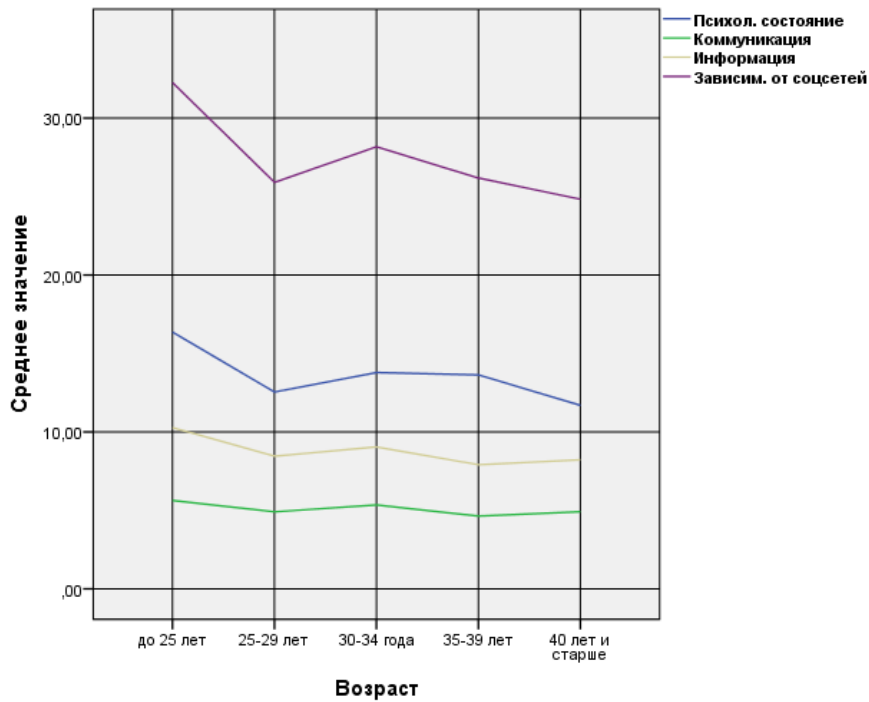


Рис. 1. Влияние возраста *женщин* на зависимость от социальных сетей и на факторы этой зависимости

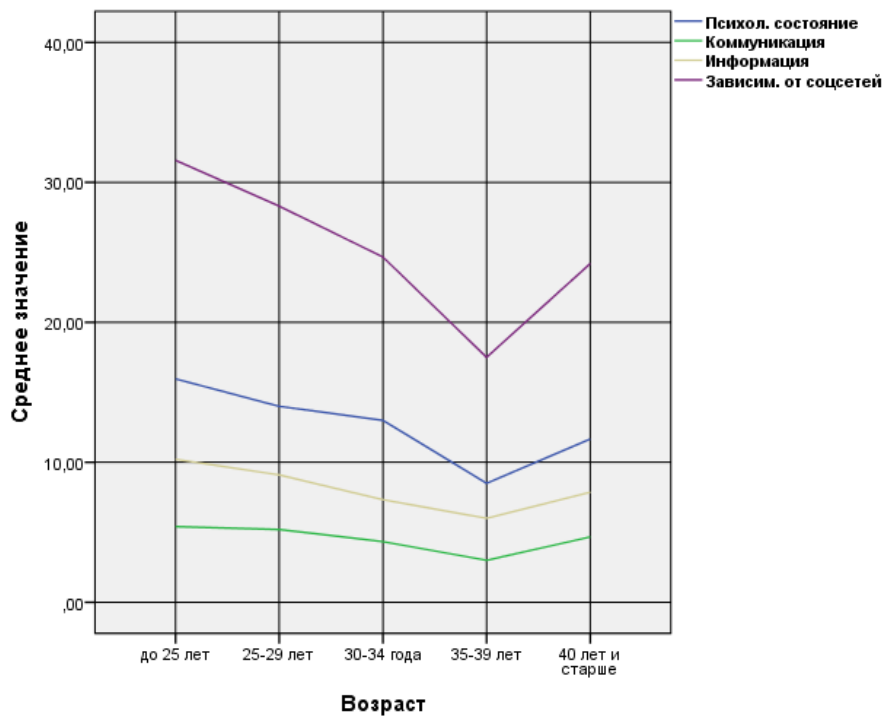


Рис. 2. Влияние возраста *мужчин* на зависимость от социальных сетей и на факторы этой зависимости

