

УДК 159.9.072.59

UDC 159.9.072.59

ЗАВИСИМОСТЬ ОТ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ У РОССИЙСКИХ И УКРАИНСКИХ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ

ADDICTION TO SOCIAL NETWORKS IN RUSSIAN AND UKRAINIAN USERS

В. П. Шейнов,
*доктор социологических наук,
профессор кафедры психологии
и педагогического мастерства РИВШ;*

А. С. Девицын,
*старший преподаватель кафедры
веб-технологий и компьютерного
моделирования БГУ*

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

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

Поступила в редакцию 14.06.22.

Received on 14.06.22.

В статье установлено, что общими для россиян и украинцев оказались положительные связи зависимости от социальных сетей с импульсивностью, зависимостью от смартфона и всеми формирующими ее факторами («Потеря контроля», «Страх отказа» и «Эйфория пользователя»), с нарциссизмом – только у мужчин, а также отсутствие связи с незащищенностью от манипуляций. И для россиян, и для украинцев обоим пола самой сильной оказалась связь зависимости от социальных сетей с одним из формирующих ее факторов – «Психологическое состояние» пользователя Сети. Различие между россиянами и украинцами проявилось в связи зависимости от социальных сетей с асертивностью: она отрицательна у украинцев обоим пола, из россиян же – только у женщин.

Полученные результаты способствует расширению научного дискурса о проблеме цифровизации общества. В практическом плане эти результаты показывают необходимость развития у обучающихся личностных качеств (в частности, асертивности), которые помогают предупредить формирование зависимости от социальных сетей.

Ключевые слова: зависимость от социальных сетей, асертивность, импульсивность, незащищенность от манипуляций, нарциссизм, зависимость от смартфона, мужчины, женщины.

The article establishes that for Russians and Ukrainians there are common positive connections of addiction to social networks with impulsiveness, smartphone addiction and all the factors forming it (“Loss of control”, “Fear of giving up”, and “User euphoria”), with narcissism – only in men, as well as connection with non-protection from manipulations. Both for Russians and Ukrainians of both sexes, the strongest is the connection of addiction to social networks with one of the factors forming it – “Psychological state” of Internet user. The difference between Russians and Ukrainians is revealed in the connection of addiction to social networks with assertiveness: it is negative by Ukrainians of both sexes, and by Russians – only in women.

The obtained results contribute to broadening of scientific discourse about the problem of society digitalization. In practical plane these results show the necessity of developing personal qualities in students (in particular, assertiveness) which help prevent forming addiction to social networks.

Keywords: addiction to social networks, assertiveness, impulsiveness, non-protection from manipulations, narcissism, smartphone addiction, men, women.

Введение. Социальные сети играют заметную роль в современной жизни, причем в условиях пандемии COVID-19 индивиды стали еще больше времени проводить в них. Увлечение социальными сетями наиболее всего захватило молодежь [1].

Цель исследования – обнаружить общее и различное в связях зависимости от социальных сетей с признаками психологического неблагополучия (импульсивностью, нарциссизмом, неасертивностью, незащищенностью от манипуляций, зависимостью от смартфона) у российских и украинских мужчин и женщин.

Исследования показали, что при длительном пребывании в социальных сетях происходит формирование «новой личности» и замещение реальной жизнедеятельности – виртуальной, что может иметь негативные психологические последствия, в частности при столкновении завсегдаев Сети с реальностью [2], поскольку имеют

место значительные отличия идентичностей в реальной жизни и в электронном общении [3].

В частности, понятие «дружба» трансформировалось в социальных сетях, приобретая другое значение, нежели в реальной жизни [4]. «При этом каждый второй подросток имеет виртуального друга, с которым делится переживаниями по поводу отношений с родителями (35 %), друзьями и учителями (51–53 %), возлюбленными (47 %)» [5].

Сверхактивные пользователи социальных сетей оправдывают себя ссылками на массовость этого явления («все сидят в Интернете»), у которых при этом формируются фантазии о собственном могуществе [6].

Установлено, что чрезмерное общение в социальных сетях отрицательно связано с эмоциональным интеллектом и имеет прямую связь с трудностями в общении [7].

Пользователей социальных сетей привлекает возможность приобщиться к своей референтной

группе, иногда даже скрыться и раствориться в ней, разделив групповые ценности и почувствовав себя более защищенным [8].

Этому способствует то, что коммуникация в социальных сетях характеризуется отсутствием барьеров, их участники переживают чувство удовольствия, теряя ощущение времени и контроль над ситуацией [9].

Однако пользователи социальных сетей сталкиваются с опасными материалами, участвуя в, казалось бы, «безобидных» сессиях в социальных сетях. По мнению некоторых ученых, просмотр таких материалов (сознательный или непроизвольный) отрицательно сказывается на детской психике и поведении [10]. Наиболее зависимые и активные пользователи социальных сетей склонны к проявлению симптомов депрессии и тревоги [11].

