

## ЗАВИСИМОСТЬ ЛИЧНОСТИ ОТ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ В БЕЛОРУССКОМ И УКРАИНСКОМ СОЦИУМАХ

## ADDICTION OF PERSONALITY TO SOCIAL NETWORKS IN BELARUSIAN AND UKRAINIAN SOCIETIES

**В. П. Шейнов,**  
*доктор социологических наук, профессор,  
профессор кафедры психологии  
и педагогического мастерства,  
Республиканский институт высшей школы;*

**Н. И. Тавровецкая,**  
*кандидат психологических наук, доцент кафедры  
общей и социальной психологии, Херсонский  
государственный университет, Украина;*

**А. С. Девицын,**  
*старший преподаватель кафедры  
веб-технологии и компьютерного моделирования,  
Белорусский государственный университет*

**V. Sheinov,**  
*Doctor of Sociology, Professor, Professor  
of the Department of Psychology and  
Pedagogical Mastery, Republican  
Institute of Higher School;*

**N. Tavrovetskaya,**  
*PhD in Psychology, Associate Professor of the  
Department of General and Social Psychology,  
Kherson State University, Ukraine;*

**A. Dziavitsyn,**  
*Senior Teacher of the Department of  
Web-Technology and Computer Modeling,  
Belarusian State University*

Поступила в редакцию 16.08.21.

Received on 16.08.21.

Социальные сети играют заметную роль в современной жизни, причем в условиях пандемии COVID-19 индивиды стали еще больше времени проводить в социальных сетях. Цель данного исследования – обнаружение у белорусов и украинцев связей зависимости от социальных сетей с состояниями и свойствами их пользователей, страдающих от этой зависимости, и сравнительный анализ полученных результатов.

В статье установлена положительная связь зависимости от социальных сетей белорусов и украинцев с тревожностью, депрессией, одиночеством, снижением самооценки и экстраверсией и отрицательная – с удовлетворенностью жизнью. В целом украинцы больше белорусов, а украинки больше украинцев-мужчин зависимы от социальных сетей.

Выявленные в исследовании связи зависимости от социальных сетей белорусов и украинцев соответствуют полученным в зарубежных исследованиях положительным связям этой зависимости с тревожностью, депрессией, одиночеством, снижением самооценки, экстраверсией и отрицательной ее связи с удовлетворенностью жизнью.

Установленные в статье связи зависимости от социальных сетей белорусов и украинцев с указанными негативными факторами показывают, что в процессе воспитательной работы с учащимися и студентами необходимо разъяснять опасность увлечения социальными сетями.

*Ключевые слова:* социальные сети, зависимость, тревожность, депрессия, одиночество, самооценка, экстраверсия, удовлетворенность жизнью, белорусы, украинцы, мужчины, женщины.

Social networks play a significant role in modern life, in particular in the conditions of COVID-19 pandemic individuals started spending more time in social networks. The goal of the given research is to reveal the connections between the addiction to social networks and the state and properties of their users who suffer from this addiction (related to Belarusians and Ukrainians) and to conduct a comparative analysis of the obtained results. The article has established a positive connection of addiction to social networks of Belarusians and Ukrainians with anxiety, depression, loneliness, low self-esteem and extraversion, a negative connection was established with satisfaction with life. In general, Ukrainians more than Belarusians and Ukrainian women more than Ukrainian men are addicted to social networks. The revealed connections of addiction to social networks of Belarusians and Ukrainians correspond to the positive connections of this addiction with anxiety, depression, loneliness, low self-esteem and extraversion and negative connections with satisfaction with life obtained in foreign research. The established connections of addiction to social networks of Belarusians and Ukrainians with the marked negative factors shows that in the process of educating work with students it is necessary to explain the danger of indulgence in social networks.

*Keywords:* social networks, addiction, anxiety, depression, loneliness, self-esteem, extraversion, satisfaction with life, Belarusians, Ukrainians, men, women.

**Введение.** Социальные сети оказывают значительное влияние на жизнь современных людей, и многие тратят сейчас на онлайн-общение больше времени, чем на личное общение. Количество пользователей социальных сетей растет, ежегодно увеличиваясь на 10 %. При этом в условиях пандемии коронавируса люди стали больше времени проводить в социальных сетях [1, с. 331], захватывая при этом все большую часть рабочего и учебного времени. Так, если до пандемии максимум времени нахождения в социальных сетях приходился на воскресенье (что вполне естественно), то теперь он приходится на вторник, включая время работы и учебы.

Указанные факты свидетельствуют об актуальности изучения данного явления и его влияния на все аспекты современной жизни.

Многочисленные экспериментальные результаты о зависимости от социальных сетей и ее взаимосвязях с состояниями и личными качествами их активных пользователей получены в большом числе зарубежных исследований (выполненных в США, Германии, Великобритании, Китае, Республике Корея, Израиле, Турции, Афганистане, Бангладеш и др.) с помощью опросников, диагностирующих данную зависимость. Отсутствие подобного инструмента у русскоязычных исследователей было серьезным

фактором, тормозившим проведение аналогичных исследований в отечественном социуме.

Такой опросник зависимости от социальных сетей в русскоязычном социуме, включающий 15 вопросов, был создан и с его помощью построена модель зависимости от социальных сетей [2].

В данном исследовании используются только те результаты, в достоверности которых нет сомнений, поскольку они получены в работах многих авторов.

Показано, что зависимость от социальных сетей связана с депрессией и тревогой, при этом наиболее зависимые и активные пользователи социальных сетей имеют склонность быстрее вырабатывать у себя симптомы депрессии и тревоги [3, с. 185].

В выборке участников исследования в Германии зависимость от Facebook оказалась связанной с нарциссизмом личности и с нарушениями психического здоровья (депрессия, тревожность и симптомы стресса) [4]. Связь зависимости от социальных сетей с тревогой показана и в других работах [5, с. 1883; 6, с. 73]. Взаимосвязь между зависимостью от социальных сетей и депрессией установлена в большом числе других зарубежных исследований [7, с. 158; 8, с. 628; 9, с. 101].