Представленные на рис. 2 графики показывают, что зависимость мужчин от социальных сетей имеет выраженный минимум на интервале 35-39 лет. Наличие этого минимума объясняется тем, что такого же минимума на данном интервале достигают все факторы, формирующие зависимость мужчин от социальных сетей. График (рис. 2) объясняет, почему у зависимости мужчин от социальных сетей отрицательная корреляция с возрастом выражена слабее: при общем уменьшении на большом временном интервале имеется отрезок времени, на котором зависимость от социальных сетей возрастает.

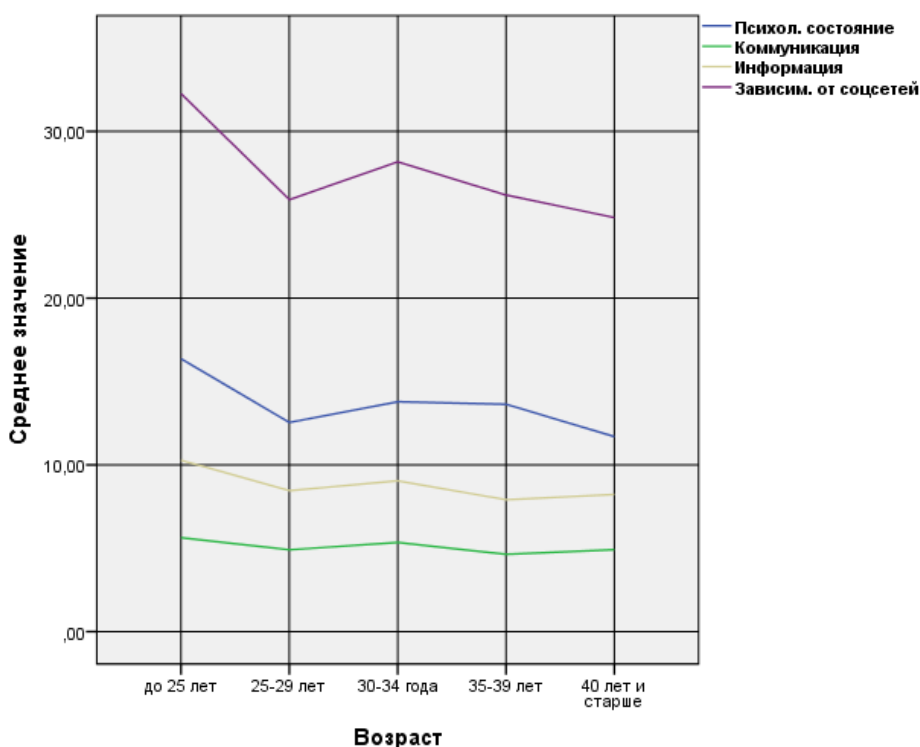


Рис. 3. Влияние возраста на зависимость от социальных сетей и на факторы этой зависимости (общая выборка женщин и мужчин)

Из графиков (рис. 3) следует, что у зависимости от социальных сетей имеется близкое к монотонному убывание в целом. Это соответствует тому, что корреляции возраста с этой зависимостью и всеми ее факторами статистически

В.П. Шейнов, А.С. Девыцын

Взаимосвязь зависимости от социальных сетей и признаков психологического неблагополучия

значимы и отрицательны. При этом на всех приведенных графиках прослеживается, что решающую роль в зависимости от социальных сетей играет поведение фактора «Психологическое состояние» пользователя сети, что согласуется с ранее полученным выводом (Шейнов, Девыцын, 2021б, с. 145) о главенствующей роли данного фактора.