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

Поколение Z (англ. Generation Z) – термин, применяемый в мире для людей, родившихся примерно с 1997 по 2012 годы. То, что предыдущие поколения называли «новыми технологиями» или «технологиями будущего», для поколения Z – их настоящее. Это первое действительно «цифровое» поколение людей, родившихся после цифровой революции и привыкших получать информацию через цифровые каналы. Представители поколения Z активно используют планшеты, VR- и 3D-реальность.

«Интернет-коммуникация поколения Z является базовой для молодого поколения: ее основу составляют контакты посредством смартфона, электронной почты, социальных сетей, пользование видеохостингами, общение посредством мессенджеров и в сообществах социальных сетей, использование видеотрансляций» [12].

«Дети сейчас фактически рождаются с мобильным телефоном в руках, а первой игрушкой для них становится компьютер. Поколение «юзеров» – они используют все средства для общения в Сети – сутками сидят в социальных сетях, играют в онлайн-игры, постоянно рассказывают о своей жизни в блогах и общаются по ICQ или в Skype. Общению в виртуальном пространстве часто отдается приоритет при выборе между личной встречей и обсуждением вопросов посредством электронной почты или службы мгновенных сообщений» [13].

Результатом интернет-коммуникация поколения Z стало то, что «за последние 10 лет среднее время внимания к одной единице информации сократилось до 8 секунд против 12 секунд» у предыдущего поколения [14].

Действительно, «психологи утверждают, что среднее время концентрации на одном предмете

у подростков сократилось до восьми секунд. Иначе они не успеют ухватить максимум из того, что пронесется мимо них в информационном потоке. Дольше им сосредотачиваться на предмете сложно. Учителя повально стали фиксировать синдром дефицита внимания едва ли не в каждом втором ребенке. А ведь это медицинский диагноз» [15].

Поэтому неудивительно, что «принцип получения информации современных студентов отличается от классического дидактического подхода, студенты предпочитают использовать поисковые системы, настроенные на передачу кратких изложений учебного материала, передающего суть, но опускающих освещение многосторонних связей и причинно-следственных заключений развития, широты концепций изучения и объективных противоречий суждений поставленного вопроса. Таким образом, очевидно, что в отличие от принципа осмысления учебной информации студентами предыдущих поколений, у студентов «Z-поколения» отмечается тенденция так называемого «клипового мышления», не формирующего причинно-следственной логики, при которой процессы и явления окружающей действительности воспринимались бы не только как данность, но и поддавались бы управлению со стороны личности» [16].

Приобщение к социальным сетям начинается со школьного возраста. По данным ВЦИОМ, значительное число подростков проводят в социальных сетях и видеоиграх 7 и более часов в день, затраты времени непосредственно на социальные сети составляют до 4 – часов в день, 89 % опрошенных школьников пользуются социальными сетями почти каждый день [17].

«В настоящее время чаще всего представители поколения Z используют социальные сети «ВКонтакте» (60,07 %), Instagram (47,65 %) и мессенджер WhatsApp (44,63 %). У 80 % респондентов более 100 друзей и подписчиков в социальных сетях» [18].

Такие социальные сети как «ВКонтакте» в России ежемесячно посещает более 38 млн активных пользователей, «Instagram» – около 30 млн пользователей в месяц, «Одноклассники» – с 23,4 млн «ВКонтакте» и «Instagram» наиболее популярны у аудитории 16–24 года. Средний пользователь проводит в интернете 183 минуты в день [19].

В российских исследованиях поколения Z также рассматриваются когнитивные способности, влияющие на отношение к совершению ими ошибок при выполнении функциональных обязанностей (клиповое мышление, дефицит внимания) [20].

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

В эмпирическом исследовании россиян, украинцев и белорусов показано, что «зависимость от социальных сетей положительно коррелирует с тревожностью, депрессией, одиночеством, экстраверсией и отрицательно связана с самооценкой, удовлетворенностью жизнью и возрастом. Зависимость от социальных сетей среди женщин статистически высокозначимо превосходит подобную зависимость среди мужчин» [21, с. 41].

При этом «обнаружены положительные связи зависимости от социальных сетей с депрессией, тревожностью, стрессом, нейротизмом, эмоциональными проблемами, низкой самооценкой, кибервиктимизацией, проблемами физического здоровья, психическими расстройствами, одиночеством, прокрастинацией, зависимостью от смартфонов и интернета, а также с неверностью в отношениях. Выявлены отрицательные связи зависимости от социальных сетей с удовлетворенностью жизнью, успеваемостью школьников и студентов, производительностью труда и приверженностью организации ее работников, социальным капиталом, возрастом. Основной причиной зависимости от социальных сетей является потребность в общении, и женщины в целом активнее мужчин участвуют в социальных сетях» [22, с. 607].

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

Импульсивность – это черта личности, противоположная волевым качествам целеустремленности и настойчивости. Высокий уровень импульсивности характеризует человека с недостаточным самоконтролем в общении и деятельности.

Согласно результатам исследований, импульсивность положительно связана с использованием Facebook, WhatsApp и Instagram [23], причем импульсивность прямо, положительно и достоверно предсказывает использование социальных сетей [24]. Однако в одном недавнем исследовании импульсивность оказалась не связанной с зависимостью от социальных сетей [25].

