

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

ЛИЧНОСТНЫЕ КОРРЕЛЯТЫ ЦИФРОВЫХ ЗАВИСИМОСТЕЙ ВЗРОСЛЫХ

©2025 г. В.П. Шейнов*, В.А. Карпиевич**

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

**Кандидат исторических наук, доцент, кафедра философии и права, Белорусский государственный технологический университет, 220006, Республика Беларусь, г. Минск, ул. Свердлова, 13а; e-mail: karpievich68@yandex.by

DOI: 10.38098/ipran.sep_2025_38_2_04

Поступила в редакцию 20 января 2025 г.

Аннотация. Исследование было направлено на выявление у русскоязычных мужчин и женщин возможных взаимосвязей зависимости от видеоигр, смартфона, социальных сетей, тревожностью и депрессией, продолжительностью ежедневных видеоигр, проблемами со сном. В исследовании использованы: опросник АПА зависимости от видеоигр, короткая версия опросника зависимости от смартфона (автор В.П. Шейнов), опросник зависимости от социальных сетей (В.П. Шейнов, А.С. Девицын), короткая версия опросника прокрастинации (В.П. Шейнов, А.С. Девицын), русскоязычная версия Госпитальной шкалы тревоги и депрессии (М.А. Морозова и др.). У мужчин и женщин старше 21 года выявлены положительные взаимосвязи между зависимостью от видеоигр, зависимостью от социальных сетей, зависимостью от смартфона, депрессией, тревожностью, продолжительностью ежедневного участия в играх, проблемами со сном. У мужчин статистически значимо больше, чем у женщин выражены зависимость от видеоигр, зависимость от социальных сетей, зависимость от смартфона, агрессивность и продолжительность ежедневной игры. С возрастом у мужчин и женщин в целом уменьшаются зависимость от видеоигр, зависимость от смартфона, зависимость от социальных сетей и прокрастинация; при этом у мужчин увеличивается тревожность и депрессия, а у женщин уменьшается агрессивность и продолжительность ежедневных видеоигр. Выявленные в настоящем исследовании результаты имеют определенное теоретическое значение. Они показывают, что зависимость от видеоигр, смартфона и социальных сетей образуют (состоящий из трех элементов и образующий единство) триединый концепт, который можно определить, как «Проблемный комплекс цифровых зависимостей», включающий в себя зависимость от смартфона, зависимость от социальных сетей и зависимость от видеоигр с их положительными взаимосвязями между собой и положительными связями с такими проблемными свойствами личности, как тревожность, депрессия, проблемы со сном и продолжительность ежедневных видеоигр.

Ключевые слова: зависимость от видеоигр, зависимость от смартфона, зависимость от социальных сетей, тревога, депрессия, продолжительность ежедневных видеоигр, проблемы со сном, взрослые.

Цифровые зависимости – от видеоигр, смартфона и социальных сетей – получили значительное распространение в современной жизни. Данное обстоятельство вызывает обоснованную тревогу, поскольку подобные зависимости наносят вред здоровью и успешной деятельности человека.

Оценки *распространенности цифровых зависимостей* в мире таковы: 27% – для зависимости от смартфона, 17,42% – для зависимости от социальных сетей, 14,22% – для интернет-зависимости в целом, и 6,04% – для игровой зависимости. Более высокая распространенность цифровой зависимости обнаружена в странах с низким и ниже среднего уровнем дохода. Мужчины имеют более высокий риск интернет- и игровой зависимости. Обнаружена тенденция к росту цифровой зависимости за последние два десятилетия, которая значительно ускорилась во время пандемии COVID-19 (Meng et al., 2022).

Видеоигра (англ. video game) – игра с использованием изображений, сгенерированных электронной аппаратурой; игроков называют геймерами.

Выделяют три типа геймеров: *вовлеченные, проблемные и зависимые* (André et al., 2020). Два последних типа рассматриваются как слабое и сильное игровое расстройство.

Изучение структуры вовлеченности геймеров показало, что 4,5% из них соответствуют критерию вовлеченности в игры, 5,3% оказались проблемными (в части опасности попасть в зависимость от игр) геймерами, а 1,2 % достигли порогового значения игровой зависимости. Молодой возраст, многочасовое общение в интернете/социальных сетях и одиночество были связаны как с вовлеченными, так и с проблемными и зависимыми геймерами. Среди проблемных и зависимых геймеров встречается больше мужчин. Часы, проведенные в чате, показали большую корреляцию с проблемными/аддиктивными играми, чем с вовлеченными играми. Результаты

этого исследования показывают, что как высоко вовлеченные игроки, так и проблемные игроки, и зависимые игроки испытывают одиночество и психологический стресс в большей степени, чем остальные участники исследования (André et al., 2020).

Установлено, что 21% студентов колледжей играет в видеоигры, 44% в основном смотрят короткие видео, а 35% занимают время другими действиями в интернете (Xia et al., 2023). Эти, выработанные во время студенчества привычки создают в дальнейшем проблемы взрослому человеку.

В числе видов интернет-поведения видеоигры и короткие видео могут вызывать более серьезную *тревогу/депрессию*. По мере увеличения времени, проведенного за видеоиграми и просмотром коротких видео, тревога и депрессия становятся сильнее (там же).

Выявлены взаимосвязи одиночества *и тревожности* с зависимостью от видеоигр. При этом первые два фактора оказались их предикторами, а тревожность – последствием видеоигр (Krossbakken et al., 2018).

Ввиду этих и многих других аналогичных фактов неблагоприятных проявлений зависимости от видеоигр, в Международную классификацию болезней включено *интернет-игровое расстройство* (Internet gaming disorder – IGD) как «психическое расстройство, приводящее к личностным и социальным нарушениям» (Zhu et al., 2023, p. 754). Недавно проведенные международные исследования показали, что уровень распространенности в мире интернет-игрового расстройства близок к 2% (Hofstedt et al., 2023).