Люди с высоким нейротизмом в большей степени испытывают негативные эмоции и социальную тревогу, поэтому они могут предпочесть онлайн-общение, в котором имеют возможность изобразить идеализированный образ себя для поиска подтверждения этого, привлечения социальной поддержки и улучшения настроения. Эти мотивы приводят к более широкому использованию социальных сетей и увеличению зависимости от них [10, с. 199]. Как для экстравертов, так и для невротиков получение положительных отзывов из-за повышенной активности связано с увеличением риска зависимости от социальных сетей [11, с. 106].

Установлено наличие отрицательной умеренной корреляции между удовлетворенностью жизнью, самооценкой и зависимостью от социальных сетей [12, с. 35]. Показано, что зависимость, например от Facebook, связана с более низкой самооценкой и отрицательно влияет на удовлетворенность жизнью. Эти результаты получены рядом авторов, изучающих психологию активных пользователей социальных сетей [13; 14, с. 252; 15, с. 701; 16, с. 120].

Другие исследования также показали, что чрезмерное использование социальных сетей отрицательно связано с самооценкой, а последнее – с удовлетворенностью жизнью, причем самооценка опосредует влияние зависимости от социальных сетей на удовлетворенность жизнью [17, с. 576]. При этом коэффициент отрицательной корреляции между уровнем самооценки и зависимостью от социальных сетей значительно выше для пользователей, у которых более 500 подписчиков [18].

Выявлены наиболее важные предикторы зависимости от социальных сетей – одиночество и депрессия [9]. Действительно, риск зависимости от Facebook выше, если человек испытывает одиночество [8; 14]. В целом существует положительная взаимосвязь между уровнем зависимости от социальных сетей и уровнем их одиночества [6, с. 73].

В ряде работ показано, что женский пол способствует более высокому уровню зависимости от социальных сетей [2; 14; 19; 20].

Перечисленные отрицательные последствия зависимости от социальных сетей (депрессия, тревога, симптомы стресса, одиночество, низкая самооценка и неудовлетворенность жизнью) могут приводить к виктимизации жертв этой зависимости [21, с. 154]. Зависимость от социальных сетей делает индивида легко доступным объектом для кибербуллинга [22, с. 77] и других манипуляций в интернет-пространстве [23, с. 75; 24, с. 182].

Анализ предыдущих эмпирических исследований и аналитических обзоров показывает ряд социально-демографических особенностей группы риска интернет-зависимости: социально незрелая молодежь и подростки, холостые или разведенные мужчины (обычно без детей), а также лица, имеющие проблемы дезадаптации, опыт злоупотребления алкоголем или наркотиками, низкий уровень удовлетворенности жизнью, высокую стрессогенность в профессиональных или повседневных ситуациях [25, с. 21]. Следует отметить «перевернутую» возрастную динамику. Украинский исследователь В. В. Кириченко сравнил диагностические срезы, проведенные в 2014–2018 гг. в выборках разного возраста и обнаружил, что показатели подростков и юношей стали благополучнее благодаря формированию способности к контролю своего поведения в виртуальном пространстве, повышению цифровой культуры. В то же время у взрослых респондентов ситуация противоположная: на 5–14 % выросла доля зависимых лиц, которым трудно осуществлять самоконтроль в сети [26, с. 188].

Поэтому следует глубже изучать зависимость от социальных сетей.

В соответствии с представленными выше результатами, целью данного исследования является обнаружение в белорусском и украинском социумах связей зависимости от социальных сетей с состояниями и свойствами их пользователей, страдающих от этой зависимости, и сравнительный анализ полученных результатов.

### Методика

**Использованные методики.** За основу данной разработки принят Опросник зависимости от социальных сетей (ЗСС-15) [2].

Уровень *тревожности и депрессии* определялись посредством «Госпитальной шкалы тревоги и депрессии» (Hospital Anxiety and De-

pression Scale, HADS), разработанной A. S. Zigmond и R. P. Snaith. Адаптация шкалы для использования в отечественной практике произведена М. Ю. Дробижевым [27, с. 80–82].

*Удовлетворенность жизнью* измерялась с помощью опросника, предложенного E. Diener, R. A. Emmons, R. J. Larsen и S. Griffin, адаптированного на русском языке и валидизированного E. Н. Осиним и Д. А. Леонтьевым [28].

Степень испытываемого *одиночества* была оценена с помощью «Методики диагностики уровня субъективного ощущения одиночества» Д. Рассела и М. Фергюсона [29, с. 77–78].

*Экстраверсия, нейротизм и социальная желательность* ответов диагностировались широко известным Личностным опросником (ЕРІ) Г. Айзенка [30, с. 217–224], *самооценка* по методике С. В. Овчаровой (<https://womanadvice.ru/test-na-samoocenku-dlya-podrostkov>).

**Участники исследования и сбор данных.** В исследовании приняли участие 559 респондентов, ответивших онлайн на вопросы вышеперечисленных тестов. В том числе 303 респондента из Беларуси и 256 из Украины. Мужчин из Беларуси – 102 в возрасте 17–80 лет ( $M = 21,18$ ), из Украины – 98 (12–56 лет,  $M = 25,82$ ). Женщин из Беларуси – 201 в возрасте 17–62 года ( $M = 20,99$ ), из Украины – 158 (11–49 лет,  $M = 24,22$ ).

**Статистический анализ** осуществлялся с помощью пакета SPSS-22. Используются одновыборочный критерий Колмогорова-Смирнова

соответствия исследуемых экспериментальных выборок нормальному закону распределения, критерии Пирсона и Кендалла для вычисления корреляций, критерий Стьюдента-Фишера достоверности различия средних значений.

Рассматриваются связи на уровнях значимости  $p = 0,05$  и  $p = 0,01$ . Для формирования выводов принят уровень значимости  $p = 0,05$ .

### Результаты и их обсуждение

**Выбор методов статистического анализа.** Прежде чем проводить исследование, мы проверили, какие можно использовать методы корреляционного анализа. Ответ на этот вопрос получили с помощью одновыборочного критерия Колмогорова-Смирнова, проверяющего соответствие исследуемых экспериментальных выборок нормальному закону распределения.