Выявлено также наличие взаимосвязи между зависимостью от социальных сетей и *нарциссизмом*. [26]. Показано, что нарциссизм связан с более высокими показателями зависимости от социальных сетей [27], и что нарциссизм в значительной степени предсказывает интенсивность использования социальной сети [28].

Систематический обзор 14 эмпирических исследований по теме взаимосвязи между нарциссизмом и зависимостью от социальных сетей показал наличие статистически значимых положительных корреляций в пределах $0,13 < r < 0,32$ [29].

В исследовании М. Шин с соавторами (2016) по данным опроса 513 студентов колледжа построена модель зависимости от социальных сетей, включающая в себя скрытый нарциссизм [30].

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 [31].

К неблагоприятным последствиям зависимости от социальных сетей, относится также такой показатель психологического неблагополучия, как слабая *ассертивность* (а тем более – ее отсутствие) у жертв этой зависимости.

Действительно, установлено, что «зависимость от социальных сетей отрицательно коррелирует с ассертивностью ($r = - 0,148, p < 0,05$)» [32, с. 180]. Результаты еще одного исследования также показывают, что существует слабая отрицательная связь между ассертивным поведением и зависимостью от социальных сетей [33].

Ассертивное поведение – наиболее конструктивный способ межличностного взаимодействия, являющийся альтернативой деструктивным способам – манипуляции и агрессии. Основные, принципиальные положения понятий «ассертивность» и «ассертивное поведение» представлены в следующем определении: ассертивность – это способность человека уверенно и с достоинством отстаивать свои права, не попирая при этом прав других; ассертивным называется прямое, открытое поведение, не имеющее целью причинить вред другим людям [34].

Отмеченная выше связь зависимости от социальных сетей с кибервиктимизацией [22, с. 607] ставит вопрос о возможной связи зависимости от социальных сетей с *незащищенностью от манипуляций*.

Результаты подтверждают отрицательную связь между симптомами зависимости от социальных сетей и *психологическим благополучием* (а также потенциальную подверженность риску плохого настроения / легкой депрессии [35; 36].

Исследования показывают, что курение членов социальных сетей является важным фактором, приводящим к более раннему возрасту начала курения других членов сетей [37].

Установлено, что проявления зависимости от социальных сетей у женщин и мужчин отличаются [21; 22].

Цель эмпирического исследования – обнаружить общее и различное в связях зависимости от социальных сетей с признаками психологического неблагополучия (импульсивностью, нарциссизмом, неассертивностью, незащищенностью от манипуляций, зависимостью от социальных сетей) у российских и украинских мужчин и женщин.

Организация и методы исследования

Организация исследования. Объект исследования – зависимость от социальных сетей, предмет исследования – предполагаемые связи зависимости от социальных сетей с личностными качествами и свойствами российских и украинских мужчин и женщин.

Исследовательской гипотезой является предположение, что в основном связи будут сходными

(в частности, относительно импульсивности и зависимости от смартфона), но будут и определенные различия (преимущественно – за счет фактора пола).

Задачи исследования: 1) обнаружить общее в связях зависимости от социальных сетей россиян; 2) обнаружить общее в связях зависимости от социальных сетей украинцев; 3) обнаружить общее в связях зависимости от социальных сетей россиян и украинцев; 4) обнаружить различное в связях зависимости от социальных сетей россиян и украинцев ¹.

Описание выборки. В онлайн-опросе, проведенном в январе 2022 года, приняли участие 663 респондента, в том числе 412 жителей России и 251 житель Украины. Среди них 405 женщин (268 россиянок и 137 украинок) и 258 мужчин (144 россиянина и 114 – украинца). Средний возраст испытуемых – 21,1 лет (SD = 5,1).

Использованные методики. Зависимость от социальных сетей измерялась авторским опросником ЗСС-15, надежность и валидность которого доказана [21]. Психометрические характеристики опросника ЗСС-15: стандартизованная Альфа Кронбаха для матрицы ответов 514 испытуемых на 15 заданий опросника оказалась равной 0,858, что свидетельствует о хорошей внутренней согласованности опросника. Ретестовая надежность проверена повторным тестированием с интервалом в один месяц: корреляция между первым и вторым тестом $r = 0,811$, $p \leq 0,001$ [21].

Зависимость от смартфона диагностировалась авторским опросником – короткой версией САС-16 [38] опросника «Шкала зависимости от смартфона» [39], надежность и валидность которого доказаны в указанной статье. Психометрические характеристики опросника САС-16: стандартизованная Альфа Кронбаха для матрицы ответов 447 женщин на 16 заданий опросника равна 0,749, для 243 мужчин – 0,746, что свидетельствует о хорошей внутренней согласованности САС-16 для женщин и мужчин; удаление любого задания приводит к ухудшению внутренней согласованности опросника. Его ретестовая надеж-

ность проверена повторным тестированием с интервалом в один месяц: корреляция между первым и вторым тестом равна 0,855 ($p \leq 0,001$) [38].