В ряде исследований обнаружена положительная связь между расстройством, связанным с интернет-играми (IGD) и *зависимостью от социальных сетей* (Krishnan, Chew, 2024). Проведение большего времени за игрой непосредственно взаимосвязано с зависимостью от видеоигр (Li et al.,

2020). Показано, что игровая зависимость тесно связана с *временем, проведенным за игрой*, и зависимостью от социальных сетей (Li et al., 2021).

Установлено также, что *зависимость от смартфона* имеет прямое влияние на расстройство, связанное с интернет-играми, поскольку последние тесно связаны ($p \leq 0,001$) со *от смартфон-аддикцией* (Zhang et al., 2024). В тринадцати исследованиях выявлены прямые связи IGD с *зависимостями от соцсетей* и *от смартфона* (Casale et al., 2021).

Результаты исследований свидетельствуют о том, что степень тяжести IGD связана с ухудшением *качества сна* (Wong et al., 2020). Выявлены опосредованные связи между временем, проведенным за игрой, и показателями психологического дистресса и бессонницы (Lin et al., 2023). К примеру, среди китайских студентов университета распространенность нарушения сна составляет 14% (Li et al., 2023).

Существует линейная умеренная положительная связь между зависимостью от социальных сетей, депрессией ($r=0,25$, $p \leq 0,01$) (Shahid et al., , 2024).

Мужской пол в большей степени связан с игровой зависимостью, чем женский, и мужчины проводят больше времени за видеоиграми (Wartberg et al., 2020). Обнаружено, что мужчины в тестах на IGD набирают значительно больше баллов, чем женщины (Zhu et al., 2023). Анализ более 20 исследований, проведенных преимущественно в Европе, также показал, что большинство исследователей выявили более высокие показатели IGD у мужчин (González-Bueso et al., 2018).

Американская Психиатрическая Ассоциация (АПА) разработала девять критериев для диагностики расстройства зависимости от видеоигр, на основе которых создан соответствующий опросник АПА (Higuchi et al., 2021).

В настоящее время для исследования зависимостей от видеоигр используется ряд опросников, разработанных отечественными авторами (А.В. Гришина, О.М. Видова, С.В. Краснова, Е.В. Беловол, И.В. Колотилова, А.В. Лузько и др.). Но данные методики разрабатывались с учетом особенностей подросткового и юношеского возраста, что затрудняет их использование при изучении взрослых категорий любителей видеоигр. Они также не позволяют сравнивать получаемые в исследованиях результаты с теми, что обнаружены зарубежными исследователями по *видеоиграм*. Поэтому в данной работе использован опросник зависимости от видеоигр АПА, адаптированный нами к русскоязычному социуму.

Ввиду важности приведенных выше зарубежных результатов возникает вопрос, имеют ли место аналогичные связи в русскоязычной среде?

Цель данной статьи – выявление у русскоязычных мужчин и женщин возможных взаимосвязей между зависимостью от видеоигр, зависимостью от смартфона, зависимостью от социальных сетей, тревожностью, депрессией, продолжительностью ежедневной игры, проблемами со сном.

Гипотеза исследования: существуют положительные взаимосвязи между зависимостью от видеоигр, зависимостью от социальных сетей, зависимостью от смартфона, депрессией, тревожностью, продолжительностью ежедневного участия в играх, проблемами со сном.

Задачи исследования:

- выявить взаимосвязи между зависимостью от видеоигр, зависимостью от социальных сетей, зависимостью от смартфона, депрессией, тревожностью, продолжительностью ежедневного участия в играх, проблемами со сном.

- сопоставить степень выраженности у мужчин и женщин зависимости от видеоигр, зависимости от социальных сетей, зависимости от смартфона, агрессивности и продолжительности ежедневной игры.

- определить характер изменений с возрастом у мужчин и женщин зависимости от видеоигр, зависимости от смартфона, зависимости от социальных сетей, прокрастинации, тревожности, депрессии, агрессивности и продолжительность ежедневных видеоигр.

МЕТОДИКА

Процедура

Основой эмпирического исследования послужили результаты тестирования 279 взрослых респондентов старше 21 года (средний возраст $M=31,5$ года, $SD=9,5$), в том числе 141 женщина и 138 мужчин.

Использованные методики

В исследовании использованы:

- адаптированный опросник АПА зависимости от видеоигр (Higuchi et al., 2021), измеряющий степень зависимости от видеоигр;
- короткая версия опросника зависимости от смартфона (Шейнов, 2021), измеряющий степень зависимости от смартфона;
- опросник зависимости от социальных сетей (Шейнов, Девицын, 2021), измеряющий степень зависимости от социальных сетей;
- русскоязычная версия Госпитальной шкалы тревоги и депрессии (Морозова и др., 2023), измеряющий степень зависимости от тревоги и депрессии.

Респондентам были заданы дополнительные вопросы: 1) Сколько часов ежедневно проводите за видеоиграми? 2) Есть ли у Вас проблемы со сном?

Статистический анализ проводился программами из пакета SPSS-22, принят уровень статистической значимости $p \leq 0,05$.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

1. Проверка опросника зависимости от видеоигр для русскоязычных испытуемых

Однородность опросника зависимости от видеоигр (АПА) оказалась приемлемой: коэффициент α - Кронбаха равен 0,785.

Дискриминативность всех пунктов опросника АПА оказалась высокой: корреляции пунктов опросника с его результатом $\geq 0,570$ ($p \leq 0,001$) по Пирсону и $\geq 0,465$ ($p \leq 0,001$) по Кендаллу.