Результаты применения этого критерия показали, что часть изучаемых переменных распределена нормально, другая имеет распределение, отличное от нормального. Поэтому в основу анализа возможных связей зависимости от социальных сетей положены корреляции по непараметрическому критерию Кендалла (который обнаруживает и линейные, и нелинейные связи), вычислив для сравнения и корреляции по параметрическому критерию Пирсона.

Результаты корреляционного анализа представлены в нижеследующих таблицах.

**Таблица 1. – Корреляция Кендалла зависимости от социальных сетей со свойствами и состояниями личности белорусов и украинцев**

	Трев.	Депр.	УЖ	Самооц.	Один.	Экс.	Нейр.	Ложь
Белорусы	,258**	,210**	-,132**	-,072	,202**	,271**	-,010	-,037
Украинцы	,295**	,220**	-,137**	-,147**	,213**	,224**	-,056	,088

Обозначения в таблицах 1–4: Трев. – тревожность, Депр. – депрессия, УЖ – удовлетворенность жизнью, Самооц. – самооценка, Один. – одиночество, Экс. – экстраверсия, Нейр. – нейротизм, Ложь – социально желательные ответы; \*\* – корреляция статистически значима при  $p = 0,01$ ; \* – корреляция статистически значима при  $p = 0,05$ ; выделены п/ж статистически значимые корреляции.

Таблица 1 показывает, что корреляции Кендалла, фиксируют положительную связь зависимости белорусов и украинцев от социальных сетей с *тревожностью, депрессией, одиночеством и экстраверсией* и отрицательную – с *удовлетворенностью жизнью*.

По переменной «Самооценка» у белорусов отсутствует связь зависимости от социальных сетей с этой переменной, а у украинцев эта связь статистически значима.

Для сравнения мы вычислили корреляции Пирсона. Оказалось, что корреляции Кендалла и Пирсона, различаясь количественно, в целом обнаруживают одни и те же связи, при этом все корреляции Пирсона превосходят корреляции Кендалла. Последнее свидетельствует в пользу того, что установленные связи близки к линейным зависимостям.

Таким образом, можно уверенно утверждать, что чрезмерное пристрастие взрослых славян к времяпрепровождению в интернет-пространстве и онлайн в социальных сетях отражает присутствие ряда личностных черт и состояний:

- 1) выраженной экстраверсии в реальном общении;
- 2) осознание собственного одиночества, отягощенное тревожными и депрессивными симптомами;
- 3) неудовлетворенность собой, своими отношениями и жизнью в целом.

Поскольку корреляция не позволяет делать вывод о причинно-следственных связях, можно предположить, что повышение тревожности, депрессивная симптоматика и низкий уровень удовлетворенности жизнью могут выступать как причиной, так и следствием интернет-зависимости.

При анализе полученных взаимосвязей обращает на себя внимание значимое усиление негативной корреляции между уровнем зависимости от онлайн-сетей и показателем самооценки (шкала самоуважения) в украинской выборке. Здесь же мы наблюдаем тенденцию к усилению прямой взаимосвязи между показателем теста К. Янг интернет-зависимости и уровнем социальной желательности. Как видно из нижеследующих таблиц, эти закономерности свойственны исключительно мужской части украинской выборки, где описанные корреляции приобретают значимость на уровне  $p \leq 0,01$ . При этом подобные связи не выявлены (незначимы) как среди украинских женщин, так и в белорусских подвыборках независимо от пола (таблицы 2–5).

Обнаруженные результаты позволяют сделать вывод о том, что характерной отличительной особенностью проявлений интернет-зависимости украинских мужчин является склонность к самоуничижению и выраженная социальная желательность. Подобные результаты не были описаны ранее в научной литературе, поэтому требуют дополнительной проверки и уточнения. Мы предполагаем, что в основе этих связей может лежать общий латентный фактор созависимости и уязвимости к аддикциям.

Отметим, что предыдущие исследования В. П. Шейнова с соавторами обнаружили сильную негативную взаимосвязь между уровнем интернет-зависимости по шкале Янг и показателями самоуважения у белорусских юношей и девушек (студентов и учащихся), а также оценками самооценки в делах [31, с. 64]. Подобные результаты были обнаружены ранее в исследованиях украинских ученых: нестабильность и неадекватность самооценки компьютерных аддиктов; признаки спутанной идентичности [32, с. 168]. В выборках российских подростков и студентов оценки интернет-зависимости коррелируют с тревожностью в ситуациях самовыражения и оценки окружающих, неудовлетворенностью собственным поведением и уровнем достижений, непринятием себя [33, с. 8]. Среди представителей западных и восточных культур уровень самоуважения и воспринимаемой социальной поддержки также признаны важными предикторами интернет-зависимости [34, с. 3500]. Использование Интернета представляется универсальным средством, «которым люди восполняют предполагаемые недостатки и приобретают положительную самооценку на какое-то время» [35, с. 359].

Полученные в данном исследовании данные позволяют распространить эту тенденцию с популяции детей, подростков и юношей на представителей старшего возраста, поскольку в исследовании принимали участие и такие испытуемые.

Зависимость от социальных сетей в ряде случаев сопровождается критическим отношением к себе и чувством неполноценности вследствие отсутствия социального одобрения в значимых для индивида сферах жизни. Это свидетельствует о присутствии общих механизмов психологической защиты, свойственных незрелой личности. Скорее всего, нереализованная потребность в самоуважении и социальном одобрении (как основании позитивного Я-образа) находит удовлетворение в онлайн-пространстве. Чаще всего это происходит путем построения «компенсаторной» виртуальной личности с целью самопрезентации [36, с. 110; 37, с. 43].

Повышенная потребность представителей мужского пола в самоутверждении, компенсиремая таким способом, может частично объяснить результаты украинской выборки. По данным Н. Л. Сунгуровой, существуют гендерные отличия в стратегиях сетевого поведения: юноши более склонны к самовыражению, поиску своего личностного и нравственного статуса, что является тревожным фактом в контексте становления социально-ролевой идентичности [38, с. 258]. Рассматривая патологические характеристики интернет-аддикции, Т. Ю. Больбот отметила среди факторов риска мужской пол ( $p < 0,001$ ); при этом неадекватность самооценки, неудовлетворенность собой и своими социальным положением оказались характерными симптомами клинически-сформированной психической зависимости (в отличие от группы риска) [39, с. 136]. Следует также помнить, что опрос проходил в онлайн-среде, среди активных пользователей социальных сетей, что обуславливает особенности привлеченных участников.