Ассертивность диагностировалась авторским опросником А23, удовлетворяющим требованиям надежности и валидности [40]. Психометрические характеристики А26: стандартизованная Альфа Кронбаха для матрицы ответов на 26 заданий опросника равна 0,911 ($p \leq 0,001$), ретестовая надежность с интервалом в один месяц $r = 0,832$, $p \leq 0,001$ [40].

Незащищенность от манипуляций измерялась авторским опросником НЗМ – «Оценка степени незащищенности индивида от манипулятивных воздействий» [41]. Психометрические характеристики опросника НЗМ: стандартизованная Альфа Кронбаха для матрицы ответов на 20 заданий опросника равна 0,772 ($p \leq 0,001$), корреляция между первым и вторым тестом при тестировании четырех групп с интервалом в 4–8 недель находится в пределах $0,771 \leq r \leq 0,923$ ($p \leq 0,001$). [41].

Импульсивность оценивались с помощью «Методики диагностики потенциала коммуникативной импульсивности», предложенной В. А. Лосенковым [42]. Оценка уровня *нарциссизма* осуществлялась опросником Е. Кот [43].

В настоящем исследовании используется «факторная модель зависимости от социальных сетей (показатель надежности модели = 0,828, p -value < 0,001), включающая 3 фактора: «Психологическое состояние», «Коммуникация», «Получение информации» – они являются *подшкалами опросника* зависимости от социальных сетей [44].

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» [45]. Эти факторы представляют собой *подшкалы опросника* зависимости от смартфона.

Статистический анализ осуществлялся с помощью пакета SPSS-22. Принят уровень значимости $p = 0,05$ ².

ЛИТЕРАТУРА

1. Kashif, M. Social media addiction due to coronavirus / M. Kashif, M. K. J. Aziz-Ur-Rehman // International Journal of Medical Science in Clinical Research and Review. – 2020. – № 3(04). – P. 331–336.
2. Дрепа, М. И. Психологическая профилактика интернет-зависимости у студентов: автореф. дис. ... канд. психол. наук / М. И. Дрепа. – 2010. – Пятигорск: Пятигорский государственный лингвистический университет, 23 с.
3. Войскунский, А. Е. Социальная перцепция в социальных сетях / А. Е. Войскунский // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 2014. – №2. – С. 90–104.
4. Милова, Е. А. Влияние социальных сетей на психологию личности / Е. А. Милова // Интерэкспо Гео-Сибирь. – 2012. – Т. 1. – № 6. – С. 81–83.
5. Солдатова, Г. У. Особенности межличностных отношений российских подростков в социальных сетях / Г. У. Солдатова, О. И. Теславская // Национальный психологический журнал. – 2018. – № 3 (31) – С. 12–22.

REFERENCES

1. Kashif, M. Social media addiction due to coronavirus / M. Kashif, M. K. J. Aziz-Ur-Rehman // International Journal of Medical Science in Clinical Research and Review. – 2020. – № 3(04). – P. 331–336.
2. Drepa, M. I. Psihologicheskaya profilaktika internet-zavisimosti u studentov: avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk / M. I. Drepa. – 2010. – Pyatigorsk: Pyatigorskij gosudarstvennyj lingvisticheskij universitet, 23 s.
3. Vojskunsij, A. E. Social'naya percepcija v social'nyh setyah / A. E. Vojskunsij // Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14: Psihologiya. – 2014. – №2. – S. 90–104.
4. Milova, E. A. Vliyanie social'nyh setej na psihologiyu lichnosti / E. A. Milova // Interekspo Geo-Sibir'. – 2012. – T. 1. – № 6. – S. 81–83.
5. Soldatova, G. U. Osobennosti mezhlichnostnyh otnoshenij rossijskih podrostkov v social'nyh setyah / G. U. Soldatova, O. I. Teslavskaya // Nacional'nyj psihologicheskij zhurnal. – 2018. – № 3 (31) – S. 12–22.

¹ Примечание: здесь и далее слова «украинка, украинец» означают не национальность, а место проживания – Украина.

² Продолжение статьи будет опубликовано в научно-методическом журнале «Весті БДПУ. Серія 1. Педагогіка. Психологія. Філологія» № 4, 2022.