Проверка *надежности* опросника АПА проведена по его: 1) внутренней согласованности (однородности) и 2) дискриминативности и 3) повторным тестированием (ретестом). Однородность опросника АПА количественно оценивается коэффициентом Альфа Кронбаха, равным 0,785, то есть превышает рекомендуемые (всеми пособиями) значение его показателя, не меньшего, чем 0,7. Дискриминативность пунктов опросника (как следует из предыдущего) также весьма высокая.

Ретестовая надежность опросника АПА проверена повторным тестированием с интервалом в один месяц. В ретесте приняли участие 97 респондентов. Корреляция между первым и вторым тестом равна 0,710 ($p \leq 0,001$). Этот результат свидетельствует о хорошей ретестовой надежности опросника АПА, поскольку показатель, больший 0,7 служит свидетельством надежности по данному критерию.

2. Выявление взаимосвязей зависимости от видеоигр с личностными свойствами взрослых геймеров

2. Проверка по критерию Колмогорова-Смирнова показала, что часть выборок изучаемых переменных отвечает нормальному распределению, другая

– не соответствует ему. Нормально распределенными оказались ответы респондентов на вопросы опросников зависимости от социальных сетей (ЗСС), зависимости от смартфона (ЗС), тревожности и депрессии. Распределения, отличающиеся от нормального, имеют место для ответов на опросники зависимости от видеоигр (ЗВИ), продолжительности ежедневного использования видеоигр и проблем со сном.

3. Поэтому возможные взаимосвязи между переменными были выявлены посредством параметрической корреляции Пирсона и непараметрической корреляции Кендалла; последняя выбрана, поскольку обнаруживает как линейные, так и нелинейные взаимосвязи.

4. Взаимосвязи зависимости от смартфона и зависимости от социальных сетей с личностными свойствами активно изучались в русскоязычном социуме (Шейнов, 2021; Шейнов, Девицын, 2021), получены соответствующие результаты по теме статьи. Поэтому первоначально сосредоточимся на вопросе исследования в части зависимости от видеоигр.

Искомые взаимосвязи зависимости от видеоигр с личностными свойствами показаны в нижеследующих таблицах 1-5.

Таблица 1.

Корреляции r Пирсона и τ Кендалла зависимости от видеоигр с личностными свойствами взрослых ($N=279$).

Корреляции	Пол	Зависимость от соцсетей (ЗСС)	Зависимость от смартфона (ЗС)	Тревожность	Депрессия	Продолжительность игрового времени	Проблемы со сном
r	-0,025	0,356**	0,388**	0,303**	0,275**	0,588**	0,329**
p	0,682	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
τ	-0,060	0,279**	0,295**	0,201**	0,222**	0,622**	0,308**
p	0,272	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000

Примечание: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$.

Данные в таблице 1 показывают, что зависимость от видеоигр положительно коррелирует и по Пирсону, по Кендаллу со всеми рассматриваемыми свойствами и отрицательно – с женским полом.

Эти результаты соответствуют ранее полученным зарубежным результатам: положительным взаимосвязям зависимости от видеоигр с *зависимостью от социальных сетей* (Krishnan, Chew, 2024; Li et al., 2020; Li et al., 2021), *зависимостью от смартфона* (Zhang et al., 2024), *депрессией* и *тревогой* (Xia et al., 2023), *продолжительностью ежедневного участия в играх* (Li et al., 2020, 2021; Nordby et al., 2019;), *проблемами со сном* (Lin et al., 2023; Wong et al., 2020).

Отрицательная связь зависимости от видеоигр с женским полом соответствует ранее полученным зарубежным результатам (González-Bueso et al., 2018; Wartberg et al., 2020; Zhu et al., 2023).

Ввиду возможных различий во взаимосвязях зависимости от видеоигр в зависимости от пола, рассмотрим их отдельно для взрослых мужского и женского пола.

Таблица 2.

Корреляции r Пирсона и τ Кендалла зависимости от видеоигр с личностными свойствами взрослых мужского пола (N=138).

Корреляции	ЗСС	ЗС	Тревожность	Депрессия	Продолжительность игрового времени	Проблемы со сном
r	0,344**	0,385**	0,349**	0,327**	0,636**	0,231
p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,007
τ	0,242**	0,317**	0,237*	0,310**	0,612**	0,244*
p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001

Примечание: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$.

В.П. Шейнов, В.А. Карпиевич

Личностные корреляты цифровых зависимостей взрослых

Таблица 3.

Корреляции r Пирсона и τ Кендалла зависимости от видеоигр с личностными свойствами взрослых женского пола (N=141).

Кор- реляции	ЗСС	ЗС	Тревож- ность	Депресси я	Продолжител ьность игрового времени	Проблемы со сном
r	0,366**	0,392**	0,260*	0,228	0,549**	0,422**
p	0,000	0,000	0,002	0,007	0,000	0,000
τ	0,295**	0,257**	0,180**	0,155*	0,636**	0,374**
p	0,000	0,000	0,007	0,019	0,000	0,000

Примечание: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$.

Данные в таблицах 2 и 3 свидетельствуют о том, что зависимость от видеоигр геймеров мужского и женского пола положительно взаимосвязана со всеми рассматриваемыми нами личностными свойствами, а различия проявляются только в силе взаимосвязей: у женщин они выше по зависимостям от соцсетей и проблемам со сном, у мужчин они более выражены в тревожности и депрессии.

Таблица 4.

Корреляции r Пирсона и τ Кендалла зависимости от видеоигр с личностными свойствами взрослых 22-29 лет (N=154).

Кор- реляции	ЗСС	ЗС	Тревож- ность	Депресси я	Продолжительность игрового времени	Проблемы со сном
r	0,352*	0,383**	0,398**	0,346**	0,604**	0,263*
p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001
τ	0,245*	0,322**	0,272**	0,321**	0,583**	0,281**
p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000

Примечание: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$.