В целом результаты опроса показали, что среди взрослых белорусов и украинцев онлайн-общение является распространенным и доступным способом компенсации неудовлетворенной потребности в общении. Кроме того, для части опрошенных это может быть инфантильный способ компенсации низкой самооценки и непринятия себя за счет демонстрации искусственно-сконструированной социально-привлекательной виртуальной личности.

**Таблица 2. – Корреляция Кендалла зависимости от социальных сетей со свойствами и состояниями личности белорусских мужчин и женщин**

	Трев.	Депр.	УЖ	Самооц.	Один.	Экс.	Нейр.	Ложь
Мужчины	,270**	,242**	-,143*	-,047	,193**	,263**	,028	,022
Женщины	,254**	,208**	-,143**	-,082	,201**	,269**	-,035	-,059

Таблица 2 свидетельствует о том, что у белорусов связи зависимости от социальных сетей с маркерами – состояниями и свой-

ствами личности учащихся, тесно связанными с зависимостью от социальных сетей, *не зависят от пола*.

**Таблица 3. – Корреляция Кендалла зависимости от социальных сетей со свойствами и состояниями личности украинских мужчин и женщин**

	Трев.	Депр.	УЖ	Самооц.	Один.	Экс.	Нейр.	Ложь
Мужчины	,272**	,260**	-,094	-,241**	,305**	,179*	-,019	,344**
Женщины	,286**	,195**	-,158**	-,088	,155**	,234**	-,048	-,006

Таблица 3 показывает, что у украинцев-мужчин *в отличие от украинок* имеется отрицательная связь зависимости от социаль-

ных сетей с самооценкой и положительная – с социально желаемыми ответами.

**Таблица 4. – Корреляция Кендалла зависимости от социальных сетей со свойствами и состояниями личности белорусских и украинских мужчин**

	Трев.	Депр.	УЖ	Самооц.	Один.	Экс.	Нейр.	Ложь
Белорусы	,270**	,242**	-,143*	-,047	,193**	,263**	,028	,022
Украинцы	,272**	,260**	-,094	-,241**	,305**	,179*	-,019	,344**

Таблица 4 свидетельствует о том, что у белорусских мужчин *в отличие от украинцев-мужчин* отсутствует связь зависимости от со-

циальных сетей с самооценкой и с социально желаемыми ответами. Этот факт сближает белорусских мужчин с украинскими женщинами.

**Таблица 5. – Корреляция Кендалла зависимости от социальных сетей со свойствами и состояниями личности белорусских и украинских женщин**

	Трев.	Депр.	УЖ	Самооц.	Один.	Экс.	Нейр.	Ложь
Белоруски	,254**	,208**	-,143**	-,082	,201**	,269**	-,035	-,059
Украинки	,286**	,195**	-,158**	-,088	,155**	,234**	-,048	-,006

Таблица 5 показывает, что у белорусок и украинок идентичны связи зависимости от социальных сетей с маркерами – состояниями и свойствами личности, тесно связанными с зависимостью от социальных сетей.

Установленные нами для белорусов и украинцев связи зависимости от социальных сетей подтверждают полученные в зарубежных исследованиях и в работе [2] положительные связи этой зависимости с *тревожностью и депрессией* [2–9], с *одиночеством* [2; 6; 8; 9; 14], с *экстраверсией* [2; 11] и отрицательную связь с *удовлетворенностью жизнью* [2; 12–16].

Ранее в зарубежных исследованиях и в работе [2] на обширной выборке (из более 900) русскоговорящих жителей России, Беларуси, Украины, Прибалтики установлено, что принадлежность к женскому полу способствует более высокой зависимости от социальных сетей [2; 14; 19; 20]. Подобная связь получена в данном исследовании только у *украинок: корреляция зависимости от социальных сетей с женским полом  $R = 0,106$ ,  $p = 0,041$  является положительной и статистически значимой, в то время как у белорусов она оказалась статистически незначимой.*

Это соответствует выводу из таблицы 3 о том, что у белорусов связи зависимости от социаль-

ных сетей с состояниями и свойствами личности испытуемых, тесно связанными с зависимостью от социальных сетей, не зависят от пола.

Данные выводы подтвердились сравнением средних значений показателя зависимости от социальных сетей мужчин и женщин. Ввиду того, что большинство изучаемых переменных имеет распределение, отличное от нормального, сравнение средних значений необходимо производить по непараметрическому критерию. Наиболее мощная (чувствительная) непараметрическая альтернатива t-критерию для независимых выборок – U-критерий Манна-Уитни; в некоторых случаях он фактически имеет даже большую мощность, чем t-критерий.

Расчеты, проведенные с помощью соответствующей программы пакета SPSS-22, показали, что среднее значение зависимости от социальных сетей украинок (равное 34,11) превосходит аналогичный показатель украинцев-мужчин (равный 31,86) статистически значимо ( $p = 0,041$ ). Расхождение средних значений у белорусок (31,10) и белорусов-мужчин (29,88) статистически незначимо ( $p = 0,192$ ), поскольку значительно превышает принятый в настоящем исследовании уровень значимости  $p = 0,05$ .

При этом среднее значение зависимости от социальных сетей украинцев (в целом) пре-

восходит аналогичный показатель белорусов (в целом) и высоко статистически значимо ( $p = 0,004$ ) ввиду того, что значительно ниже принятого в настоящем исследовании уровня значимости  $p = 0,05$ .

Таким образом, в целом украинцы более белорусов, а украинки более украинцев-мужчин зависимы от социальных сетей.