6. Серый, А. В. К проблеме формирования зависимости от социальных сетей у школьников подросткового возраста / А. В. Серый, А. С. Паршинцева // Проблемы педагогики. – 2016. – № 9 (20). – С. 12–15.
7. Гроголева, О. Ю. Типология личности подростков, склонных к общению в социальных сетях / О. Ю. Гроголева, А. А. Дронова // Активность и ответственность личности в контексте жизнедеятельности: Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 300-летию г. Омска. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского. – 2016. – С. 93–95.
8. Бабаева, Ю. Д. Интернет: воздействие на личность [Электронный ресурс] / Ю. Д. Бабаева, А. Е. Войскунский, О. В. Смыслова. – 2010. – Режим доступа: <http://www.relarn.ru/human/pers.html>. – Дата доступа: 12.12.2019.
9. Гулевич, О. А. Психология коммуникации / О. А. Гулевич. – М.: Московский психолого-социальный ин-т, 2008. – 384 с.
10. Годик, Ю. О. Угрозы и риски безопасности детской и подростковой аудитории новых медиа / Ю. О. Годик // Медиа-скоп. – 2011. – № 2. – С. 32–39.
11. Розанов, В. А. Социальные сети и их влияние на психологическое благополучие личности / В. А. Розанов, А. С. Рахимкулова // Психологическое благополучие и психосоциальный стресс. – Одесса : Феникс, 2017. – С. 185–206.
12. Кондратьева, Л. Э. Интернет-коммуникация «поколения Z» как базовая часть коммуникации молодого поколения в современном обществе / Л. Э. Кондратьева, А. Б. Довеико // XI Рязанские социологические чтения: развитие территории в условиях современных вызовов. Материалы Национальной научно-практической конференции 14–15 октября 2021. – Рязань. – С. 305–313.
13. Сапа, А. В. Поколение Z – поколение эпохи ФГОС / А. В. Сапа // Инновационные проекты и программы в образовании. – 2014. – № 2. – С. 24–30.
14. Кучерихин, В. В. Поколение Z – поколение «прямого эфира» и «историй» / В. В. Кучерихин // Череповецкие научные чтения–2017. Материалы Всероссийской научно-практической конференции 21–22 ноября 2017. Ч. 1. – Череповец : ЧГУ, 2018. – С. 70–72.
15. Поколение Z – самое правильное поколение? // Аккредитация в образовании. – 2020. – № 8 (100). – С. 80–84.
16. Бейлина, Н. С. Особенности социально-психологической адаптации поколения девятых годов («Z-поколение») [Электронный ресурс] / Н. С. Бейлина, Е. Ю. Двойникова // Мир науки. Педагогика и психология. – 2019. – Т. 7. – № 3. – Режим доступа: <https://mir-nauki.com/PDF/66PSMN319.pdf>. – Дата доступа: 12.12.2021.
17. Российский центр изучения общественного мнения (ВЦИОМ). 03.06.2019. Пресс-релиз № 3898. Подросток в соцсети: норма жизни – или сигнал об опасности? [Электронный ресурс]. – 2019. – Режим доступа: <https://wciom.ru/index.php?id=236&uid=9587>. – Дата доступа: 20.06.2019.
18. Лapidus, Л. В. Особенности проникновения цифровых технологий в жизнь поколения Z: ценности, поведенческие паттерны и потребительские привычки интернет-поколения / Л. В. Лapidus, А. О. Гостилович, Ш. А. Омарова // Государственное управление. Электронный вестник. – 2020. – № 83. – С. 271–293.
19. Сервис-аналитики сообществ социальных сетей [Электронный ресурс]. – 2020. – Режим доступа: <https://popsters.ru/blog/post/auditoriya-socsetey-v-rossii>. – Дата доступа: 25.03.2020.
20. Полянок, О. В. Поколение z: фиджитал-поколение сотрудников / О. В. Полянок, С. М. Абрамов, С. А. Акулов // Евразийский юридический журнал. – 2019. – № 7 (134). – С. 389–393.
21. Шейнов, В. П. Разработка надежного и валидного опросника зависимости от социальных сетей / В. П. Шейнов, А. С. Девицын // Системная психология и социология. – 2021. – № 2 (38). – С. 41–55.