ВЫВОДЫ

Выявлены статистически значимые связи зависимости женщин и мужчин от социальных сетей: *отрицательные* – с возрастом и асертивностью и *положительные* – с импульсивностью, нарциссизмом, зависимостью от смартфона и всеми ее факторами («Потеря контроля», «Страх отказа» и «Эйфория пользователя»).

Подтверждена главенствующая роль фактора «Психологическое состояние» в зависимости от социальных сетей.

Показано, что положительно связаны не только сами зависимости от социальных сетей и от смартфона, но и все формирующие их факторы имеют между собой положительные и достаточно сильные связи, что свидетельствует о том, что связи между этими зависимостями весьма глубоки.

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

Отрицательная корреляция зависимости от социальных сетей с асертивностью и положительные связи с импульсивностью, нарциссизмом и зависимостью от смартфонов подтверждают в русскоязычном социуме полученные ранее за рубежом результаты.

Не подтвердилось предположение о возможной связи зависимости от социальных сетей с незащищенностью от манипуляций.

В.П. Шейнов, А.С. Девыцын

Взаимосвязь зависимости от социальных сетей и признаков психологического неблагополучия

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Тест «Нарцисс ли Вы?» (Кот, 2021)

1. Вы считаете, вы можете влиять на других людей?
2. Вас можно назвать скромным человеком, который не привык хвастаться своими достижениями?
3. Смущают ли вас комплименты в ваш адрес?
4. Из вас получился бы хороший лидер?
5. Вы считаете себя лучше других?
6. Вас раздражает, когда вы выходите в люди и на вас почти не обращают внимания?
7. Вы чувствуете себя уважаемым человеком?
8. Что вы чувствуете, оказавшись в центре внимания?
9. Вы считаете себя харизматичным человеком?
10. Вы бы смогли манипулировать другими ради достижения собственных целей?
11. Вы довольны своими внешними данными?

В.П. Шейнов, А.С. Девуцын

Взаимосвязь зависимости от социальных сетей и признаков психологического неблагополучия

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Кот Е.* Тест «Нарцисс ли Вы?» / URL: <https://testyonline.ru/persona/nartsiss-li-vy/> (дата доступа 14.04.2022).
- Лепешинский Н.Н.* Адаптация опросника «Шкала психологического благополучия» К. Рифф // Психологический журнал. 2007. Т. 28. № 3. С. 24-37.
- Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М.* Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002.
- Шейнов В.П.* Разработка опросника для оценки степени незащищенности индивида от манипулятивных воздействий // Вопросы психологии. 2012. № 4. С.147-154.
- Шейнов В.П.* Разработка теста асертивности, удовлетворяющего требованиям надежности и валидности // Вопросы психологии. 2014. № 2. С.107-116.
- Шейнов В.П.* Детерминанты асертивного поведения // Психологический журнал. 2015. Т. 36. № 3. С. 28-37.
- Шейнов В.П.* Зависимость от социальных сетей и характеристики личности: обзор исследований // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. 2021 (а). Т. 18. № 3. С. 607. DOI: 10.22363/2313-1683-2021-18-3-607-630.
- Шейнов В.П.* Короткая версия опросника «Шкала зависимости от смартфона» // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2021(б). Т. 6. № 1. С. 97-115. URL: <http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document644.pdf> (дата доступа 14.04.2022). DOI: 10.38098/ipran.opwp.2021.18.1.005.
- Шейнов В.П., Девуцын А.С.* Разработка надежного и валидного опросника зависимости от социальных сетей // Системная психология и социология. 2021 (а). № 2(38). С. 41-55. DOI: 10.25688/2223-6872.2021.38.2.04.
- Шейнов В. П., Девуцын А. С.* Трехфакторная модель зависимости от социальных сетей // Российский психологический журнал. 2021(б). № 3. С. 145158.
- Шейнов В. П., Девуцын А. С.* Факторная структура модели зависимости от смартфона // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2021 (в). Т. 6. № 3(23). С. 174. URL: <http://soc-econom-psychology.ru/engine/documents/document974.pdf> (дата доступа 14.04.2022). DOI: 10.38098/ipran.sep_2021_23_3_07.
- Andreassen C.S., Pallesen S., Griffiths M.D.* The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey // Addictive behaviors. 2017. V. 64. P. 287-293. DOI: 10.1016/j.addbeh.2016.03.006.
- Casale S., Banchi V.* Narcissism and problematic social media use: A systematic literature review // Addictive Behaviors Reports. 2020. V. 11. June 20. DOI: 10.1016/j.abrep.2020.100252.

