

РАЗРАБОТКА НАДЕЖНОГО И ВАЛИДНОГО ОПРОСНИКА ЗАВИСИМОСТИ ОТ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ

В. П. Шейнов,
РИВШ, Минск,
Республика Беларусь,
sheinov1@mail.ru,

А. С. Девицын,
БГУ, Минск,
Республика Беларусь,
a.dziavitsyn@gmail.com

В статье поднимается вопрос необходимости создания надежного и валидного опросника, направленного на выявление зависимости от социальных сетей. Сегодня многие предпочитают онлайн-общение традиционным формам взаимодействия. Использование социальных сетей стремительно растет и уже охватило более трети населения мира. Зависимость от социальных сетей стала одной из самых массовых немедицинских зависимостей. В условиях пандемии коронавируса люди стали больше времени проводить в социальных сетях, которые теперь еще сильнее влияют на образ жизни и психологию людей, на учебу и работу. Все это сделало весьма актуальным системное изучение данного явления и его влияния на все стороны современной жизни.

Экспериментальные данные, подтверждающие наличие проблемы зависимости от социальных сетей, а также свидетельствующие о взаимосвязях этой зависимости с состоянием и личными качествами сверхактивных пользователей социальных сетей, получены в большом числе зарубежных исследований с помощью опросников. Отсутствие подобного диагностического инструмента у русскоязычных ученых является серьезным фактором, тормозящим проведение аналогичных исследований. В связи с чем целью данной работы является разработка опросника зависимости от социальных сетей. В статье показано, что разработанный опросник надежен и валиден. Он удовлетворяет стандартным требованиям, предъявляемым к опросникам относительно надежности, а также ключевым критериям валидности. Предлагаемый опросник стандартизован: приведены нормы для женщин и мужчин, позволяющие выразить отличие индивидуального результата от среднего в единицах стандартного отклонения.

Исходные данные для системного исследования получены с помощью онлайн-опроса, проведенного с использованием разработанной авторами автоматизированной системы обработки тестов и оперативного доведения их результатов до испытуемых в анонимном режиме. Диагностируемая опросником зависимость от социальных сетей положительно коррелирует с тревожностью, депрессией, одиночеством, экстраверсией, женским полом и отрицательно связана с самооценкой, удовлетворенностью жизнью и возрастом. Зависимость от социальных сетей среди женщин статистически высокозначимо превосходит подобную зависимость среди мужчин. В ходе исследования построена факторная модель зависимости от социальных сетей, включающая три показателя: «психологическое состояние», «общение», «информация».

Ключевые слова: социальные сети; зависимость; системное исследование; опросник; надежность; валидность; связи; личные качества и состояния; мужчины; женщины.

Для цитаты: Шейнов В. П., Девицын А. С. Разработка надежного и валидного опросника зависимости от социальных сетей // Системная психология и социология. 2021. № 2 (38). С. 41–55. DOI: 10.25688/2223-6872.2021.38.2.04

Шейнов Виктор Павлович, доктор социологических наук, кандидат физико-математических наук, профессор, профессор кафедры психологии и педагогического мастерства Республиканского института высшей школы, Минск, Республика Беларусь.

E-mail: *sheinov1@mail.ru*

ORCID: 0000-0002-2191-646X

© Шейнов В. П., Девицын А. С., 2021

Девцын Антон Сергеевич, старший преподаватель кафедры веб-технологий и компьютерного моделирования Белорусского государственного университета, Минск, Республика Беларусь.

Email: a.dziavitsyn@gmail.com

ORCID: 0000-0002-2804-4107

UDC 159.9.07

DOI 10.25688/2223-6872.2021.38.2.04

THE DEVELOPMENT OF A RELIABLE AND VALID SOCIAL MEDIA DEPENDENCE QUESTIONNAIRE

V. P. Sheinov,
NIHE, Minsk,
Republic of Belarus,
sheinov1@mail.ru,

A. S. Devitsyn,
BSU, Minsk,
Republic of Belarus,
a.dziavitsyn@gmail.com

The article touches upon the question of the need to create a reliable and valid questionnaire aimed at identifying dependence on social networks. Nowadays many people prefer online communication to traditional forms of interaction. The use of social media is growing rapidly and has already reached over a third of the world's population. Social media addiction has become one of the most widespread non-medical addictions. At the same time, in the context of the coronavirus pandemic, people began to spend more time on social networks, which now even more influence on the lifestyle and psychology of people, study and work. All this made it very relevant to system research this phenomenon and its influence on all aspects of modern life.

Numerous experimental results on the dependence on social networks and its relationship with the states and personal qualities of their overactive users have been obtained in a large number of foreign studies (carried out in the USA, Germany, Great Britain, China, the Republic of Korea, Israel, Turkey, Afghanistan, Bangladesh, etc.) using questionnaires that diagnose this addiction. The lack of such a tool among Russian-speaking researchers is a serious factor hindering the conduct of similar research in the Russian society. Therefore, the purpose of this work is to develop a questionnaire for dependence on social networks. The article shows that the developed questionnaire is reliable and valid.

It meets the standard reliability questionnaire requirements, and the key criteria for validity. The proposed questionnaire is standardized: the norms for women and men, which allow us to express the difference between the individual result and the average in units of standard deviation are given. The initial data for the study were obtained by an online survey conducted using an automated system developed by the authors for processing tests and promptly communicating their results to the subjects in an anonymous mode.

The social media addiction diagnosed by the questionnaire is positively correlated with anxiety, depression, loneliness, extraversion, female sex, and negatively correlated with self-esteem, life satisfaction and age. The dependence on social networks among women is highly statistically significantly higher than that of men. A factorial model of dependence on social networks has been built, including 3 factors: «Psychological state», «Communication», «Information».

Keywords: social networks; addiction; system research; questionnaire; reliability; validity; connections; personal qualities and conditions; men; women.

For citation: Sheinov V. P., Devitsyn A. S. The development of a reliable and valid social media dependence questionnaire // Systems Psychology and Sociology. 2021. № 2 (38). P. 41–55. DOI: 10.25688/2223-6872.2021.38.2.04

Sheinov Viktor Pavlovich, Doctor of Sociological Sciences, PhD in Physical and Mathematical Sciences, Professor. Professor at the Department of Psychology and Pedagogical Mastery of the Republican Institute of Higher Education, Minsk, The Republic of Belarus.

E-mail: sheinov1@mail.ru

ORCID: 0000-0002-2191-646X

Devitsyn Anton Sergeevich, Senior Lecturer, Department of Web Technologies and Computer Modeling, Belarusian State University, Minsk, The Republic of Belarus.