6. Seryj, A. V. K probleme formirovaniya zavisimosti ot social'nyh setej u shkol'nikov podrostkovogo vozrasta / A. V. Seryj, A. S. Parshinceva // Problemy pedagogiki. – 2016. – № 9 (20). – S. 12–15.
7. Grogoleva, O. Yu. Tipologiya lichnosti podrostkov, sklonnyh k obshcheniyu v social'nyh setyah / O. Yu. Grogoleva, A. A. Dronova // Aktivnost' i otvetstvennost' lichnosti v kontekste zhiznedeyatel'nosti: Materialy II Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferencii s mezhdunarodnym uchastiem, posvyashchennoj 300-letiyu g. Omska. – Omsk : Omskij gosudarstvennyj universitet im. F.M. Dostoevskogo. – 2016. – S. 93–95.
8. Babaeva, Yu. D. Internet: vozdejstvie na lichnost' [Elektronnyj resurs] / Yu. D. Babaeva, A. E. Vojskunsij, O. V. Smyslova. – 2010. – Rezhim dostupa: <http://www.relarn.ru/human/pers.html>. – Data dostupa: 12.12.2019.
9. Gulevich, O. A. Psihologiya kommunikacii / O. A. Gulevich. – M.: Moskovskij psihologo-social'nyj in-t, 2008. – 384 s.
10. Godik, Yu. O. Ugrozy i riski bezopasnosti detskoj i podrostkovoj auditorii novyh media / Yu. O. Godik // Mediaskop. – 2011. – № 2. – S. 32–39.
11. 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. – Odesa : Feniks, 2017. – S. 185–206.
12. Kondrat'eva, L. E. Internet-kommunikacija «pokoleniya Z» kak bazovaya chast' kommunikacii mladogo pokoleniya v sovremennom obshchestve / L. E. Kondrat'eva, A. B. Dovejko // XI Ryazanskie sociologicheskie chteniya: razvitie territorii v usloviyah sovremennyh vyzovov. Materialy Nacional'noj nauchno-prakticheskoy konferencii 14–15 oktyabrya 2021. – Ryazan'. – S. 305–313.
13. Sapa, A. V. Pokolenie Z – pokolenie epohi FGOS / A. V. Sapa // Innovacionnyye proekty i programmy v obrazovanii. – 2014. – № 2. – S. 24–30.
14. Kucherihin, V. V. Pokolenie Z – pokolenie «pnyamogo efira» i «istorij» / V. V. Kucherihin // Cherepoveckie nauchnye chteniya–2017. Materialy Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferencii 21–22 noyabrya 2017. Ch. 1. – Cherepovec : ChGU, 2018. – S. 70–72.
15. Pokolenie Z – samoe pravil'noe pokolenie? // Akkreditaciya v obrazovanii. – 2020. – № 8 (100). – S. 80–84.
16. Bejlina, N. S. Osobennosti social'no-psihologicheskoy adaptacii pokoleniya devyanostyh godov («Z-pokolenie») [Elektronnyj resurs] / N. S. Bejlina, E. Yu. Dvojnijkova // Mir nauki. Pedagogika i psihologiya. – 2019. – T. 7. – № 3. – Rezhim dostupa: <https://mir-nauki.com/PDF/66PSMN319.pdf>. – Data dostupa: 12.12.2021.
17. Rossijskij centr izucheniya obshchestvennogo mneniya (VCIOM). 03.06.2019. Press-reliz № 3898. Podrostok v socseti: norma zhizni – ili signal ob opasnosti? [Elektronnyj resurs]. – 2019. – Rezhim dostupa: <https://wciom.ru/index.php?id=236&uid=9587>. – Data dostupa: 20.06.2019.
18. Lapidus, L. V. Osobennosti proniknoveniya cifrovyh tekhnologij v zhizn' pokoleniya Z: cennosti, povedencheskie patterny i potrebitel'skie privyчки internet-pokoleniya / L. V. Lapidus, A. O. Gostilovich, Sh. A. Omarova // Gosudarstvennoe upravlenie. Elektronnyj vestnik. – 2020. – № 83. – S. 271–293.
19. Servis-analitiki soobshchestv social'nyh setej [Elektronnyj resurs]. – 2020. – Rezhim dostupa: <https://popsters.ru/blog/post/auditoriya-socsetey-v-rossii>. – Data dostupa: 25.03.2020.
20. Polyank, O. V. Pokolenie z: fidzhital-pokolenie sotrudnikov / O. V. Polyank, S. M. Abramov, S. A. Akulov // Evrazijskij yuridicheskij zhurnal. – 2019. – № 7 (134). – S. 389–393.
21. Shejnov, V. P. Razrabotka nadezhnogo i validnogo oprosnika zavisimosti ot social'nyh setej / V. P. Shejnov, A. S. Devicyn // Sistemnaya psihologiya i sociologiya. – 2021. – № 2 (38). – S. 41–55.