Таблица 5.

Корреляции r Пирсона и τ Кендалла зависимости от видеоигр с личностными свойствами взрослых 30 лет и старше (N=125).

Корреляции	ЗСС	ЗС	Тревожность	Депрессия	Продолжительность игрового времени	Проблемы со сном
r	0,379**	0,401**	0,182*	0,177*	0,581**	0,415**
p	0,000	0,000	0,045	0,048	0,000	0,000
τ	0,332**	0,247**	0,130	0,111	0,683**	0,376**
p	0,000	0,000	0,067	0,115	0,000	0,000

Примечание: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$.

Представленная таблицами 4 и 5 дальнейшая проверка показала, что в группах взрослых 22-29 лет, 30 лет и старше имеются те же связи зависимости от видеоигр, что и в общей группе взрослых (тревожность и депрессия распределены нормально, поэтому засчитываем результат по корреляции Пирсона). Таким образом, показанные таблицей 1 взаимосвязи зависимости от видеоигр проявляются у взрослых геймеров в возрасте и до 30, и после 30 лет.

3. Степень выраженности проблемных личностных свойств у взрослых пользователей

Для определения выраженности изучаемых нами проблемных свойств взрослых респондентов в следующей таблице 6 представим их средние значений у мужчин и женщин и показатель p значимости различий. При этом выделим (п/ж) статистически значимые случаи превышения показателей личностных свойств у одного пола над другим.

Данные таблицы 6 показывают, что у мужчин статистически значимо больше, чем у женщин выражены зависимость от видеоигр, зависимость от социальных сетей, зависимость от смартфона и продолжительность ежедневной игры.

Таблица 6.

Сравнение средних значений личностных свойств мужчин и женщин.

Свойства личности	Пол	N	Средние значения	p
Зависимость от видеоигр (ЗВИ)	Мужчины	138	1,81	0,041
	Женщины	141	1,50	
Зависимость от Соцсетей (ЗСС)	Мужчины	138	34,96	0,032
	Женщины	141	31,96	
Зависимость от Смартфона (ЗС)	Мужчины	138	18,09	0,042
	Женщины	141	15,59	
Тревожность	Мужчины	138	7,32	0,675
	Женщины	141	7,10	
Депрессия	Мужчины	138	7,13	0,772
	Женщины	141	7,27	
Продолжительность игрового времени	Мужчины	138	2,09	0,047
	Женщины	141	1,84	
Проблемы со сном	Мужчины	138	1,72	0,073
	Женщины	141	1,57	

Во многих зарубежных статьях указывается, что зависимости от социальных сетей и от смартфона положительно коррелируют с женским полом. Наши исследования подтвердили это в исследованиях школьников и студентов (соответствующие статьи находятся в печати), однако это не имеет места в случае взрослых старше 21 года. О большей выраженности зависимости взрослых мужчин от социальных сетей и от смартфона свидетельствует таблица 6, а также данные наших предыдущих исследований (Шейнов, Девицын, 2022; Шейнов, Ермак, 2023).

4. Личностные корреляты цифровых зависимостей школьников

Нижеследующая таблица 5 показывает, что все изучаемые и представленные в таблицах 2-4 личностные свойства положительно связаны как с зависимостью от видеоигр, так с зависимостями от социальных сетей и от смартфона и положительно все связаны между собой. Причем это имеет место и для общей выборки взрослых, и для ее мужской и женской ее подвыборок. Для краткости приведем только таблицу соответствующих корреляций для

общей выборки взрослых (табл. 7). Поскольку часть выборок распределена ненормально, то в таблице приводим корреляции τ Кендалла. Соответствующие корреляции Пирсона показывают значительно более высокие значения.

Таблица 7.

Корреляции τ Кендалла цифровых зависимостей между собой и с личностными свойствами взрослых (N=279).

Корреляция	ЗВИ	ЗСС	ЗС	Тревожность	Депрессия	Продолжительность игрового времени	Проблемы со сном
ЗВИ	1,000	0,279**	0,295**	0,201**	0,222**	0,622**	0,308**
ЗСС	0,279**	1,000	0,464**	0,266**	0,189**	0,259**	0,299**
ЗС	0,295**	0,464**	1,000	0,451**	0,364**	0,169*	0,298**
Тревожность	0,201**	0,266**	0,451**	1,000	0,543**	0,186**	0,379**
Депрессия	0,222**	0,189**	0,364**	0,543**	1,000	0,265**	0,338**
Продолжительность игрового времени	0,622**	0,259**	0,169*	0,186**	0,265**	1,000	0,251**
Проблемы со сном	0,308**	0,299**	0,298**	0,379**	0,338**	0,251**	1,000

Примечание: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$.

Таким образом, зависимость от видеоигр, зависимость от смартфона и зависимость от социальных сетей образуют триединый концепт (конструкт), который можно определить, как «Проблемный комплекс цифровых зависимостей», включающий в себя зависимость от смартфона, зависимость от социальных сетей и зависимость от видеоигр с их положительными взаимосвязями между собой и положительными взаимосвязями с такими проблемными свойствами личности как тревога, депрессия, проблемы со сном и продолжительность ежедневного использования видеоигр.

5. Влияние возраста на проявления проблемных свойств личности взрослых

Влияние возраста на изучаемые свойства личности отражено в нижеследующей таблице 8.

Таблица 8.

Корреляции r Пирсона и τ Кендалла цифровых зависимостей и проблемных свойств личности с возрастом взрослых ($N=279$).

Корреляция	ЗВИ	ЗСС	ЗС	Тревожность	Депрессия	Продолжительность игрового времени	Проблемы со сном
r	-0,127*	-0,119*	-0,404**	0,048	-0,071	-0,099	-0,127*
p	0,036	0,048	0,000	0,424	0,237	0,102	0,036
τ	-0,077	-0,049	-0,323**	0,067	-0,027	-0,082	-0,077
p	0,067	0,246	0,000	0,117	0,531	0,092	0,067

Примечание: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$.