Полученные данные о большей, чем у украинских мужчин, зависимости украинских женщин от социальных сетей стали неожиданностью, так как фактором риска долгое время считался мужской пол. Они могут отражать национальную специфику выборки, однако нуждаются в дополнительном уточнении (по возрасту, роду занятий и т. д.). Ранее Е. И. Горошко отмечала гендерные особенности интернет-коммуникации: для женщин более актуальны карьерные и коммуникативные мотивы пользования сетью, для мужчин – информационно-познавательные [40, с. 15]. Однако на гендерные особенности сильно влияет ситуационный фактор, в частности развитие технологий и разнообразных онлайн-сервисов.

**Практическое приложение полученных результатов.** Положительная связь зависимости от социальных сетей белорусов и украинцев с такими негативными факторами, как тревожность, депрессия, одиночество, снижение самооценки и неудовлетворенность жизнью показывает, что *в процессе воспитательной работы с учащимися и студентами необходимо разьяснять им опасности увлечения социальными сетями.*

Сложность проблемы состоит в том, что тревожность, депрессия, одиночество и неудовлетворенность жизнью являются (как показано предыдущими зарубежными исследованиями) предикторами зависимости от социальных сетей – индивиды часто обращаются к социальным сетям именно для того, чтобы уйти от этих проблем. Но вместо их разрешения попадают в порочный круг, когда активное участие в социальных сетях только усиливает указанные негативные состояния. Это усугубляет пробле-

му, одновременно являясь дополнительным стимулом к тому, чтобы заниматься ею.

Практическая значимость проведенного исследования включает также формулирование теоретических гипотез, а также *целей и исследовательских гипотез для эмпирических исследований.*

Большинство пользователей социальных сетей входят в них через смартфон, то есть зависимость от социальных сетей должна порождать зависимость от смартфона (*теоретическая гипотеза № 1*). Будет ли факторная модель зависимости от смартфона воспроизводить факторную модель зависимости от социальных сетей? Предварительные результаты подсказывают, что это будет принципиально другая модель. Это *теоретическая гипотеза № 2*. Обе эти гипотезы определяют цели и исследовательские гипотезы для соответствующих эмпирических исследований.

**Заключение.** Проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы. Имеет место положительная связь зависимости от социальных сетей белорусов и украинцев с тревожностью, депрессией, одиночеством, снижением самооценки и экстраверсией и отрицательная – с удовлетворенностью жизнью. В целом украинцы более белорусов, а украинки более украинцев-мужчин зависимы от социальных сетей.

Выявленные в исследовании связи зависимости от социальных сетей белорусов и украинцев соответствуют полученным в зарубежных исследованиях положительным связям этой зависимости с тревожностью, депрессией, одиночеством, снижением самооценки, экстраверсией и отрицательной ее связи с удовлетворенностью жизнью

Установленные в исследовании связи зависимости от социальных сетей белорусов и украинцев с указанными негативными факторами показывают, что в процессе воспитательной работы с учащимися и студентами необходимо разьяснять им опасности увлечения социальными сетями.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Kashif, M. Social media addiction due to coronavirus / M. Kashif, M. K. J. Aziz-Ur-Rehman, M. K. Javed // International Journal of Medical Science in Clinical Research and Review. – 2020. – V. 3. – № 04. – P. 331–336. <http://www.ijm-scrr.in/index.php/ijm-scrr/article/view/93>.
2. Шейнов, В. П. Разработка надежного и валидного опросника зависимости от социальных сетей / В. П. Шейнов, А. С. Девичин // Системная психология и социология. – 2021. – 2 (38). – С. 53–68.
3. Розанов, В. А. Социальные сети и их влияние на психологическое благополучие личности / В. А. Розанов, А. С. Рахимкулова // Психологическое благополучие и психосоциальный стресс / под ред. В. А. Розанова. – Одесса : Феникс, 2017. – С. 185–206.

#### REFERENCES

1. Kashif, M. Social media addiction due to coronavirus / M. Kashif, M. K. J. Aziz-Ur-Rehman, M. K. Javed // International Journal of Medical Science in Clinical Research and Review. – 2020. – V. 3. – № 04. – P. 331–336. <http://www.ijm-scrr.in/index.php/ijm-scrr/article/view/93>.
2. Shejnov, V. P. Razrabotka nadezhnogo i validnogo oprosnika zavisimosti ot social'nyh setej / V. P. Shejnov, A. S. Devichyn // Sistemnaya psihologiya i sociologiya. – 2021. – 2 (38). – S. 53–68.
3. Rozanov, V. A. Social'nye seti i ih vliyanie na psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti / V. A. Rozanov, A. S. Rahimkulova // Psihologicheskoe blagopoluchie i psihosocial'nyj stress / pod red. V. A. Rozanova. – Odessa : Feniks, 2017. – S. 185–206.