22. Шейнов, В. П. Зависимость от социальных сетей и характеристики личности: обзор исследований / В. П. Шейнов // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2021. – Т. 18. – № 3. – С. 607–630.
23. Sindermann, C. Ch. Predicting tendencies towards the disordered use of Facebook's social media platforms: On the role of personality, impulsivity, and social anxiety / C. Sindermann, J. D. Elhai, Ch. Montag // *Psychiatry Research*. – 2020. – № 285. – [Online] Available at: <https://static1.squarespace.com/static/56916e4805f8e207077fb3ed/t/5e441146bcb748330374d7b4/1581519177495/SindermannElhaiMontag2020.pdf> (accessed 14.12.2021).
24. Savci, M. Relationship between Impulsivity, Social Media Usage and Loneliness / M. Savci, F. Aysan // *Educational Process: International Journal*. – 2016. – № 5. – P. 104–115.
25. 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 // *Personality and Individual Differences*. – 2019. – № 1. – P. 62–67.
26. Choi, Y. Narcissism and Social Media Addiction in Workplace / Y. Choi // *The Journal of Asian Finance, Economics and Business*. – 2018. – № 5(2). – P. 95–104. <https://doi.org/10.13106/JAFEB.2018.VOL5.NO2.95>. (Дата доступа 15.03.2022)
27. 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 // *Addictive behaviors*. – 2017. – № 64. – P. 287–293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006> (Дата доступа 15.03.2022)
28. O'Sullivan, A. An Exploratory Study of Facebook Intensity and its Links to Narcissism, Stress, and Self-esteem / A. O'Sullivan, Z. Hussain // *Journal of Addictive Behaviors, Therapy & Rehabilitation*. – 2017. – № 06 (01). – [Online] Available at: <http://hdl.handle.net/10545/621865> (accessed 14.12.2021).
29. Casale, S. Narcissism and problematic social media use: A systematic literature review / S. Casale, V. Banchi // *Addictive Behaviors Reports*. – 2020. – № 11. [Online] Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352853219302391> (accessed 14.12.2021).
30. Shin, M., Integrating psychosocial and cognitive predictors of social networking service addiction tendency using structural equation modeling / M. Shin, J. Lee, Y.J. Chyung // *Psychologia*. – 2016. – № 59. – P. 182–201. <https://doi.org/10.2117/psysoc.2016.182> (Дата доступа 15.03.2022)
31. Hawk, S. T. Narcissistic adolescents' attention-seeking following social rejection: Links with social media disclosure, problematic social media use, and smartphone stress / S. T. Hawk, R. J. M. van den Eijnden, C. J. van Lissa // *Computers in Human Behavior*. – 2019. № 92. – P. 65–75.
32. Gu, H. J. The relationship between SNS addiction tendency, self-assertiveness, interpersonal problems and in college students / H. J. Gu, O. S. Lee, M. J. Hong // *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. – 2016. – № 17(4). – P. 180–187.
33. Khairunnisa, H. Relationship of Assertive Behaviors and Social Media Addiction among Adolescents / H. Khairunnisa, A. A. H. Putri // 4th ASEAN Conference on Psychology, Counselling, and Humanities (ACPCH 2018). – 2019. – P. 109–112.
34. Шейнов, В. П. Взаимосвязи асертивности с психологическими и социально-психологическими характеристиками личности / В. П. Шейнов // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2018. – Т. 15. – № 2. – С. 147–161.
35. Longobardi, C. Follow or be followed: Exploring the links between Instagram popularity, social media addiction, cyber victimization, and subjective happiness in Italian adolescents / C. Longobardi, M. Settanni, M. A. Fabris // *Children and Youth Services Review*. – 2020. – Vol. 113. – № 104955.
36. 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 // *Psychiatric Quarterly*. – 2018. – Vol. 89. – № 3. – P. 605–619. <https://doi.org/10.1007/s11126-018-9563-x> (Дата доступа 10.04.2022).
22. Shejnov, V. P. Zavisimost' ot social'nyh setej i harakteristiki lichnosti: obzor issledovanij / V. P. Shejnov // *Vestnik Rossijskogo universiteta druzhby narodov. Seriya: Psihologiya i pedagogika*. – 2021. – T. 18. – № 3. – S. 607–630.
23. Sindermann, C. Ch. Predicting tendencies towards the disordered use of Facebook's social media platforms: On the role of personality, impulsivity, and social anxiety / C. Sindermann, J. D. Elhai, Ch. Montag // *Psychiatry Research*. – 2020. – № 285. – [Online] Available at: <https://static1.squarespace.com/static/56916e4805f8e207077fb3ed/t/5e441146bcb748330374d7b4/1581519177495/SindermannElhaiMontag2020.pdf> (accessed 14.12.2021).
24. Savci, M. Relationship between Impulsivity, Social Media Usage and Loneliness / M. Savci, F. Aysan // *Educational Process: International Journal*. – 2016. – № 5. – R. 104–115.
25. 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 // *Personality and Individual Differences*. – 2019. – № 1. – R. 62–67.
26. Choi, Y. Narcissism and Social Media Addiction in Workplace / Y. Choi // *The Journal of Asian Finance, Economics and Business*. – 2018. – № 5(2). – R. 95–104. <https://doi.org/10.13106/JAFEB.2018.VOL5.NO2.95>. (Data dostupa 15.03.2022)
27. 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 // *Addictive behaviors*. – 2017. – № 64. – R. 287–293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006> (Data dostupa 15.03.2022)
28. O'Sullivan, A. An Exploratory Study of Facebook Intensity and its Links to Narcissism, Stress, and Self-esteem / A. O'Sullivan, Z. Hussain // *Journal of Addictive Behaviors, Therapy & Rehabilitation*. – 2017. – № 06 (01). – [Online] Available at: <http://hdl.handle.net/10545/621865> (accessed 14.12.2021).
29. Casale, S. Narcissism and problematic social media use: A systematic literature review / S. Casale, V. Banchi // *Addictive Behaviors Reports*. – 2020. – № 11. [Online] Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352853219302391> (accessed 14.12.2021).
30. Shin, M., Integrating psychosocial and cognitive predictors of social networking service addiction tendency using structural equation modeling / M. Shin, J. Lee, Y.J. Chyung // *Psychologia*. – 2016. – № 59. – R. 182–201. <https://doi.org/10.2117/psysoc.2016.182> (Data dostupa 15.03.2022)
31. Hawk, S. T. Narcissistic adolescents' attention-seeking following social rejection: Links with social media disclosure, problematic social media use, and smartphone stress / S. T. Hawk, R. J. M. van den Eijnden, C. J. van Lissa // *Computers in Human Behavior*. – 2019. № 92. – R. 65–75.
32. Gu, H. J. The relationship between SNS addiction tendency, self-assertiveness, interpersonal problems and in college students / H. J. Gu, O. S. Lee, M. J. Hong // *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. – 2016. – № 17(4). – R. 180–187.
33. Khairunnisa, H. Relationship of Assertive Behaviors and Social Media Addiction among Adolescents / H. Khairunnisa, A. A. H. Putri // 4th ASEAN Conference on Psychology, Counselling, and Humanities (ACPCH 2018). – 2019. – R. 109–112.
34. Shejnov, V. P. Vzaimosvyazi assertivnosti s psihologicheskimi i social'no-psihologicheskimi harakteristikami lichnosti / V. P. Shejnov // *Vestnik Rossijskogo universiteta druzhby narodov. Seriya: Psihologiya i pedagogika*. – 2018. – T. 15. – № 2. – S. 147–161.
35. Longobardi, C. Follow or be followed: Exploring the links between Instagram popularity, social media addiction, cyber victimization, and subjective happiness in Italian adolescents / C. Longobardi, M. Settanni, M. A. Fabris // *Children and Youth Services Review*. – 2020. – Vol. 113. – № 104955.
36. 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 // *Psychiatric Quarterly*. – 2018. – Vol. 89. – № 3. – R. 605–619. <https://doi.org/10.1007/s11126-018-9563-x> (Data dostupa 10.04.2022).