Данные в таблице 8 показывает, что с возрастом у взрослых в целом уменьшаются зависимость от видеоигр, зависимость от смартфона, зависимость от социальных сетей. Проблемы со сном распределены не нормально, поэтому засчитываем корреляцию по Кендаллу, а она статистически незначима.

Исследуемые нами связи изучаемых свойств личности с возрастом могут отличаться у мужчин и женщин. Поэтому в нижеследующих таблицах 9 и 10 представлены соответствующие корреляции у мужчин и женщин.

Представленные в таблицах 9 и 10 корреляции свидетельствуют о том, что тревожность и депрессия у мужчин с возрастом увеличивается, а у женщин уменьшается продолжительность ежедневных видеоигр.

Таблица 9.

В.П. Шейнов, В.А. Карпиевич

Личностные корреляты цифровых зависимостей взрослых

Корреляции r Пирсона и τ Кендалла цифровых зависимостей и проблемных свойств личности с возрастом мужчин (N=138).

Корреляция	ЗВИ	ЗСС	ЗС	Тревожность	Депрессия	Продолжительность игрового времени	Проблемы со сном
r	-0,063	0,149	0,129	0,341**	0,307**	-0,032	-0,009
p	0,463	0,084	0,133	0,000	0,000	0,712	0,919
τ	0,005	0,104	0,115	0,231**	0,236**	-0,007	-0,008
p	0,936	0,103	0,072	0,000	0,000	0,916	0,913

Примечание: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$.

Таблица 10.

Корреляции r Пирсона и τ Кендалла цифровых зависимостей и проблемных свойств личности с возрастом женщин (N=141).

Корреляция	ЗВИ	ЗСС	ЗС	Тревожность	Депрессия	Продолжительность игрового времени	Проблемы со сном
r	-0,067	-0,088	-0,087	-0,061	0,011	-0,190*	-0,034
p	0,433	0,300	0,309	0,474	0,899	0,024	0,688
τ	-0,070	-0,060	-0,052	-0,029	-0,012	-0,175**	0,001
p	0,278	0,312	0,382	0,636	0,845	0,008	0,994

Примечание: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$.

Представленные результаты показывают, что все гипотезы исследования полностью подтвердились. Полученные результаты представлены в нижеследующем заключении.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате проведенного исследования у русскоязычных мужчин и женщин старше 21 года выявлены положительные взаимосвязи между зависимостью от видеоигр, зависимостью от социальных сетей, зависимостью от смартфона, депрессией, тревожностью, продолжительностью ежедневного участия в играх, проблемами со сном.

У мужчин статистически значимо больше, чем у женщин выражены зависимость от видеоигр, зависимость от социальных сетей, зависимость от смартфона и продолжительность ежедневной игры.

С возрастом у мужчин и женщин в целом уменьшаются зависимость от видеоигр, зависимость от смартфона, зависимость от социальных сетей; при этом у мужчин увеличивается тревожность и депрессия, а у женщин уменьшается продолжительность ежедневных видеоигр.

Выявленные в настоящем исследовании результаты имеют определенное теоретическое значение. Они, в частности, показывают, что зависимость от видеоигр, зависимость от смартфона и зависимость от социальных сетей образуют (состоящий из трех элементов и образующий единство) триединый концепт, который можно определить, как *«Проблемный комплекс цифровых зависимостей»*, включающий в себя зависимость от смартфона, зависимость от социальных сетей и зависимость от видеоигр с их положительными взаимосвязями между собой и положительными взаимосвязями с такими проблемными свойствами личности как тревожность, депрессия, проблемы со сном и продолжительность ежедневных видеоигр.

В практическом плане полученные в данном исследовании результаты могут быть использованы в работе по предотвращению формирования у учащихся и студентов цифровых зависимостей. Эти результаты показывают, что любая из сформировавшихся цифровых зависимостей психологически связана с другими двумя зависимостями и потому может дополняться этими. Сообщение результатов данного исследования может способствовать убедительности этого воспитательного воздействия.

Перспективы дальнейших исследований авторы видят в изучении *Проблемного комплекса цифровых зависимостей* с целью обнаружения новых

общих свойств и связей у трех цифровых зависимостей, составляющих данный концепт.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Морозова М.А., Потанин С.С., Бениашвили А.Г., Бурминский Д.С., Лепилкина Т.А., Рупчев Г.Е., Кибитов А.А.* Валидация русскоязычной версии Госпитальной шкалы тревоги и депрессии в общей популяции // Профилактическая медицина. 2023. Т. 26. № 4. С. 7-14. DOI:10.17116/profmed2023260417.
- Шейнов В.П.* Короткая версия опросника «Шкала зависимости от смартфона» // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда, 2021. № 1. С 97-115. DOI: 10.38098/ipran.opwp.2021.18.1.005.
- Шейнов В.П., Девцын А.С.* Разработка надежного и валидного опросника зависимости от социальных сетей // Системная психология и социология. 2021. № 2. С. 41-55. DOI:10.25688/2223-6872.2021.38.2.04.
- Шейнов В.П., Девцын А.С.* Зависимость от смартфона и ее взаимосвязи с эмоциональным интеллектом, уверенностью в себе и поведением в конфликтах // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2022. Т. 7. № 4(28). С. 55-77. DOI: 10.38098/ipran.sep_2022_26_4_03.
- Шейнов В.П., Ермак В.О.* Взаимосвязи проблемного использования социальных сетей с виктимизацией, кибербуллингом и незащищенностью от манипуляций // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2023. Т. 8. № 1 (29). С. 172-196. DOI: 10.38098/ipran.sep_2023_29_1_6.
- André F., Broman N., Håkansson A., Claesdotter-Knutsson E.* Gaming addiction, problematic gaming and engaged gaming-Prevalence and associated characteristics // Addictive Behaviors Reports. 2020. V. 12. P. 100324. DOI: 10.1016/j.abrep.2020.100324.
- Casale S., Musicò A., Spada M.M.* A systematic review of metacognitions in Internet Gaming Disorder and problematic Internet, smartphone and social networking sites use // Clinical Psychology & Psychotherapy. 2021. V. 28. № 6. P. 1494-1508. DOI: 10.1002/cpp.2588.
- González-Bueso V., Santamaría J.J., Fernández D., Merino L., Montero E., Ribas J.* Association between internet gaming disorder or pathological video-game use and comorbid psychopathology: a comprehensive review // International journal of environmental research and public health. 2018. V. 15. №. 4. P. 668.
- Higuchi S., Osaki Y., Kinjo A., Mihara S., Maezono M., Kitayuguchi T., Matsuzaki T., Nakayama H., Rumpf H., Saunders J.B.* Development and validation of a nine-item short screening test for ICD-11 gaming disorder (GAMES test) and estimation of the prevalence in the general young population // Journal of Behavioral Addictions. 2021. V. 10. №. 2. P. 263-280. DOI: 10.1556/2006.2021.00041.