4. *Julia, B.* Facebook Addiction Disorder (FAD) among German students – A longitudinal approach / B. Julia, M. Jürgen // *Plos. One.* – 2017. – Vol. 12 (12). DOI: 10.1371/journal.pone.0189719.
5. *Liu, C.* Social media addiction and burnout: The mediating roles of envy and social media use anxiety / C. Liu, J. Ma // *Curr Psychol.* – 2020. – 39. – P. 1883–1891. Mode of access: <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9998-0>.
6. *Baltaci, Ö.* The Predictive Relationships between the Social Media Addiction and Social Anxiety, Loneliness, and Happiness / Ö. Baltaci // *International Journal of Progressive Education.* – 2019. – V. 15. – № 4. – P. 73–82.
7. *Dailey, S. L.* A biopsychosocial approach to understanding social media addiction / S. L. Dailey, K. Howard, S. M. P. Roming // *Human Behavior and Emerging Technologies.* 2020. – Volume 2. Issue 2. – P. 158–167. – Mode of access: <https://doi.org/10.1002/hbe2.182>.
8. *Al Mamun, M. A.* The association between Facebook addiction and depression: A pilot survey study among Bangladeshi students / M. A. Al Mamun, M. D. Griffiths // *Psychiatry Research.* – 2019. – V. 271. – P. 628–630.
9. *Dalvi-Esfahani, M.* Social media addiction: Applying the DEMATEL approach / M. Dalvi-Esfahani, A. Niknafs, D. J. Kuss, et al // *Telematics and Informatics.* – 2019. – V. 43. – P. 101–250.
10. *Abbasi, I.* Neuroticism and Facebook addiction: How social media can affect mood? / I. Abbasi, M. Drouin. // *The American Journal of Family Therapy.* – 2019. – V. 47. № 4. – P. 199–215.
11. *Marengo, D.* The interplay between neuroticism, extraversion, and social media addiction in young adult Facebook users: Testing the mediating role of online activity using objective data / D. Marengo, I. Poletti, M. Settanni // *Addictive behaviors.* – 2020. – V. 102. – P. 106–150.
12. *Guven, A.* Relationship between social media use, self-esteem and satisfaction with life / A. Guven // *University of Alabama Libraries.* – 2019. – 65 p. – Mode of access: <http://ir.ua.edu/handle/12345-6789/6133>.
13. *Acar, I. H.* The roles of adolescents' emotional problems and social media addiction on their self-esteem / I. H. Acar, G. Avcilar, G. Yazici, et al // *Curr. Psychol.* – 2020. – Mode of access: <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01174-5>.
14. *Andreassen, C. S.* The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey / C. S. Andreassen, S. Pallesen, M. D. Griffiths // *Psychology of Addictive Behaviors.* – 2017. – V. 30(2). – P. 252–262.
15. *Blachnio, A.* Association between Facebook addiction, self-esteem and life satisfaction: A cross-sectional study / A. Blachnio, A. Przepiorka, I. Pantic // *Computers in Human Behavior.* – 2016. – V. 55. – Part B. – P. 701–705.
16. *Sahin, C.* The Predictive Level of Social Media Addiction for Life Satisfaction: A Study on University Students / C. Sahin // *Turkish Online Journal of Educational Technology.* – 2017. – V. 16 № 4. – P. 120–125.
17. *Hawi, N. S.* The relations among social media addiction, self-esteem, and life satisfaction in university students / N. S. Hawi, M. Samaha // *Social Science Computer Review.* – 2017. – V. 35. – № 5. – P. 576–586.
18. *Köse, Ö. B.* The relationship between social media addiction and self-esteem among Turkish university students / Ö. B. Köse, A. Doğan // *Addicta Turk. J. Addict.* – 2019. DOI:10.15805/ADDICTA.2019.6.1.0036.
19. *Chung, K. L.* The role of the dark tetrad and impulsivity in social media addiction: Findings from Malaysia / K. L. Chung, I. Morshidi, L. C. Yoong, K. N. Thian // *Personality and Individual Differences.* – 2019. – V. 143. – № 1. – P. 62–67.
20. *Turel, O.* Neuroticism Magnifies the Detrimental Association between Social Media Addiction Symptoms and Wellbeing in Women, but Not in Men: a three-Way Moderation Model / O. Turel, N. Poppa, O. Gil-Or. // *Psychiatr. Q.* – 2018. – № 89. – P. 605–619. – Mode of access: <https://doi.org/10.1007/s11126-018-9563-x>.
4. *Julia, B.* Facebook Addiction Disorder (FAD) among German students – A longitudinal approach / B. Julia, M. Jürgen // *Plos. One.* – 2017. – Vol. 12 (12). DOI: 10.1371/journal.pone.0189719.
5. *Liu, C.* Social media addiction and burnout: The mediating roles of envy and social media use anxiety / C. Liu, J. Ma // *Curr Psychol.* – 2020. – 39. – P. 1883–1891. – Mode of access: <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9998-0>.
6. *Baltaci, Ö.* The Predictive Relationships between the Social Media Addiction and Social Anxiety, Loneliness, and Happiness / Ö. Baltaci // *International Journal of Progressive Education.* – 2019. – V. 15. – № 4. – P. 73–82.
7. *Dailey, S. L.* A biopsychosocial approach to understanding social media addiction / S. L. Dailey, K. Howard, S. M. P. Roming // *Human Behavior and Emerging Technologies.* 2020. – Volume 2. Issue 2. – P. 158–167. – Mode of access: <https://doi.org/10.1002/hbe2.182>.
8. *Al Mamun, M. A.* The association between Facebook addiction and depression: A pilot survey study among Bangladeshi students / M. A. Al Mamun, M. D. Griffiths // *Psychiatry Research.* – 2019. – V. 271. – P. 628–630.
9. *Dalvi-Esfahani, M.* Social media addiction: Applying the DEMATEL approach / M. Dalvi-Esfahani, A. Niknafs, D. J. Kuss, et al // *Telematics and Informatics.* – 2019. – V. 43. – P. 101–250.
10. *Abbasi, I.* Neuroticism and Facebook addiction: How social media can affect mood? / I. Abbasi, M. Drouin. // *The American Journal of Family Therapy.* – 2019. – V. 47. № 4. – P. 199–215.
11. *Marengo, D.* The interplay between neuroticism, extraversion, and social media addiction in young adult Facebook users: Testing the mediating role of online activity using objective data / D. Marengo, I. Poletti, M. Settanni // *Addictive behaviors.* – 2020. – V. 102. – P. 106–150.
12. *Guven, A.* Relationship between social media use, self-esteem and satisfaction with life / A. Guven // *University of Alabama Libraries.* – 2019. – 65 p. – Mode of access: <http://ir.ua.edu/handle/12345-6789/6133>.
13. *Acar, I. H.* The roles of adolescents' emotional problems and social media addiction on their self-esteem / I. H. Acar, G. Avcilar, G. Yazici, et al // *Curr. Psychol.* – 2020. – Mode of access: <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01174-5>.
14. *Andreassen, C. S.* The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey / C. S. Andreassen, S. Pallesen, M. D. Griffiths // *Psychology of Addictive Behaviors.* – 2017. – V. 30(2). – P. 252–262.
15. *Blachnio, A.* Association between Facebook addiction, self-esteem and life satisfaction: A cross-sectional study / A. Blachnio, A. Przepiorka, I. Pantic // *Computers in Human Behavior.* – 2016. – V. 55. – Part B. – P. 701–705.
16. *Sahin, C.* The Predictive Level of Social Media Addiction for Life Satisfaction: A Study on University Students / C. Sahin // *Turkish Online Journal of Educational Technology.* – 2017. – V. 16 № 4. – P. 120–125.
17. *Hawi, N. S.* The relations among social media addiction, self-esteem, and life satisfaction in university students / N. S. Hawi, M. Samaha // *Social Science Computer Review.* – 2017. – V. 35. – № 5. – P. 576–586.
18. *Köse, Ö. B.* The relationship between social media addiction and self-esteem among Turkish university students / Ö. B. Köse, A. Doğan // *Addicta Turk. J. Addict.* – 2019. DOI:10.15805/ADDICTA.2019.6.1.0036.
19. *Chung, K. L.* The role of the dark tetrad and impulsivity in social media addiction: Findings from Malaysia / K. L. Chung, I. Morshidi, L. C. Yoong, K. N. Thian // *Personality and Individual Differences.* – 2019. – V. 143. – № 1. – P. 62–67.
20. *Turel, O.* Neuroticism Magnifies the Detrimental Association between Social Media Addiction Symptoms and Wellbeing in Women, but Not in Men: a three-Way Moderation Model / O. Turel, N. Poppa, O. Gil-Or. // *Psychiatr. Q.* – 2018. – № 89. – P. 605–619. – Mode of access: <https://doi.org/10.1007/s11126-018-9563-x>.