37. Unger, J. B. The role of social networks and media receptivity in predicting age of smoking initiation: a proportional hazards model of risk and protective factors / J. B. Unger, X. Chen // *Addictive behaviors*. 1999. – Vol. 24. – № 3. – P. 371–381.
38. Шейнов, В. П. Короткая версия опросника «Шкала зависимости от смартфона» / В. П. Шейнов // *Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда*. – 2021. – Т. 6. – № 1. – С. 97–115.
39. Шейнов, В. П. Адаптация и валидизация опросника «Шкала зависимости от смартфона» для русскоязычного социума / В. П. Шейнов // *Системная психология и социология*. – 2020. – № 3 (35). – С. 75–84.
40. Шейнов, В. П., Факторная структура опросника ассертивности / В. П. Шейнов, А. С. Девыцын // *Журнал Белорусского государственного университета. Социология*. – 2021. – № 4. – С. 110–118.
41. Шейнов В. П. Ассертивность, макиавеллизм, незащищенность от манипуляций и психические состояния преподавателей и учащихся / В. П. Шейнов // *Системная психология и социология*. – 2014. – № 3 (11). – С. 106–113.
42. Фетискин, Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. – М. : Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 339 с.
43. Кот Е. Тест «Нарцисс ли Вы?» [Электронный ресурс] / Е. Кот. – 2021. – Режим доступа: <https://testyonline.ru/persona/nartsiss-li-vy/>. – Дата доступа: 10.04.2022.
44. Шейнов В. П. Трехфакторная модель зависимости от социальных сетей / В. П. Шейнов, А. С. Девыцын // *Российский психологический журнал*. – 2021. – № 3. – С. 145–158.
45. Шейнов В. П. Факторная структура модели зависимости от смартфона / В. П. Шейнов, А. С. Девыцын // *Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология*. – 2021. – Т. 6. – № 3 (23) – С. 174–197.
37. Unger, J. B. The role of social networks and media receptivity in predicting age of smoking initiation: a proportional hazards model of risk and protective factors / J. B. Unger, X. Chen // *Addictive behaviors*. 1999. – Vol. 24. – № 3. – R. 371–381.
38. Shejnov, V. P. Korotkaya versiya oprosnika «Shkala zavisimosti ot smartfona» / V. P. Shejnov // *Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Organizacionnaya psihologiya i psihologiya truda*. – 2021. – T. 6. – № 1. – S. 97–115.
39. Shejnov, V. P. Adaptacija i validizacija oprosnika «Shkala zavisimosti ot smartfona» dlya russkojazychnogo sociuma / V. P. Shejnov // *Sistemnaya psihologiya i sociologiya*. – 2020. – № 3 (35). – S. 75–84.
40. Shejnov, V. P., Faktornaya struktura oprosnika assertivnosti / V. P. Shejnov, A. S. Devicyn // *Zhurnal Belorusskogo gosudarstvennogo universiteta. Sociologiya*. – 2021. – № 4. – S. 110–118.
41. Shejnov V. P. Assertivnost', makiavellizm, nezashchishennost' ot manipuljacij i psihicheskie sostojaniya prepodavatelej i uchashchihhsya / V. P. Shejnov // *Sistemnaya psihologiya i sociologiya*. – 2014. – № 3 (11). – S. 106–113.
42. Fetiskin, N. P. Social'no-psihologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malyh grupp / N. P. Fetiskin, V. V. Kozlov, G. M. Manujlov. – M. : Izd-vo Instituta Psihoterapii, 2002. – 339 s.
43. Kot E. Test «Narciss li Vy?» [Elektronnyj resurs] / E. Kot. – 2021. – Rezhim dostupa: <https://testyonline.ru/persona/nartsiss-li-vy/>. – Data dostupa: 10.04.2022.
44. Shejnov V. P. Trekhfaktornaya model' zavisimosti ot social'nyh setej / V. P. Shejnov, A. S. Devicyn // *Rossijskij psihologicheskij zhurnal*. – 2021. – № 3. – S. 145–158.
45. Shejnov V. P. Faktornaya struktura modeli zavisimosti ot smartfona / V. P. Shejnov, A. S. Devicyn // *Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Social'naya i ekonomicheskaya psihologiya*. – 2021. – T. 6. – № 3 (23) – S. 174–197.