Email: a.dziavitsyn@gmail.com

ORCID: 0000-0002-2804-4107

Введение

Социальные сети играют значимую роль в повседневной жизни современных людей; многие тратят на онлайн-общение больше времени, чем на личное взаимодействие. Социальными сетями пользуется более трети населения мира, их влияние стремительно растет. Число пользователей социальных сетей ежегодно увеличивается на 10 %. При этом в условиях пандемии коронавируса люди стали больше времени проводить в социальных сетях, захватывая при этом значительную часть рабочего времени [25]. Если до пандемии максимум времени нахождения в социальных сетях приходился на выходные дни, а именно на воскресенье, то теперь он приходится на вторник, т. е. рабочее время. Сегодня социальные сети оказывают серьезное влияние на образ жизни и психологию людей. Это делает актуальным системное изучение данного явления и его воздействия на все аспекты современной жизни.

Многочисленные экспериментальные результаты о зависимости от социальных сетей и ее взаимосвязях с состоянием и личными качествами их сверхактивных 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 ученых является серьезным фактором, тормозящим проведение аналогичных исследований в отечественном социуме. Таким образом, целью данной работы является разработка надежного и валидного опросника зависимости от социальных сетей.

В исследовании используются только те результаты, в достоверности которых нет сомнений, так как они получены на больших выборках и/или в работах разных авторов. Так, В. А. Розанов и А. С. Рахимкулова

показали, что зависимость от социальных сетей связана с депрессией и тревогой, при этом наиболее зависимые и активные пользователи социальных сетей более подвержены этим состояниям [1]. Авторы следующего исследования оценили влияние количества использованных платформ социальных сетей на психическое здоровье. По сравнению с теми, кто использовал 0–2 платформы социальных сетей, участники, которые использовали платформы 7–11 социальных сетей, имели значительно большее повышение уровня депрессии и тревоги. Все связи были линейными ($p < 0,001$) и устойчивыми при любом анализе чувствительности [32].

В выборке участников исследования в Германии зависимость от Facebook оказалась связанной с нарциссизмом личности и с нарушениями психического здоровья (депрессия, тревожность и симптомы стресса) [24]. Связь зависимости от социальных сетей с тревогой показана и в других работах [29]. Взаимосвязь между зависимостью от социальных сетей и депрессией установлена в большом числе других зарубежных исследований [8; 18; 19; 22; 28; 35].

Люди с высоким нейротизмом в большей степени испытывают негативные эмоции и социальную тревогу, поэтому они могут предпочесть онлайн-общение, которое дает возможность представить идеализированный образ себя для привлечения социальной поддержки, поиска подтверждения и улучшения настроения. Эти мотивы приводят к более широкому использованию социальных сетей и увеличению зависимости от них [5]. «Как для экстравертов, так и для невротиков получение положительных отзывов из-за повышенной активности было связано с увеличением риска зависимости от социальных сетей» [30].

Показано, что зависимость, например, от «Фейсбука» связана с более низкой самооценкой и отрицательно влияет на удовлетворенность жизнью. Эти результаты получены рядом авторов, изучающих психологию

активных пользователей социальных сетей [9; 14]. При этом коэффициент отрицательной корреляции между уровнем самооценки и зависимости от социальных сетей значительно выше для пользователей, у которых более 500 подписчиков [27].

Группа испытуемых с самой высокой зависимостью от смартфона отличалась самой низкой самооценкой и самым высоким уровнем симптомов депрессии [20]. Другие исследования показали, что чрезмерное использование социальных сетей также отрицательно связано с самооценкой [11], а последнее — с удовлетворенностью жизнью, причем самооценка опосредует влияние зависимости от социальных сетей на удовлетворенность жизнью [21; 23], а испытываемая при этом депрессия напрямую связана с низкой самооценкой [26].

Установлена отрицательная умеренная корреляция между удовлетворенностью жизнью и зависимостью от социальных сетей [34]. Чрезмерное пристрастие к социальным сетям опосредует связь между эмоциональными проблемами и самооценкой, указывая на то, что подростки с более высоким уровнем эмоциональных проблем, как правило, сообщают о более высоком уровне зависимости от социальных сетей, и, в свою очередь, эта тенденция связана с более низким уровнем самооценки [6]. Результаты подтверждают предполагаемую отрицательную связь между симптомами зависимости от социальных сетей и психологическим благополучием [36]. Другие работы показали, что более высокая активность в Facebook ассоциирована со сниженным уровнем настроения, психологического благополучия и удовлетворенностью жизнью [16; 31]. Показано, что чрезмерное использование социальных сетей становится причиной ухудшения успеваемости школьников и студентов и снижения производительности труда [13].

Выявлены наиболее важные предикторы зависимости от социальных сетей — одиночество и депрессия [19]. Действительно, риск зависимости от Facebook выше, если человек испытывает одиночество [8; 10]. В целом существует положительная взаимосвязь между уровнем зависимости от социальных сетей и уровнем их одиночества [12]. Установлено, что возраст влияет на зависимость от социальных

сетей [7; 18]. Исследования выявили, что возраст отрицательно связан с зависимостью от социальных сетей [5; 15]. В ряде работ показано, что женский пол способствует более высокому уровню зависимости от социальных сетей [9; 17; 31; 33; 36].

Перечисленные отрицательные последствия зависимости от социальных сетей (депрессия, тревога, симптомы стресса, одиночество, низкая самооценка и неудовлетворенность жизнью) могут приводить к виктимизации жертв этой зависимости [2], делает индивида доступным объектом для кибербуллинга [3]. Таким образом, необходимо пристально изучать указанную проблему, разработав с этой целью надежный и валидный инструмент для ее количественной оценки. В соответствии с поставленной целью следует выделить задачи данного системного исследования: 1) разработка опросника зависимости от социальных сетей; 2) проверка его надежности; 3) доказательство его валидности.

Методика исследования

1. За основу разработки опросника приняты 20 вопросов, составленных на базе признаков зависимости от социальных сетей, которые приведены на сайте All Social Networking Sites¹, включая Бергенскую шкалу зависимости от Facebook². Учитывая то, что формулировка некоторых заданий носит следы негативного отношения к социальным сетям, они были заменены на более эмоционально нейтральные высказывания, получив исходный набор заданий для последующего анализа.

2. Уровень тревожности и депрессии определялись посредством Госпитальной шкалы тревоги и депрессии (Hospital Anxiety and Depression Scale), адаптированной М. Ю. Дробизевым³.

¹ All Social Networking Sites. URL: <http://all-socialnetworkingsites.com/> (дата обращения 20.02.2021).