В.П. Шейнов, А.С. Девыцын

Взаимосвязь зависимости от социальных сетей и признаков психологического неблагополучия

- Choi Y.* Narcissism and Social Media Addiction in Workplace // The Journal of Asian Finance, Economics and Business. 2018. 5(2). P. 95-104. DOI: 10.13106/JAFEB.2018.VOL5.NO2.95.
- Chung K.L., Morshidi I., Yoong L.C., Thian K.N.* The role of the dark tetrad and impulsivity in social media addiction: Findings from Malaysia // Personality and Individual Differences. 2019. № 1. P. 62-67. DOI: 0.1016/j.paid.2019.02.016Get.
- Gu H.J., Lee O.S., Hong M.J.* The relationship between SNS addiction tendency, self-assertiveness, interpersonal problems and in college students // Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society. 2016. V. 17. Is. 4. P. 180-187.
- Hawk S.T., van den Eijnden R.J.J.M., van Lissa C.J., ter Bogt T.F.M.* Narcissistic adolescents' attention-seeking following social rejection: Links with social media disclosure, problematic social media use, and smartphone stress // Computers in Human Behavior. 2019. V. 92. P. 65-75. DOI: 10.1016/j.chb.2018.10.032.
- Jeong S.H., Kim H.J., Yum J.Y., Hwang Y.* What type of content are smartphone users addicted to?: SNS vs. games // Computers in Human Behavior. 2016. January 2016. P. 10-17. DOI: 10.1016/j.chb.2015.07.035.
- O'Sullivan A., Hussain Z.* An Exploratory Study of Facebook Intensity and its Links to Narcissism, Stress, and Self-esteem // Journal of Addictive Behaviors, Therapy&Rehabilitation. 2017. № 06(01). URL: <http://hdl.handle.net/10545/621865> (дата доступа 14.04.2022).
- Savci M., Aysan F.* Relationship between Impulsivity, Social Media Usage and Loneliness // Educational Process: International Journal. 2016. V. 5. Is. 2. P. 104-115. DOI: 10.12973/edupij.2016.52.2.
- Shin M., Lee J., Chyung Y.J., Kim P.W., Jung S.Y.* Integrating psychosocial and cognitive predictors of social networking service addiction tendency using structural equation modeling // Psychologia. 2016. V. 59. № 4. P. 182-201. DOI: 10.2117/psychsoc.2016.182.
- Sindermann C., Elhai J.D., Montag Ch.* Predicting tendencies towards the disordered use of Facebook's social media platforms: On the role of personality, impulsivity, and social anxiety // Psychiatry Research. 2020. V. 285. March 20. DOI: 10.1016/j.psychres.2020.112793.

BIBLIOGRAFICHESKIJ SPISOK

- Kot E. Test «Narciss li Vy?» / URL: <https://testyonline.ru/persona/nartsiss-li-vy/> (data dostupa 14.04.2022).
- Lepeshinskij N.N. Adaptaciya oprosnika «SHkala psihologicheskogo blagopoluchiya» K. Riff // Psihologicheskij zhurnal. 2007. T. 28. № 3. S. 24-37.
- Fetiskin N.P., Kozlov V.V., Manujlov G.M. Social'no-psihologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malyh grupp. M.: Izd-vo Instituta Psihoterapii, 2002.