В.П. Шейнов, В.А. Карпиевич

Личностные корреляты цифровых зависимостей взрослых

- Hofstedt A., Mide M., Arvidson E., Ljung S., Mattiasson J., Lindskog A., Söderpalm-Gordh A.* Pilot data findings from the Gothenburg treatment for gaming disorder: a cognitive behavioral treatment manual // *Frontiers in Psychiatry*. 2023. V. 14. P. 1162492. DOI:10.3389/fpsyt.2023.1162492.
- Krishnan A., Chew P.K.H.* Impact of Social Media Addiction and Internet Gaming Disorder on Sleep Quality: Serial Mediation Analyses // *Psychiatric Quarterly*. 2024. P. 1-18. DOI:10.1007/s11126-024-10068-9.
- Krossbakken E., Pallesen S., Mentzoni R.A., King D. L., Molde H., Finserås T.R., Torsheim T.* A Cross-Lagged Study of Developmental Trajectories of Video Game Engagement, Addiction, and Mental Health // *Front. Psychol*. 2018. № 9. P. 2239. DOI:10.3389/fpsyg.2018.02239.
- Li L., Griffiths M.D., Niu Z., Mei S.* Fear of missing out (FoMO) and gaming disorder among Chinese university students: Impulsivity and game time as mediators // *Issues in Mental Health Nursing*. 2020. V. 41. №. 12. P. 1104-1113. DOI:10.1080/01612840.2020.1774018.
- Li L., Niu Z., Griffiths M.D., Mei S.* Relationship Between Gaming Disorder, Self-Compensation Motivation, Game Flow, Time Spent Gaming, and Fear of Missing Out Among a Sample of Chinese University Students: A Network Analysis // *Front Psychiatry*. 2021. V. 12. P. 761519. DOI:10.3389/fpsyt.2021.761519.
- Li L., Liu L., Niu Z., Zhong H., Mei S., Griffiths M.D.* Gender differences and left-behind experiences in the relationship between gaming disorder, rumination and sleep quality among a sample of Chinese university students during the late stage of the COVID-19 pandemic // *Frontiers in Psychiatry*. 2023. V. 14. P. 1108016.
- Lin C.Y., Potenza M.N., Pontes H.M., Pakpour A.H.L.* Psychometric properties of the Persian Gaming Disorder Test and relationships with psychological distress and insomnia in adolescents // *BMC Psychol*. 2023. № 11. P. 326. DOI:10.1186/s40359-023-01368-z.
- Meng S.Q., Cheng J.L., Li Y.Y., Yang X.Q., Zheng J.W., Chang X.W., Shi Y., Chen Y., Lu L., Sun Y., Bao Y.P., Shi J.* Global prevalence of digital addiction in general population: A systematic review and meta-analysis // *Clinical psychology review*. 2022. V. 92. P. 102128. DOI:10.1016/j.cpr.2022.102128.
- Nordby K., Løkken R.A., Pfuhl G.* Playing a video game is more than mere procrastination // *BMC psychology*. 2019. V. 7. P. 33. DOI:10.1186/s40359-019-0309-9.
- Shahid M.S., Yousaf R., Munir H.* Social media addiction, depression and aggression in young adults // *Journal of Professional&Applied Psychology*. 2024. V. 5(2). P. 276-285. DOI: 10.1515/ijamh-2022-0111.
- Wartberg L., Kriston L., Thomasius R.* Internet gaming disorder and problematic social media use in a representative sample of German adolescents: Prevalence estimates, comorbid depressive symptoms and related psychosocial aspects // *Computers in Human Behavior*. 2020. V. 103. P. 31-36. DOI: 10.1016/j.chb.2019.09.014.