² Andreassen C. S., Torsheim T., Brunborg G. S., Pallesen S. Development of a Facebook addiction scale // Psychological Reports. 2012. Vol. 110. Iss. 2. P. 501–517. DOI: 10.2466/02.09.18.PR0.110.2.501-517

³ Госпитальная шкала тревоги и депрессии HADS (Hospital Anxiety and Depression Scale) //

3. Удовлетворенность жизнью измерялась с помощью опросника, адаптированного Е. Н. Осиным и Д. А. Леонтьевым⁴.

4. Степень испытываемого одиночества оценивалась с помощью методики диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона⁵.

5. Экстраверсия, нейротизм и социальная желательность ответов диагностировались с помощью личностного опросника Г. Айзенка (Eysenck Personality Inventory)⁶.

6. Самооценка проведена по методике С. В. Овчаровой⁷.

В исследовании приняли участие 620 русскоязычных жителей Белоруссии, Украины, России, в том числе 431 лицо женского пола в возрасте 11–66 лет ($M = 23,80$, $SD = 9,6$) и 189 лиц мужского пола в возрасте 16–80 лет ($M = 23,67$, $SD = 9,5$), ответивших на вопросы шести тестов. На дополнительном этапе исследования подключились 266 респондентов, приславших согласие ответить на следующие вопросы. С их участием было проведено повторное тестирование (ретест) опросника зависимости от социальных сетей.

Статистический анализ осуществлялся с помощью пакета SPSS-20 (принятый

уровень значимости $p = 0,05$). Результаты применения одновыборочного критерия Колмогорова – Смирнова показали, что распределение части изучаемых переменных отличается от нормального, поэтому для вычисления корреляций между ними использовался непараметрический критерий Кендалла, который обнаруживает и линейные, и нелинейные связи.

Конструирование опросника

За основу разрабатываемого опросника зависимости от социальных сетей приняты описанные выше 20 заданий, представленные в Приложении.

В исходном наборе заданий опросника зависимости от социальных сетей (обозначим его ЗСС-20) имеет смысл оставить только дискриминативные, эффективно измеряющие ту же самую личностную особенность, для измерения которой предназначен опросник, т. е. зависимость от социальных сетей.

Для определения дискриминативности заданий используются коэффициенты корреляции каждого задания с общим баллом опросника (это основной критерий). Чем коэффициенты выше, тем однороднее опросник, что является одним из ключевых требований в части его надежности. Дискриминативность всех исходных заданий опросника проверена посредством вычисления корреляции каждого задания с общим баллом опросника. Результаты представлены в таблице 1.

Из таблицы 1 следует, что самую низкую дискриминативность показывают вопросы № 8, 10, 18, 20. Такие же результаты показала и программа «Статистики соотношения пункта с суммарным баллом» пакета программ SPSS-22. По этой причине данные вопросы были удалены. Для решения вопроса об удалении задания № 9 опросника потребовалось повторное обращение к указанной программе (см. табл. 2).

Мерой однородности опросника служит показатель альфа Кронбаха. У опросника, сокращенного до 16 вопросов, он равен 0,858. Из таблицы 2 видно, что корреляция пункта № 9 с суммарным баллом намного меньше корреляции остальных пунктов, в то время как альфа Кронбаха остается без изменений.

Шкалы, тесты и опросники в медицинской реабилитации / под ред. А. Н. Беловой, О. Н. Щепетовой. М.: Антидор, 2002. С. 80–82.

⁴ Осин Е. Н., Леонтьев Д. А. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия [Электронный ресурс] // Социология и общество: пути взаимодействия: мат-лы III Всерос. социолог. конгресса (Москва, 21–24 октября 2008 г.). М.: Институт социологии РАН; Российское общество социологов, 2008 (Диск CD).

⁵ Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона // Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учеб. пособие / ред.-сост. Д. Я. Райгородский. Самара: БАХРАХ-М, 2001. С. 77–78.

⁶ Личностный опросник Г. Айзенка // Энциклопедия психодиагностики. [Т. 2]: Психодиагностика взрослых / ред.-сост. Д. Я. Райгородский. Самара: Бахрах-М, 2009. С. 195–200.

⁷ Тест на определение самооценки у подростков по методике Р. В. Овчаровой [Электронный ресурс] // Женский онлайн-журнал WomanAdvice.ru. URL: <https://womanadvice.ru/test-na-samoocenku-dlya-podrostkov> (дата обращения: 18.03.2021).

Таблица 1

Корреляции между показателями заданий исходной версии опросника (ЗСС-20) и его суммарными показателями

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Корреляции	,426**	,539**	,435**	,477**	,500**	,522**	,534**	,209**	,294**	,159**
№ вопроса	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Корреляции	,355**	,548**	,436**	,322**	,422**	,401**	,383**	,226**	,468**	,255**

Примечание. ** — корреляция статистически значима при $p = 0,001$. Выделены п/ж наименьшие значения корреляций.

Таблица 2

Статистика соотношения пункта с суммарным баллом

№	Среднее шкалы при удалении пункта	Дисперсия шкалы при удалении пункта	Корреляция пункта с суммарным баллом	Альфа Кронбаха при удалении пункта
1	30,2782	67,398	,463	,853
2	30,3852	66,101	,626	,844
3	31,0000	70,355	,471	,852
4	30,7023	67,239	,564	,847
5	30,3930	67,202	,559	,847
6	30,9455	68,044	,603	,846
7	30,4805	66,710	,600	,845
9	31,2743	73,782	,319	,858
11	30,8152	71,126	,393	,855
12	30,1012	65,019	,610	,844
13	29,5272	67,961	,427	,855
14	31,3872	73,922	,354	,857
15	30,1887	69,756	,476	,852
16	30,4105	69,931	,419	,855
17	30,6732	70,942	,359	,857
19	30,9514	69,501	,544	,849

Как следует из таблицы 2, программа рекомендует удалить из опросника пункт № 9. То же самое показывает и таблица 3, свидетельствующая: 1) что у сокращенного до 16 пунктов опросника дискриминативность задания № 9 намного уступает остальным заданиям и 2) насколько дискриминативность заданий сокращенного до 16 пунктов опросника выше дискриминативности исходного набора заданий.

После удаления пункта № 9 дискриминативность всех заданий оказалась высокой — намного выше порогового значения 0,2, необходимого для включения задания в опросник⁸. Это свидетельствует о том, что все включенные в опросник задания являются дискриминативными для определения зависимости от социальных сетей.

Тем самым получено доказательство наибольшей целесообразности и эффективности присутствия в опроснике каждого из 15 выбранных заданий. Удаленные задания в перечне заданий опросника, представленных в Приложении, выделены курсивом. В ходе дальнейшего анализа стало очевидно, что показатели опросника ухудшатся, если удалить какой-либо из оставшихся его пунктов. При этом варианты опросника ЗСС-15 и ЗСС-20 оказались сильно коррелированными: для женской выборки $R = 0,986$, $p \leq 0,001$, для мужской — $R = 0,981$, $p \leq 0,001$, для общей — $R = 0,976$, $p \leq 0,001$. Таким образом, сокращенная версия показывает (и будет показывать) практически те же результаты, что и полная версия.