21. Шейнов, В. П. Внутрилличностные предикторы виктимизации / В. П. Шейнов // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. – 2019. – Т. 4. – № 1. – С. 154–182.
22. Шейнов, В. П. Кибербуллинг: предпосылки и последствия / В. П. Шейнов // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. – 2019. – Т. 4. – № 2 (14). – С. 77–98.
23. Шейнов, В. П. Манипулирование сознанием в кибернетическую эпоху / В. П. Шейнов // Вестник Полоцкого государственного университета, серия Е: Педагогические науки. Психология. – 2019. – № 7. – С. 75–78.
24. Шейнов, В. П. Психологические механизмы манипулирования в интернет-пространстве / В. П. Шейнов // Социальная психология интернет-пространства: проблемы и перспективы исследования / отв. ред. А. Л. Журавлев. – М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2020. – С. 182–204.
25. Исакова, Т. О. Интернет-залежність як новий феномен сучасного світу: сутність і проблеми: аналітична доповідь / Т. О. Исакова. – К. : Національний інститут стратегічних досліджень, 2011. – 47 с.
26. Кириченко, В. В. Вікові відмінності прояву internet-залежності (за результатами дослідження 2014 та 2018 років) / В. В. Кириченко // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». – Вип. 4. – Том 1. – 2018. – С. 188–193.
27. Госпитальная шкала тревоги и депрессии HADS (Hospital Anxiety and Depression Scale) // Шкалы, тесты и опросники в медицинской реабилитации / под ред. А. Н. Беловой, О. Н. Щепетовой. – М. : Антидор, 2002. – С. 80–82.
28. Осин, Е. Н. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия / Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев // Материалы III Всероссийского социологического конгресса. – М. : Институт социологии РАН, Российское общество социологов, 2008.
29. Райгородский, Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / Д. Я. Райгородский. – Самара : БАХРАХ-М, 2002. – С. 77–78.
30. Личностный опросник ЕРІ (методика Г. Айзенка). Альманах психологических тестов. / Составители: Р. Р. Римский, С. А. Римский. – М. : Издательство КСП, 1995. – С. 217–224.
31. Шейнов, В. П. Незащищенность от кибербуллинга и интернет-зависимость юношей и девушек: связи и свойства / В. П. Шейнов, В. А. Карпиевич, Н. В. Дятчик, Г. Н. Полховская // Журнал Белорусского государственного университета. Социология. – 2020. – № 3. – С. 64–72. – Режим доступа: <https://doi.org/10.33581/2521-6821-2020-3-64-72>
32. Турецька, Х. І. Особистісна ідентичність схильних до Інтернет-залежності осіб: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / Х. І. Турецька. – К. : Ін-т соц. та політ. психології НАПН України, 2011. – 225 с.
33. Богомолова, М. А. Интернет-зависимость: аспекты формирования и возможности психологической коррекции / М. А. Богомолова, Т. С. Бузина // Медицинская психология в России. – 2018. – Т. 10. – № 2. – С. 8. doi: 10.24411/2219-8245-2018-12080
34. Aydm, B. Internet addiction among adolescents: the role of self-esteem / B. Aydm, S. V. San // Procedia – Social and Behavioral Sciences. – 2011. – Vol. 15. – P. 3500–3505. doi:10.1016/j.sbspro.2011.04.325.
35. Wiederhold, B. K. Low Self-Esteem and Teens' Internet Addiction: What Have We Learned in the Last 20 Years? / B. K. Wiederhold // Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking. – 2016. – 19(6). – P. 359. DOI: 10.1089/cyber.2016.29037.bkw
36. Солдатова, Е. Л. Феномен виртуальной идентичности: современное состояние проблемы / Е. Л. Солдатова, Д. Н. Погорелов // Образование и наука. – 2018. – Т. 20. – № 5. – С. 105–124. DOI: 10.17853/1994-5639-2018-5-105-124.
21. Shejnov, V. P. Vnutrilichnostnye prediktory viktimizacii / V. P. Shejnov // Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Organizacionnaya psihologiya i psihologiya truda. – 2019. – T. 4. – № 1. – S. 154–182.
22. Shejnov, V. P. Kiberbulling: predposylki i posledstviya / V. P. Shejnov // Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Social'naya i ekonomicheskaya psihologiya. – 2019. – T. 4. – № 2 (14). – S. 77–98.
23. Shejnov, V. P. Manipulirovanie soznaniem v kiberneticheskuyu epohu / V. P. Shejnov // Vestnik Polockogo gosudarstvennogo universiteta, seriya E: Pedagogicheskie nauki. Psihologiya. – 2019. – № 7. – S. 75–78.
24. Shejnov, V. P. Psihologicheskie mekhanizmy manipulirovaniya v internet-prostranstve / V. P. Shejnov // Social'naya psihologiya internet-prostranstva: problemy i perspektivy issledovaniya / отв. red. A. L. Zhuravlev. – M. : Izd-vo «Institut psihologii RAN», 2020. – S. 182–204.
25. Isakova, T. O. Internet-zalezhnist' yak novij fenomen suchasnogo svitu: sutnist' i problemi: analitichna dopovid' / T. O. Isakova. – K. : Nacional'nij institut strategichnih doslidzhen', 2011. – 47 s.
26. Kirichenko, V. V. Vikovi vidminnosti proyavu internet-zalezhnosti (za rezul'tatami doslidzhennya 2014 ta 2018 rokiv) / V. V. Kirichenko // Naukovij visnik Hersons'kogo derzhavnogo universitetu. Seriya «Psihologichni nauki». – Vip. 4. – Tom 1. – 2018. – S. 188–193.
27. Gospital'naya shkala trevogi i depressii HADS (Hospital Anxiety and Depression Scale) // Shkaly, testy i oprosniki v medycinskoj reabilitacii / pod red. A. N. Belovoj, O. N. Shchepetovoj. – M. : Antidor, 2002. – S. 80–82.
28. Osin, E. N. Aprobaciya russkoyazychnyh versij dvuh shkal ekspress-ocenki sub'ektivnogo blagopoluchiya / E. N. Osin, D. A. Leont'ev // Materialy III Vserossijskogo sociologicheskogo kongressa. – M. : Institut sociologii RAN, Rossijskoe obshchestvo sociologov, 2008.
29. Rajgorodskij, D. Ya. Prakticheskaya psihodiagnostika. Metodiki i testy / D. Ya. Rajgorodskij. – Samara : BAHRAH-M, 2002. – S. 77–78.
30. Lichnostnyj oprosnik EPI (metodika G. Ajzenka). Al'manah psihologicheskikh testov. / Sostaviteli: R. R. Rimskij, S. A. Rimskij. – M. : Izdatel'stvo KSP, 1995. – S. 217–224.
31. Shejnov, V. P. Nezashchishchennost' ot kiberbullinga i internet-zavisimost' yunoshej i devushek: svyazi i svoystva / V. P. Shejnov, V. A. Karpievich, N. V. Dyatchik, G. N. Polhovskaya // Zhurnal Belorusskogo gosudarstvennogo universiteta. Sociologiya. – 2020. – № 3. – S. 64–72. – Rezhim dostupa: <https://doi.org/10.33581/2521-6821-2020-3-64-72>
32. Turec'ka, H. I. Osobistisna identichnist' skhil'nih do Internet-zalezhnosti osib: dis. ... kand. psihol. nauk : 19.00.05. / H. I. Turec'ka. – K. : In-t soc. ta polit. psihologii NAPN Ukraini, 2011. – 225 s.
33. Bogomolova, M. A. Internet-zavisimost': aspekty formirovaniya i vozmozhnosti psihologicheskoy korrekcii / M. A. Bogomolova, T. S. Buzina // Medicinskaya psihologiya v Rossii. – 2018. – T. 10. – № 2. – С. 8. doi: 10.24411/2219-8245-2018-12080
34. Aydm, B. Internet addiction among adolescents: the role of self-esteem / B. Aydm, S. V. San // Procedia – Social and Behavioral Sciences. – 2011. – Vol. 15. – P. 3500–3505. doi:10.1016/j.sbspro.2011.04.325.
35. Wiederhold, B. K. Low Self-Esteem and Teens' Internet Addiction: What Have We Learned in the Last 20 Years? / B. K. Wiederhold // Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking. – 2016. – 19(6). – P. 359. DOI: 10.1089/cyber.2016.29037.bkw
36. Soldatova, E. L. Fenomen virtual'noj identichnosti: sovremennoe sostoyanie problemy / E. L. Soldatova, D. N. Pogorelov // Obrazovanie i nauka. – 2018. – T. 20. – № 5. – S. 105–124. DOI: 10.17853/1994-5639-2018-5-105-124.