В.П. Шейнов, В.А. Карпиевич

Личностные корреляты цифровых зависимостей взрослых

- Wong H.Y., Mo H.Y., Potenza M.N., Chan M.N.M., Lau W.M., Chui T.K., Pakpour A.H., Lin C.-Y.I.* Relationships between severity of internet gaming disorder, severity of problematic social media use, sleep quality and psychological distress // *International journal of environmental research and public health*. 2020. V. 17. №. 6. P. 1879. DOI: 10.3390/ijerph17061879.
- Xia L.L., Li J.D., Duan F., Zhang J., Mu L.L., Wang L.J., Jiao C.Y., Song X., Wang Z., Chen J.X., Wang J.J., Wang Y., Zhang X.C., Jiao D.L.* Effects of Online Game and Short Video Behavior on Academic Delay of Gratification-Mediating Effects of Anxiety, Depression and Retrospective Memory // *Psychology Research and Behavior Management*. 2023. P. 4353-4365. DOI:10.2147/PRBM.S432196.
- Zhang M., Chi C., Liu Q., Zhang Y., Tao X., Liu H., Xuan B.* Prevalence of smartphone addiction and its relation with psychological distress and internet gaming disorder among medical college students // *Frontiers in Public Health*. 2024. V. 12. P. 1362121. DOI:10.3389/fpubh.2024.1362121.
- Zhu L., Zhu Y., Li S., Jiang Y., Mei X., Wang Y., Yang D., Zhao J., Mu L., Wang W.L.* Association of internet gaming disorder with impulsivity: role of risk preferences // *BMC psychiatry*. 2023. V. 23. №. 1. P. 754. DOI:10.3390/ijerph20043633.

BIBLIOGRAFICHESKIJ SPISOK

- Morozova M.A., Potanin S.S., Beniashvili A.G., Burminskij D.S., Lepilkina T.A., Rupchev G.E., Kibitov A.A. Validaciya russkoyazychnoj versii Gospital'noj shkaly trevogi i depressii v obshchej populyacii // *Profilakticheskaya medicina*. 2023. T. 26. № 4. S. 7-14. DOI:10.17116/profmed2023260417.
- Shejnov V.P. Korotkaya versiya oprosnika «SHkala zavisimosti ot smartfona» // *Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Organizacionnaya psihologiya i psihologiya truda*, 2021. № 1. S 97-115. DOI: 10.38098/ipran.opwp.2021.18.1.005.
- Shejnov V.P., Devicyn A.S. Razrabotka nadezhnogo i validnogo oprosnika zavisimosti ot social'nyh setej // *Sistemnaya psihologiya i sociologiya*. 2021. № 2. S. 41-55. DOI:10.25688/2223-6872.2021.38.2.04.
- Shejnov V.P., Devicyn A.S. Zavisimost' ot smartfona i ee vzaimosvyazi s emocional'nym intellektom, uverenost'yu v sebe i povedeniem v konfliktah // *Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Social'naya i ekonomicheskaya psihologiya*. 2022. T. 7. № 4(28). S. 55-77. DOI: 10.38098/ipran.sep_2022_26_4_03.
- Shejnov V.P., Ermak V.O. Vzaimosvyazi problemnogo ispol'zovaniya social'nyh setej s viktimizaciej, kiberbullingom i nezashchishchennost'yu ot manipulacij // *Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Social'naya i ekonomicheskaya psihologiya*. 2023. T. 8. № 1 (29). S. 172-196. DOI: 10.38098/ipran.sep_2023_29_1_6.
- André F., Broman N., Håkansson A., Claesdotter-Knutsson E. Gaming addiction, problematic gaming and engaged gaming-Prevalence and associated characteristics // *Addictive Behaviors Reports*. 2020. V. 12. R. 100324. DOI: 10.1016/j.abrep.2020.100324.

- Casale S., Musicò A., Spada M.M. A systematic review of metacognitions in Internet Gaming Disorder and problematic Internet, smartphone and social networking sites use // *Clinical Psychology & Psychotherapy*. 2021. V. 28. № 6. R. 1494-1508. DOI: 10.1002/cpp.2588.
- González-Bueso V., Santamaría J.J., Fernández D., Merino L., Montero E., Ribas J. Association between internet gaming disorder or pathological video-game use and comorbid psychopathology: a comprehensive review // *International journal of environmental research and public health*. 2018. V. 15. №. 4. R. 668.
- Higuchi S., Osaki Y., Kinjo A., Mihara S., Maezono M., Kitayuguchi T., Matsuzaki T., Nakayama H., Rumpf H., Saunders J.B., Development and validation of a nine-item short screening test for ICD-11 gaming disorder (GAMES test) and estimation of the prevalence in the general young population // *Journal of Behavioral Addictions*. 2021. V. 10. №. 2. R. 263-280. DOI: 10.1556/2006.2021.00041.
- Hofstedt A., Mide M., Arvidson E., Ljung S., Mattiasson J., Lindskog A., Söderpalm-Gordh A. Pilot data findings from the Gothenburg treatment for gaming disorder: a cognitive behavioral treatment manual // *Frontiers in Psychiatry*. 2023. V. 14. R. 1162492. DOI:10.3389/fpsyt.2023.1162492.
- Krishnan A., Chew P.K.H. Impact of Social Media Addiction and Internet Gaming Disorder on Sleep Quality: Serial Mediation Analyses // *Psychiatric Quarterly*. 2024. R. 1-18. DOI:10.1007/s11126-024-10068-9.
- Krossbakken E., Pallesen S., Mentzoni R.A., King D. L., Molde H., Finserås T.R., Torsheim T. A Cross-Lagged Study of Developmental Trajectories of Video Game Engagement, Addiction, and Mental Health // *Front. Psychol*. 2018. № 9. R. 2239. DOI:10.3389/fpsyg.2018.02239.
- Li L., Griffiths M.D., Niu Z., Mei S. Fear of missing out (FoMO) and gaming disorder among Chinese university students: Impulsivity and game time as mediators // *Issues in Mental Health Nursing*. 2020. V. 41. №. 12. R. 1104-1113. DOI:10.1080/01612840.2020.1774018.
- Li L., Niu Z., Griffiths M.D., Mei S. Relationship Between Gaming Disorder, Self-Compensation Motivation, Game Flow, Time Spent Gaming, and Fear of Missing Out Among a Sample of Chinese University Students: A Network Analysis // *Front Psychiatry*. 2021. V. 12. R. 761519. DOI:10.3389/fpsyt.2021.761519.
- Li L., Liu L., Niu Z., Zhong H., Mei S., Griffiths M.D. Gender differences and left-behind experiences in the relationship between gaming disorder, rumination and sleep quality among a sample of Chinese university students during the late stage of the COVID-19 pandemic // *Frontiers in Psychiatry*. 2023. V. 14. P. 1108016.
- Lin C.Y., Potenza M.N., Pontes H.M., Pakpour A.H.L. Psychometric properties of the Persian Gaming Disorder Test and relationships with psychological distress and insomnia in adolescents // *BMC Psychol*. 2023. № 11. R. 326. DOI:10.1186/s40359-023-01368-z.
- Meng S.Q., Cheng J.L., Li Y.Y., Yang X.Q., Zheng J.W., Chang X.W., Shi Y., Chen Y., Lu L., Sun Y., Bao Y.P., Shi J. Global prevalence of digital addiction in general population: A