⁸ Бурлачук Л. Ф. Психодиагностика. СПб.: Питер, 2010. С. 174.

Таблица 3

Корреляции между показателями заданий сокращенной (ЗСС-16) и исходной (ЗСС-20) версии опросника и его суммарными показателями

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	9
ЗСС-16	,565**	,695**	,545**	,641**	,637**	,666**	,672**	,386**
ЗСС-20	,374**	,400**	,404**	,328**	,371**	,407**	,380**	,323**
№ вопроса	11	12	13	14	15	16	17	19
ЗСС-16	,477**	,689**	,535**	,411**	,554**	,509**	,454**	,610**
ЗСС-20	,271**	,396**	,441**	,408**	,407**	,420**	,303**	,380**

Проверка надежности опросника

Проверка надежности осуществлена на:
1) внутреннюю согласованность опросника;
2) однородность; 3) ретестовую надежность⁹.

Мерой внутренней согласованности является показатель альфа Кронбаха. Для матрицы ответов 514 испытуемых на 15 заданий опросника о мере внутренней согласованности оказалась равной 0,858, что свидетельствует о хорошей внутренней согласованности.

Однородность заданий опросника проверена вычислением корреляции между показателем каждого задания опросника и его суммарным показателем. Как показывает таблица 3, все эти корреляции оказались статистически высокосignификантными и находящимися в пределах от $R = 0,411, p \leq 0,001$ до $R = 0,695, p \leq 0,001$. Это свидетельствует об однородности опросника.

Ретестовая надежность проверена повторным тестированием с интервалом в один месяц. Корреляция между первым и вторым тестом $R = 0,811, p \leq 0,001$. Это означает приемлемую ретестовую надежность, поскольку показатели больше 0,7 трактуются как приемлемые свидетельства надежности по данному критерию¹⁰.

Проверка валидности опросника

Проверка валидности опросника проведена по ее ключевым критериям: 1) валидизации в процессе конструирования опросника; 2) валидности содержательной; 3) «очевидной»; 4) текущей и прогностической; 5) конструктивной; 6) конвергентной валидности; 7) валидности по полу и возрасту.

Исходя из того, что «валидность теста создается постепенно, начиная с первого шага его разработки»¹¹, для анализа были приняты вопросы опросника, непосредственно связанные с зависимостью от социальных сетей (см. Приложение). Их значительную роль в формировании суммарного показателя опросника с учетом уровня статистической значимости показывают данные таблицы 1.

Содержательная (внутренняя) валидность обеспечивается отбором в качестве стимульного материала ситуаций, напрямую связанных с поведением испытуемых, их состоянием, установками и привычками, явно свидетельствующими о зависимости от социальных сетей.

О выполнении критерия «очевидной» валидности для предлагаемого теста свидетельствует тот факт, что никто из более 900 протестированных на разных этапах исследования не усомнился в предмете тестирования и своем результате. Многие из тех, у кого опросник зависимости от социальных сетей выявил проблемы, в ходе осуществления обратной связи признавались в наличии обозначенных проблем.

Текущая валидность предлагаемого опросника имеет место, поскольку с его помощью испытуемые получают диагноз существующего положения¹² — в какой степени он зависит от социальных сетей в настоящее время. Прогностическая валидность в краткосрочной перспективе подтверждена повторным тестированием.

Конструктивная валидность включает как уже рассмотренные типы валидности, так и проверяемую далее конвергентную валидность.

⁹ Там же. С. 176–177.

¹⁰ Там же. С. 176.

¹¹ Анастаси А., Урбина С. Психологическое тестирование. СПб.: Питер, 2002. С. 160.

¹² Там же. С. 140.

Конвергентная валидность означает, что опросник «должен иметь высокие корреляции с другими переменными, с которыми он должен коррелировать, исходя из теоретических предположений»¹³. Теоретические предположения были сформулированы исходя из результатов предшествующих эмпирических исследований. Согласно установленным ранее свойствам жертв зависимости от социальных сетей, диагностируемая опросником зависимость от социальных сетей должна положительно коррелировать с тревожностью и депрессией [18; 22; 28; 29; 35], одиночеством [8; 10; 12; 15; 19], экстраверсией [5; 30] и быть отрицательно связанной с высокой самооценкой [6; 14; 20; 26; 27] и с удовлетворенностью жизнью [9; 16; 23; 31; 34].

Результаты проведенного корреляционного анализа сведены в таблицу 4, которая показывает, что в отношении тревожности, депрессии, удовлетворенности жизнью, самооценки, одиночества и экстраверсии имеют место именно такие связи. Это свидетельствует о конвергентной валидности опросника.

зависимости от смартфона ЗСС-15. Таким образом, опросник ЗСС-15 более валиден, нежели ЗСС-20.

Отрицательная связь зависимости от социальных сетей с социально желательными ответами (табл. 4: шкала Л) показывает, что при тестировании с помощью сокращенного опросника качество ответов более высокое (меньше вопросов — меньше усталость и более вдумчивое отношение к ответам).

Ранее было установлено, что у женщин зависимость от социальных сетей выше, чем у мужчин [10; 17; 31; 33; 36]. В настоящем исследовании корреляция между зависимостью от социальных сетей и женским полом ($R = 0,143$, $p = 0,000$ для ЗСС-15 и $R = 0,113$, $p = 0,005$ для ЗСС-20) также свидетельствует о том, что: 1) у женщин зависимость от социальных сетей выше, чем у мужчин и 2) валидность ЗСС-15 выше, чем у ЗСС-20, и по связи с полом. Одновременно с этим данные таблицы 5 показывают, что диагностируемая опросником ЗСС-15 зависимость от социальных сетей женщин, равная 34,

Таблица 4

Корреляции зависимости от смартфона с состояниями и свойствами личности при 20 и 15 заданиях опросника

	Т	Д	УЖ	СЦ	О	Э	Н	Л
ЗСС-15	,395**	,284**	-,193**	-,111*	,267**	,398**	-,044	-,091*
ЗСС-20	,397**	,286**	-,184**	-,104**	,256**	,367**	-,031	-,071

Обозначения: Т — тревожность; Д — дисперсия; УЖ — удовлетворенность жизнью; СЦ — самооценка; О — одиночество; Э — экстраверсия; Н — нейротизм; Л — социально желательные ответы; ** — корреляция Пирсона статистически значима при $p = 0,01$; * — корреляция статистически значима при $p = 0,05$; выделены п/ж статистически значимые корреляции.