37. Медведська, О. І. Семантичний простір особистості у дорослих активних web-користувачів / О. І. Медведська, Л. А. Онуфрієва, Н. І. Тавровецька // Інсайт: психологічні виміри суспільства. – 2020. – № 4. – С. 42–56. DOI: <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2020-4-3>
38. Сунгурова, Н. Л. Индивидуально-личностные особенности студентов в информационно-психологическом пространстве / Н. Л. Сунгурова // Акмеология. – 2014. – № 4 (52). – С. 258–262. <https://cyberleninka.ru>
39. Ботьот, Т. Ю. Психічні та поведінкові розлади в осіб молодого віку з комп'ютерною залежністю (клініка, корекція та профілактика) : дис. ... канд. мед. наук: 14.01.16 / Т. Ю. Ботьот // Український НДІ соціальної і судової психіатрії та наркології. – 2005. – С.136.
40. Горошко, О. І. Гендерні аспекти інтернет-комунікацій. : дис. ... д-ра соціологічних наук. Спеціальність 22.00.04. / О. І. Горошко. – Харків, 2010. – 37 с.
37. *Medved's'ka, O. I.* Semantichnij prostir osobistosti u doroslih aktivnih web-koristuvachiv / O. I. Medved's'ka, L. A. Onufrieva, N. I. Tavrovec'ka // *Insajt: psihologichni vimiri suspil'stva.* – 2020. – № 4. – S. 42–56. DOI: <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2020-4-3>
38. *Sungurova, N. L.* Individual'no-lichnostnye osobennosti studentov v informacionno-psihologicheskom prostranstve / N. L. Sungurova // *Akmeologiya.* – 2014. – № 4 (52). – S. 258–262. <https://cyberleninka.ru>
39. *Bol'bot, T. Yu.* Psihichni ta povedinkovi rozladi v osib mologogo viku z komp'yuternoyu zalezhnistyu (klinika, korekciya ta profilaktika) : dis. ... kand. med. nauk: 14.01.16 / T. Yu. Bol'bot // *Ukrains'kij NDI social'noi i sudovoї psihiatriї ta narkologii.* – 2005. – S.136.
40. *Goroshko, O. I.* Genderni aspekti internet-komunikacij. : dis. ... d-ra sociologichnih nauk. Special'nist' 22.00.04. / O. I. Goroshko. – Harkiv, 2010. – 37 s.