В.П. Шейнов, А.С. Девыцын

Взаимосвязь зависимости от социальных сетей и признаков психологического неблагополучия

- Shejnov V.P. Razrabotka oprosnika dlya ocenki stepeni nezashchishchennosti individa ot manipulyativnyh vozdeystvij // *Voprosy psihologii*. 2012. № 4. S.147-154.
- Shejnov V.P. Razrabotka testa assertivnosti, udovletvoryayushchego trebovaniyam nadezhnosti i validnosti // *Voprosy psihologii*. 2014. № 2. S.107-116.
- Shejnov V.P. Determinanty assertivnogo povedeniya // *Psihologicheskij zhurnal*. 2015. T. 36. № 3. S. 28-37.
- Shejnov V.P. Zavisimost' ot social'nyh setej i harakteristiki lichnosti: obzor issledovanij // *Vestnik Rossijskogo universiteta druzhby narodov. Seriya: Psihologiya i pedagogika*. 2021 (a). T. 18. № 3. S. 607. DOI: 10.22363/2313-1683-2021-18-3-607-630.
- Shejnov V.P. Korotkaya versiya oprosnika «SHkala zavisimosti ot smartfona» // *Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Organizacionnaya psihologiya i psihologiya truda*. 2021(b). T. 6. № 1. S. 97-115. URL: <http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document644.pdf> (data dostupa 14.04.2022). DOI: 10.38098/ipran.opwp.2021.18.1.005.
- Shejnov V.P., Devicyan A.S. Razrabotka nadezhnogo i validnogo oprosnika zavisimosti ot social'nyh setej // *Sistemnaya psihologiya i sociologiya*. 2021 (a). № 2(38). S. 41-55. DOI: 10.25688/2223-6872.2021.38.2.04.
- Shejnov V. P., Devicyan A. S. Trekhfaktornaya model' zavisimosti ot social'nyh setej // *Rossijskij psihologicheskij zhurnal*. 2021(b). № 3. S. 145158.
- Shejnov V. P., Devicyan A. S. Faktornaya struktura modeli zavisimosti ot smartfona // *Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Social'naya i ekonomicheskaya psihologiya*. 2021 (v). T. 6. № 3(23). S. 174. URL: <http://soc-econom-psychology.ru/engine/documents/document974.pdf> (data dostupa 14.04.2022). DOI: 10.38098/ipran.sep_2021_23_3_07.
- Andreassen C.S., Pallesen S., Griffiths M.D. The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey // *Addictive behaviors*. 2017. V. 64. P. 287-293. DOI: 10.1016/j.addbeh.2016.03.006.
- Casale S., Banchi V. Narcissism and problematic social media use: A systematic literature review // *Addictive Behaviors Reports*. 2020. V. 11. June 20. DOI: 10.1016/j.abrep.2020.100252.
- Choi Y. Narcissism and Social Media Addiction in Workplace // *The Journal of Asian Finance, Economics and Business*. 2018. 5(2). P. 95-104. DOI: 10.13106/JAFEB.2018.VOL5.NO2.95.
- Chung K.L., Morshidi I., Yoong L.C., Thian K.N. The role of the dark tetrad and impulsivity in social media addiction: Findings from Malaysia // *Personality and Individual Differences*. 2019. № 1. P. 62-67. DOI: 0.1016/j.paid.2019.02.016Get.
- Gu H.J., Lee O.S., Hong M.J. The relationship between SNS addiction tendency, self-assertiveness, interpersonal problems and in college students // *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. 2016. V. 17. Is. 4. P. 180-187.