Таблица 5

Средние значения опросника зависимости от социальных сетей и связанных с ней состояний и свойств личности

	ЗСС-15	Т	Д	УЖ	СЦ	О	Э	Н	Л
Женщины	34	7	5	23	22,9	15	13,4	12,83	1,98
Мужчины	30	6	5	23	22,9	15	10,6	13,10	2,31

Данные таблицы 4 также свидетельствуют о том, что связь зависимости от смартфона с рассматриваемыми состояниями и свойствами личности выражена сильнее, когда она измеряется короткой версией опросника

статистически значимо ($p \leq 0,001$) превосходит зависимость от смартфона мужчин (= 30).

Аналогично при уровне значимости $p \leq 0,001$ средние значения тревожности женщин больше соответствующих показателей мужчин (что подтверждает известный факт). Обращают на себя внимание большие

¹³ Там же. С. 151.

значения экстраверсии у женщин (следствие их большей общительности), нейротизма и социально желательных ответов — у мужчин (последнее объясняется в целом большей — в сравнении с женщинами — уверенностью в себе).

Обнаруженная в исследованиях [4; 10; 15; 18] отрицательная корреляция зависимости от социальных сетей с возрастом в нашем исследовании также нашла свое подтверждение: $R = -0,185$, $p = 0,000$ для ЗСС-15. Эта связь несколько слабее для ЗСС-20: $R = -0,180$, $p = 0,000$, что служит еще одним подтверждением лучшей валидности опросника ЗСС-15.

Анализ опросника зависимости от социальных сетей ЗСС-15

При проверке на нормальность распределения, было выявлено что распределение ЗСС близко к нормальному. Переменные, входящие в опросник линейно зависимы, поскольку ЗСС-15 является их суммой. Отсюда вытекает, что все входящие в ЗСС-15 переменные при росте количества анализируемых данных будут асимптотически стремиться к нормальному распределению. На анализируемой выборке все переменные прошли тест Шапиро – Уилка, который подтвердил это утверждение. Из сказанного можно сделать вывод, что данные пригодны для проведения факторного анализа.

Эксплораторный факторный анализ проведен путем извлечения методом минимальных факторных остатков с использованием косоугольного вращения. Данный выбор обусловлен тем, что в системе не будет ортогональности, поскольку многие переменные — пункты опросника, связанные между собой (см. табл. 6).

Проверка модели осуществлялась путем применения четырех тестов. Тест Бартлетта показал отличный результат, что лучше видно, если рассмотреть детали: при степени свободы 105 и допустимости ошибки не более 0,1 %, пороговое значение равно 155,528. В данном случае хи-квадрат равен 2022, что несравнимо больше, это было бы допустимо даже при > 1500 степеней свободы. Из чего

можно заключить, что данная модель имеет большой «запас прочности» и ее совместность в десятки раз превосходит достаточную для успешного прохождения теста. Тест Кайзера – Мейера – Олкина выявил значение равно 0,913 (КМО). Данное значение очень высоко, что говорит о том, что полученные результаты факторного анализа более чем адекватны и текущее описание факторов является лучшим из возможных. Результаты других тестов представлены в таблице 7.

Для определения трактовки (направленности) выделенных вопросов (переменных) по факторам выпишем те из них, которые имеют нагрузку больше 0,400. При этом прямым шрифтом представлены высокосignификантные пункты опросника, курсивом — среднесignификантные вопросы.

Фактор 1.

4. Как часто Вы используете социальную сеть, чтобы уйти от личных проблем?

2. Как часто Вы испытываете непреодолимое желание войти в социальную сеть?

6. Как часто Вы ощущаете раздражительность и беспокойство при отсутствии возможности посетить свою страницу в социальной сети?

19. Как часто Вы страдаете из-за того, что ваша любимая сеть не работает?

15. *Как часто посещение социальных сетей улучшает Вам настроение?*

1. *Как часто Вы находитесь в непрерывном режиме онлайн более двух часов в сутки?*

14. *Как часто Вы можете проспать на работу, учебу после ночи, проведенной в социальной сети?*

Фактор 2.

11. Как часто Вы испытываете потребность добавлять фотографии в альбом социальных сетей?

5. *Как часто Вы обновляете свою страницу?*

3. *Как часто Вы проводите время, думая о социальной сети и составляя план действий в ней?*

Фактор 3.

13. Как часто Вы все новости узнаете из социальных сетей?

16. Как часто в компании с друзьями Вы обсуждаете новости социальных сетей?

Таблица 6

Эксплораторный факторный анализ

	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
4	0,702		
2	0,650		
6	0,645		
19	0,603		
15	0,518		
1	0,510		
14	0,401		
11		0,619	
5		0,577	
3		0,410	
7		0,369	
17		0,326	
13			0,713
16			0,542
12		0,328	0,325

Примечание. Для лучшего понимания результата полученные нагрузки ранжировали по величине. Выделили п/ж нагрузки больше 0,600 (считаем их основными); курсивом — нагрузки меньше 0,400 (считаем их малозначимыми), остальные — среднезначимые.

Таблица 7

	Значение	Допустимое значение	Вывод
<i>RMSEA</i> (среднеквадратическое отклонение аппроксимации)	0,0358	< 0,08	Отлично
<i>TLI / NNFI</i>	0,964	>= 0,95	Отлично

Примечание. Показатель *TLI* приведен для перестраховки — он применим для малых выборок.

Все переменные, входящие в опросник зависимости от социальных сетей ЗСС-15, по своему смыслу четко сгруппировались по трем факторам:

✓ фактор 1 — посвящен себе, ощущениям, психологическим состояниям;

✓ фактор 2 — весь посвящен друзьям и коммуникациям, т. е. социальная сеть как средство общения;

✓ фактор 3 — полностью посвящен новостям, т. е. социальная сеть в качестве источника новостей и информации.

Таким образом, построена трехфакторная модель зависимости от социальных сетей. По смыслу эксплораторного анализа, данная модель является в статистическом смысле лучшей из возможных. И, как можно видеть из результатов и оценки полученной модели, задания (вопросы) в точности распределились по трем факторам. Это является свидетельством того, что

сокращенная версия опросника превосходно описывает и диагностирует состояние испытуемого в исследуемом контексте, что и подтверждается статистическими методами.