В.П. Шейнов, В.А. Карпиевич

Личностные корреляты цифровых зависимостей взрослых

systematic review and meta-analysis // *Clinical psychology review*. 2022. V. 92. R. 102128. DOI:10.1016/j.cpr.2022.102128.

Nordby K., Løkken R.A., Pfuhl G. Playing a video game is more than mere procrastination // *BMC psychology*. 2019. V. 7. R. 33. DOI:10.1186/s40359-019-0309-9.

Shahid M.S., Yousaf R., Munir H. Social media addiction, depression and aggression in young adults // *Journal of Professional&Applied Psychology*. 2024. V. 5(2). R. 276-285. DOI: 10.1515/ijamh-2022-0111.

Wartberg L., Kriston L., Thomasius R. Internet gaming disorder and problematic social media use in a representative sample of German adolescents: Prevalence estimates, comorbid depressive symptoms and related psychosocial aspects // *Computers in Human Behavior*. 2020. V. 103. R. 31-36. DOI: 10.1016/j.chb.2019.09.014.

Wong H.Y., Mo H.Y., Potenza M.N., Chan M.N.M., Lau W.M., Chui T.K., Pakpour A.H., Lin C.-Y.I. Relationships between severity of internet gaming disorder, severity of problematic social media use, sleep quality and psychological distress // *International journal of environmental research and public health*. 2020. V. 17. №. 6. R. 1879. DOI: 10.3390/ijerph17061879.

Xia L.L., Li J.D., Duan F., Zhang J., Mu L.L., Wang L.J., Jiao C.Y., Song X., Wang Z., Chen J.X., Wang J.J., Wang Y., Zhang X.C., Jiao D.L. Effects of Online Game and Short Video Behavior on Academic Delay of Gratification-Mediating Effects of Anxiety, Depression and Retrospective Memory // *Psychology Research and Behavior Management*. 2023. R. 4353-4365. DOI:10.2147/PRBM.S432196.

Zhang M., Chi C., Liu Q., Zhang Y., Tao X., Liu H., Xuan B. Prevalence of smartphone addiction and its relation with psychological distress and internet gaming disorder among medical college students // *Frontiers in Public Health*. 2024. V. 12. R. 1362121. DOI:10.3389/fpubh.2024.1362121.

Zhu L., Zhu Y., Li S., Jiang Y., Mei X., Wang Y., Yang D., Zhao J., Mu L., Wang W.L. Association of internet gaming disorder with impulsivity: role of risk preferences // *BMC psychiatry*. 2023. V. 23. №. 1. R. 754. DOI:10.3390/ijerph20043633.

В.П. Шейнов, В.А. Карпиевич

Личностные корреляты цифровых зависимостей взрослых

PERSONALITY CORRELATES OF ADULTS' DIGITAL ADDICTIONS

V.P. Sheynov*, V.A. Karpievich**

*Sc.D. (sociology), Ph.D. (physic and mathematic), professor, department of psychology and pedagogical excellence, Republican Institute of Higher Education; 15, Moskovskaya str., Minsk, Belarus, 220001; e-mail: sheynov1@mail.ru

**Ph.D. (history), associate professor, department of philosophy and law, Belarusian State Technological University; 13A, Sverdlova str., Minsk, Belarus, 220006; e-mail: karpievich68@yandex.by

Summary: The aim of the article is to identify possible relationships among video game addiction, smartphone addiction, social media addiction, aggression, anxiety, depression, procrastination, duration of daily video game playing, and sleep problems in Russian-speaking men and women. The study used the following: the APA video game addiction questionnaire, a short version of the smartphone addiction questionnaire (author V.P. Sheynov), the social media addiction questionnaire (V.P. Sheynov, A.S. Devitsyn), a short version of the procrastination questionnaire (V.P. Sheynov, A.S. Devitsyn), the Russian version of the Hospital Anxiety and Depression Scale (M.A. Morozova et al.). In men and women over 21 years of age, positive relationships were found between video game addiction, social media addiction, smartphone addiction, depression, anxiety, duration of daily participation in games, and sleep problems. Males are statistically significantly more likely than females to have video game addiction, social media addiction, smartphone addiction, aggression, and daily gaming duration. With age, males and females generally show a decrease in video game addiction, smartphone addiction, social media addiction, and procrastination; however, males show an increase in anxiety and depression, while females show a decrease in aggression and daily gaming duration. The results of this study have some theoretical significance. They show that video game addiction, smartphone addiction, and social media addiction form a (three-element, unitary) triune concept that can be defined as the “Problem Complex of Digital Addictions,” which includes smartphone addiction, social media addiction, and video game addiction with their positive relationships among themselves and their positive relationships with problematic personality traits such as anxiety, depression, sleep problems, and daily gaming duration.

Keywords: video game addiction, smartphone addiction, social media addiction, anxiety, depression, duration of daily video game playing, sleep problems, adults.