В.П. Шейнов, А.С. Девизин

Взаимосвязь зависимости от социальных сетей и признаков психологического неблагополучия

- Hawk S.T., van den Eijnden R.J.J.M., van Lissa C.J, ter Bogt T.F.M. Narcissistic adolescents' attention-seeking following social rejection: Links with social media disclosure, problematic social media use, and smartphone stress // *Computers in Human Behavior*. 2019. V. 92. P. 65-75. DOI: 10.1016/j.chb.2018.10.032.
- Jeong S.H., Kim H.J., Yum J.Y., Hwang Y. What type of content are smartphone users addicted to?: SNS vs. games // *Computers in Human Behavior*. 2016. January 2016. P. 10-17. DOI: 10.1016/j.chb.2015.07.035.
- O'Sullivan A., Hussain Z. An Exploratory Study of Facebook Intensity and its Links to Narcissism, Stress, and Self-esteem // *Journal of Addictive Behaviors, Therapy&Rehabilitation*. 2017. № 06(01). URL: <http://hdl.handle.net/10545/621865> (data dostupa 14.04.2022).
- Savci M., Aysan F. Relationship between Impulsivity, Social Media Usage and Loneliness // *Educational Process: International Journal*. 2016. V. 5. Is. 2. P. 104-115. DOI: 10.12973/edupij.2016.52.2.
- Shin M., Lee J., Chyung Y.J., Kim P.W., Jung S.Y. Integrating psychosocial and cognitive predictors of social networking service addiction tendency using structural equation modeling // *Psychologia*. 2016. V. 59. № 4. P. 182-201. DOI: 10.2117/psysoc.2016.182.
- Sindermann C., Elhai J.D., Montag Ch. Predicting tendencies towards the disordered use of Facebook's social media platforms: On the role of personality, impulsivity, and social anxiety // *Psychiatry Research*. 2020. V. 285. March 20. DOI: 10.1016/j.psychres.2020.112793.

В.П. Шейнов, А.С. Девитсын

Взаимосвязь зависимости от социальных сетей и признаков психологического неблагополучия

RELATIONSHIP OF SOCIAL MEDIA DEPENDENCE WITH PSYCHOLOGICAL ADVERSE

V.P. Sheinov*, A.S. Devitsyn**

*Sc.D. (sociology), professor, department of psychology and pedagogical skills, Republican Institute of Higher Education; 15, Moscowstr., Minsk, Belarus, 220001; e-mail: sheinov1@mail.ru

**Senior lecturer, department of web technologies and computer modeling, Belarusian State University; 4, Nezavisimosti av., Minsk, Belarus, 220030; e-mail: devitsin@gmail.com

Summary. The negative consequences of dependence on social networks (anxiety, depression, stress, dissatisfaction with life, etc.) contribute to the psychological distress of its victims. The aim of the study is to identify in Russian-speaking women and men the alleged links of dependence on social networks with signs of psychological distress (impulsivity, narcissism, vulnerability from manipulation, non-assertiveness, smartphone addiction and its factors). Dependence on a smartphone and on social networks, assertiveness and insecurity from manipulation were diagnosed by the author's questionnaires, the reliability and validity of which had been previously proven; impulsivity – «Methodology» by V.A. Losenkov, narcissism – questionnaire E. Kot «Are you a narcissist»? Subjects – 956 users of social networks, including 647 women (M=21,5, SD=7,7) and 309 men (M=20,7, SD=7,5). Statistically significant connections of dependence of women and men on social networks were revealed: negative – with age and assertiveness and positive – with impulsivity, narcissism, dependence on a smartphone and all its factors («Loss of control», «Fear of refusal», «User's euphoria»). The leading role of the factor "Psychological state" was confirmed depending on social networks. It is shown that not only the dependences on social networks and on the smartphone are positively related, but also all the factors that form them have positive and rather strong connections among themselves, which indicates that the connections between the studied dependencies are very deep. The established links of dependence on social networks and its factors with all factors of dependence on a smartphone are new for both domestic and foreign studies. The links of addiction to social networks with lack of assertiveness, impulsivity, narcissism and addiction to smartphones are confirmed in the Russian-speaking society by the results obtained earlier abroad. The hypothesis about a possible connection between dependence on social networks and vulnerability from manipulation has not been confirmed.

Keywords: dependence on social networks, psychological distress, impulsivity, narcissism, assertiveness, vulnerability from manipulation, dependence on a smartphone, factors, women, men.