Для предоставления возможности сравнивать показатели, получаемые конкретными испытуемыми по итогам тестирования, со средним показателем в соответствующей группе произведена стандартизация опросника¹⁴. Стандартизация включает: инструкцию по тестированию, мотивирующую испытуемого на объективные ответы; стандартизованный бланк ответов с вводимым шифром, обеспечивающим анонимность тестирования; стимульный материал — вопросы в отпечатанном и электронном виде (гул-формы); алгоритм подсчета результата; нормы, позволяющие

¹⁴ Анастаси А., Урбина С. Указ. соч. С. 20–21; Бурлачук Л. Ф. Указ. соч. С. 182–183.

выразить отличие индивидуального результата от среднего в единицах стандартного отклонения, представленные в таблице 8.

Таблица 8

Нормы зависимости от социальных сетей

	Среднее значение	Стандартное отклонение
Женщины	34	8,97
Мужчины	30	8,07

Выводы

1. Показано, что разработанный опросник зависимости от социальных сетей надежен и валиден. Он удовлетворяет стандартным требованиям к опросникам относительно их надежности: на внутреннюю согласованность, гомогенность (однородность) и ретестовую надежность.

2. Опросник валиден, удовлетворяя ключевым критериям валидности: валидизации в процессе конструирования опросника;

валидности содержательной; «очевидной»; текущей и прогностической; конструктивной и конвергентной валидности; валидности по полу и возрасту.

3. Опросник стандартизован: приведены нормы для мужчин и женщин, позволяющие выразить отличие индивидуального результата от среднего в единицах стандартного отклонения.

4. Диагностируемая опросником зависимость от социальных сетей положительно коррелирует с тревожностью, депрессией, одиночеством, экстраверсией, женским полом и отрицательно связана с самооценкой, удовлетворенностью жизнью и возрастом.

5. Зависимость женщин от социальных сетей статистически высокозначимо превосходит зависимость мужчин от социальных сетей.

6. Построена трехфакторная модель зависимости от социальных сетей, включающая показатели психологического состояния, общения, информации.

Литература

1. **Розанов В. А., Рахимкулова А. С.** Социальные сети и их влияние на психологическое благополучие личности // Психологическое благополучие и психосоциальный стресс: монография / под ред. В. А. Розанова. Одесса: Феникс, 2017. С. 185–206.
2. **Шейнов В. П.** Внутриличностные предикторы виктимизации // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2019. Т. 4. № 1. С. 154–182.
3. **Шейнов В. П.** Кибербуллинг: предпосылки и последствия // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2019. Т. 4, № 2 (14). С. 77–98.
4. **Abbasi I., Drouin M.** Neuroticism and Facebook addiction: How social media can affect mood? // The American Journal of Family Therapy. 2019. Vol. 47. № 4. P. 199–215. DOI: 10.1080/01926187.2019.1624223
5. **Abbasi I. S.** Social media addiction in romantic relationships: Does user's age influence vulnerability to social media infidelity? // Personality and Individual Differences. 2019. Vol. 139. № 1. P. 277–280. DOI: 10.1016/j.paid.2018.10.038
6. **Acar I. H.** The roles of adolescents' emotional problems and social media addiction on their self-esteem / I. H. Acar et al. // Current Psychology. 2020. Available online 18 April 2021. DOI: 10.1007/s12144-020-01174-5
7. **Afacan O., Ozbek N.** Investigation of social media addiction of high school students // International Journal of Educational Methodology. 2019. Vol. 5. № 2. P. 235–245. DOI: 10.12973/ijem.5.2.235
8. **Al Mamun M. A., Griffiths M. D.** The association between Facebook addiction and depression: A pilot survey study among Bangladeshi students // Psychiatry Research. 2019. Vol. 271. P. 628–633. DOI: 10.1016/j.psychres.2018.12.039
9. **Andreassen C. S., Pallesen S., Griffiths M. D.** The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey // Addictive Behaviors. 2017. Vol. 64. P. 287–293. DOI: 10.1016/j.addbeh.2016.03.006
10. **Andreassen C. S.** The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study / C. S. Andreassen et al. // Psychology of Addictive Behaviors. 2016. Vol. 30 (2). P. 252–262. DOI: 10.1037/adb0000160

11. **Apaolaza V.** Mindfulness, compulsive mobile social media use, and derived stress: The mediating roles of self-esteem and social anxiety / V. Apaolaza et al. // *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2019. Vol. 22. № 6. P. 388–396. DOI: 10.1089/cyber.2018.0681
12. **Baltaci Ö.** The predictive relationships between the social media addiction and social anxiety, loneliness, and happiness // *International Journal of Progressive Education*. 2019. Vol. 15. № 4. P. 73–82. DOI: 10.29329/ijpe.2019.203.6
13. **Benson V., Hand C., Hartshorne R.** How compulsive use of social media affects performance: insights from the UK by purpose of use // *Behaviour & Information Technology*. 2019. № 10. P. 549–563. DOI: 10.1080/0144929x.2018.1539518
14. **Blachnio A., Przepiorka A., Pantic I.** Association between Facebook addiction, self-esteem and life satisfaction: A cross-sectional study // *Computers in Human Behavior*. 2016. Vol. 55. P. 701–705. DOI: 10.1016/j.chb.2015.10.026
15. **Blackwell D.** Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction / D. Blackwell et al. // *Personality and Individual Differences*. 2017. Vol. 116. № 1. P. 69–72. DOI: 10.1016/j.paid.2017.04.039
16. **Buglass S. L.** Motivators of online vulnerability: The impact of social network site use and FOMO / S. L. Buglass et al. // *Computers in Human Behavior*. 2017. Vol. 66. P. 248–255. DOI: 10.1016/j.chb.2016.09.055
17. **Chung K. L.** The role of the dark tetrad and impulsivity in social media addiction: Findings from Malaysia / K. L. Chung et al. // *Personality and Individual Differences*. 2019. Vol. 143. № 1. P. 62–67. DOI: 10.1016/j.paid.2019.02.016
18. **Dailey S. L., Howard K., Roming S. M. P.** A biopsychosocial approach to understanding social media addiction // *Human Behavior*. 2020. Available online 10 April 2021. DOI: 10.1002/hbe2.182
19. **Dalvi-Esfahani M.** Social media addiction: Applying the DEMATEL approach / M. Dalvi-Esfahani et al. // *Telematics and Informatics*. 2019. Vol. 43. P. 101–250. DOI: 10.1016/j.tele.2019.101250
20. **Fanni B.** Problematic Social Media Use: Results from a Large-Scale Nationally Representative Adolescent Sample / B. Fanni et al. // *PLOS ONE*. 2017. Vol. 12. № 1. DOI: 10.1371/journal.pone.016983
21. **Guven A.** Relationship between social media use, self-esteem and satisfaction with life // *University of Alabama Libraries*. 2019. Available online 15 April 2021. URL: <http://ir.ua.edu/handle/123456789/6133>
22. **Haand R., Shuwang Z.** The relationship between social media addiction and depression: a quantitative study among university students in Khost, Afghanistan // *International Journal of Adolescence and Youth*. 2020. Vol. 25. № 1. P. 780–786. DOI: 10.1080/02673843.2020.1741407
23. **Hawi N. S., Samaha M.** The relations among social media addiction, self-esteem, and life satisfaction in university students // *Social Science Computer Review*. 2017. Vol. 35. № 5. P. 576–586. DOI: 10.1177/0894439316660340
24. **Julia B., Jürgen M.** Facebook addiction disorder (FAD) among German students — A longitudinal approach // *PLOS ONE*. 2017. Vol. 12. № 12. P. e0189719. DOI: 10.1371/journal.pone.0189719
25. **Kashif M., Aziz-Ur-Rehman M. K. J., Javed M. K.** Social media addiction due to coronavirus // *International Journal of Medical Science in Clinical Research and Review*. 2020. Vol. 3. № 4. Available online 11 April 2021. URL: [##plugins.themes.academic_pro.article.sidebar##](#)
26. **Kircaburun K.** Self-esteem, daily Internet use and social media addiction as predictors of depression among Turkish adolescents // *Journal of Education and Practice*. 2016. Vol. 7. № 24. P. 64–72.
27. **Köse Ö. B., Doğan A.** The relationship between social media addiction and self-esteem among Turkish university students // *Addicta: The Turkish Journal on Addiction*. 2019. Vol. 6. № 1. P. 175–190. DOI: 10.15805/ADDICTA.2019.6.1.0036
28. **Lin L. Y.** Association between social media use and depression among US young adults / L. Y. Lin et al. // *Depression and Anxiety*. 2016. Vol. 33. № 4. P. 323–331. DOI: 10.1002/da.22466
29. **Liu C., Ma J.** Social media addiction and burnout: The mediating roles of envy and social media use anxiety // *Current Psychology*. 2020. № 39. P. 1883–1891. DOI: 10.1007/s12144-018-9998-0
30. **Marengo D., Poletti I., Settanni M.** The interplay between neuroticism, extraversion, and social media addiction in young adult Facebook users: Testing the mediating role of online activity using objective data // *Addictive Behaviors*. 2020. Vol. 102. P. 106–150. DOI: 10.1016/j.addbeh.2019.106150
31. **Oberst U.** Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out / U. Oberst et al. // *Journal of Adolescence*. 2017. Vol. 55. P. 51–60. DOI: 10.1016/j.adolescence.2016.12.008

32. **Primack B. A.** Use of multiple social media platforms and symptoms of depression and anxiety: A nationally-representative study among US young adults / B. A. Primack et al. // *Computers in Human Behavior*. 2017. Vol. 69. P. 1–9. DOI: 10.1016/j.chb.2016.11.013
33. **Rumpf H. J.** Occurrence of Internet addiction in a general population sample: A latent class analysis / H. J. Rumpf et al. // *European Addiction Research*. 2014. Vol. 20. P. 159–166. DOI: 10.1159/000354321
34. **Sahin C.** The predictive level of social media addiction for life satisfaction: A study on university students // *Turkish Online Journal of Educational Technology*. 2017. Vol. 16. № 4. P. 120–125.
35. **Shensa A.** Problematic social media use and depressive symptoms among US young adults: A nationally-representative study / A. Shensa et al. // *Social Science & Medicine*. 2017. Vol. 182. P. 150–157. DOI: 10.1016/j.socscimed.2017.03.061
36. **Turel O., Poppa N., Gil-Or O.** Neuroticism magnifies the detrimental association between social media addiction symptoms and wellbeing in women, but not in Men: a three-way moderation model // *Psychiatric Quarterly*. 2018. Vol. 89. № 3. P. 605–619. DOI: 10.1007/s11126-018-9563-x

References

1. **Rozanov V. A., Raximkulova A. S.** Social`ny`e seti i ix vliyanie na psixologicheskoe blagopoluchie lichnosti [Social networks and their influence on the psychological well-being of the individual] // *Psixologicheskoe blagopoluchie i psixosocial`ny`j stress: monografiya / pod red. V. A. Rozanova* [Psychological well-being and psychosocial stress]. Odessa: Feniks, 2017. P. 185–206.
2. **Shejnov V. P.** Vnutrilichnostny`e prediktory` viktimizaci [Intrapersonal predictors of victimization] // *Institut psixologii Rossijskoj akademii nauk. Organizacionnaya psixologiya i psixologiya truda* [Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational psychology and labor psychology]. 2019. T. 4. № 1. P. 154–182.
3. **Shejnov V. P.** Kiberbulling: predposy`lki i posledstviya [Cyberbullying: preconditions and consequences] // *Institut psixologii Rossijskoj akademii nauk. Social`naya i e`konomicheskaya psixologiya* [Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Social and economic psychology]. 2019. T. 4. № 2 (14). P. 77–98.
4. **Abbasi I., Drouin M.** Neuroticism and Facebook addiction: How social media can affect mood? // *The American Journal of Family Therapy*. 2019. Vol. 47. № 4. P. 199–215. DOI: 10.1080/01926187.2019.1624223
5. **Abbasi I. S.** Social media addiction in romantic relationships: Does user`s age influence vulnerability to social media infidelity? // *Personality and Individual Differences*. 2019. Vol. 139. № 1. P. 277–280. DOI: 10.1016/j.paid.2018.10.038
6. **Acar I. H.** The roles of adolescents` emotional problems and social media addiction on their self-esteem / I. H. Acar et al. // *Current Psychology*. 2020. Available online 18 April 2021. DOI: 10.1007/s12144-020-01174-5
7. **Afacan O., Ozbek N.** Investigation of social media addiction of high school students // *International Journal of Educational Methodology*. 2019. Vol. 5. № 2. P. 235–245. DOI: 10.12973/ijem.5.2.235
8. **Al Mamun M. A., Griffiths M. D.** The association between Facebook addiction and depression: A pilot survey study among Bangladeshi students // *Psychiatry Research*. 2019. Vol. 271. P. 628–633. DOI: 10.1016/j.psychres.2018.12.039
9. **Andreassen C. S., Pallesen S., Griffiths M. D.** The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey // *Addictive Behaviors*. 2017. Vol. 64. P. 287–293. DOI: 10.1016/j.addbeh.2016.03.006
10. **Andreassen C. S.** The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study / C. S. Andreassen et al. // *Psychology of Addictive Behaviors*. 2016. Vol. 30 (2). P. 252–262. DOI: 10.1037/adb0000160
11. **Apaolaza V.** Mindfulness, compulsive mobile social media use, and derived stress: The mediating roles of self-esteem and social anxiety / V. Apaolaza et al. // *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2019. Vol. 22. № 6. P. 388–396. DOI: 10.1089/cyber.2018.0681
12. **Baltaci Ö.** The predictive relationships between the social media addiction and social anxiety, loneliness, and happiness // *International Journal of Progressive Education*. 2019. Vol. 15. № 4. P. 73–82. DOI: 10.29329/ijpe.2019.203.6

13. **Benson V., Hand C., Hartshorne R.** How compulsive use of social media affects performance: insights from the UK by purpose of use // *Behaviour & Information Technology*. 2019. № 10. P. 549–563. DOI: 10.1080/0144929x.2018.1539518
14. **Blachnio A., Przepiorka A., Pantic I.** Association between Facebook addiction, self-esteem and life satisfaction: A cross-sectional study // *Computers in Human Behavior*. 2016. Vol. 55. P. 701–705. DOI: 10.1016/j.chb.2015.10.026
15. **Blackwell D.** Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction / D. Blackwell et al. // *Personality and Individual Differences*. 2017. Vol. 116. № 1. P. 69–72. DOI: 10.1016/j.paid.2017.04.039
16. **Buglass S. L.** Motivators of online vulnerability: The impact of social network site use and FOMO / S. L. Buglass et al. // *Computers in Human Behavior*. 2017. Vol. 66. P. 248–255. DOI: 10.1016/j.chb.2016.09.055
17. **Chung K. L.** The role of the dark tetrad and impulsivity in social media addiction: Findings from Malaysia / K. L. Chung et al. // *Personality and Individual Differences*. 2019. Vol. 143. № 1. P. 62–67. DOI: 10.1016/j.paid.2019.02.016
18. **Dailey S. L., Howard K., Roming S. M. P.** A biopsychosocial approach to understanding social media addiction // *Human Behavior*. 2020. Available online 10 April 2021. DOI: 10.1002/hbe2.182
19. **Dalvi-Esfahani M.** Social media addiction: Applying the DEMATEL approach / M. Dalvi-Esfahani et al. // *Telematics and Informatics*. 2019. Vol. 43. P. 101–250. DOI: 10.1016/j.tele.2019.101250.
20. **Fanni B.** Problematic Social Media Use: Results from a Large-Scale Nationally Representative Adolescent Sample / B. Fanni et al. // *PLOS ONE*. 2017. Vol. 12. № 1. DOI: 10.1371/journal.pone.016983
21. **Guven A.** Relationship between social media use, self-esteem and satisfaction with life // *University of Alabama Libraries*. 2019. Available online 15 April 2021. URL: <http://ir.ua.edu/handle/123456789/6133>
22. **Haand R., Shuwang Z.** The relationship between social media addiction and depression: a quantitative study among university students in Khost, Afghanistan // *International Journal of Adolescence and Youth*. 2020. Vol. 25. № 1. P. 780–786. DOI: 10.1080/02673843.2020.1741407
23. **Hawi N. S., Samaha M.** The relations among social media addiction, self-esteem, and life satisfaction in university students // *Social Science Computer Review*. 2017. Vol. 35. № 5. P. 576–586. DOI: 10.1177/0894439316660340
24. **Julia B., Jürgen M.** Facebook addiction disorder (FAD) among German students — A longitudinal approach // *PLOS ONE*. 2017. Vol. 12. № 12. P. e0189719. DOI: 10.1371/journal.pone.0189719
25. **Kashif M., Aziz-Ur-Rehman M. K. J., Javed M. K.** Social media addiction due to coronavirus // *International Journal of Medical Science in Clinical Research and Review*. 2020. Vol. 3. № 4. Available online 11 April 2021. URL: [##plugins.themes.academic_pro.article.sidebar##](#)
26. **Kircaburun K.** Self-esteem, daily Internet use and social media addiction as predictors of depression among Turkish adolescents // *Journal of Education and Practice*. 2016. Vol. 7. № 24. P. 64–72.
27. **Köse Ö. B., Doğan A.** The relationship between social media addiction and self-esteem among Turkish university students // *Addicta: The Turkish Journal on Addiction*. 2019. Vol. 6. № 1. P. 175–190. DOI: 10.15805/ADDICTA.2019.6.1.0036
28. **Lin L. Y.** Association between social media use and depression among US young adults / L. Y. Lin et al. // *Depression and Anxiety*. 2016. Vol. 33. № 4. P. 323–331. DOI: 10.1002/da.22466
29. **Liu C., Ma J.** Social media addiction and burnout: The mediating roles of envy and social media use anxiety // *Current Psychology*. 2020. № 39. P. 1883–1891. DOI: 10.1007/s12144-018-9998-0
30. **Marengo D., Poletti I., Settanni M.** The interplay between neuroticism, extraversion, and social media addiction in young adult Facebook users: Testing the mediating role of online activity using objective data // *Addictive Behaviors*. 2020. Vol. 102. P. 106–150. DOI: 10.1016/j.addbeh.2019.106150
31. **Oberst U.** Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out / U. Oberst et al. // *Journal of Adolescence*. 2017. Vol. 55. P. 51–60. DOI: 10.1016/j.adolescence.2016.12.008
32. **Primack B. A.** Use of multiple social media platforms and symptoms of depression and anxiety: A nationally-representative study among US young adults / B. A. Primack et al. // *Computers in Human Behavior*. 2017. Vol. 69. P. 1–9. DOI: 10.1016/j.chb.2016.11.013
33. **Rumpf H. J.** Occurrence of Internet addiction in a general population sample: A latent class analysis / H. J. Rumpf et al. // *European Addiction Research*. 2014. Vol. 20. P. 159–166. DOI: 10.1159/000354321
34. **Sahin C.** The predictive level of social media addiction for life satisfaction: A study on university students // *Turkish Online Journal of Educational Technology*. 2017. Vol. 16. № 4. P. 120–125.

35. **Shensa A.** Problematic social media use and depressive symptoms among US young adults: A nationally-representative study / A. Shensa et al. // *Social Science & Medicine*. 2017. Vol. 182. P. 150–157. DOI: 10.1016/j.socscimed.2017.03.061

36. **Turel O., Poppa N., Gil-Or O.** Neuroticism magnifies the detrimental association between social media addiction symptoms and wellbeing in women, but not in Men: a three-way moderation model // *Psychiatric Quarterly*. 2018. Vol. 89. № 3. P. 605–619. DOI: 10.1007/s11126-018-9563-x

Приложение

Вопросы опросника зависимости от социальных сетей

Прилагаемые 20 заданий относятся к исходному их набору для разработки опросника. Выделенные курсивом пять из них в результате проведенного анализа удалены, при этом оставшиеся 15 вопросов представляют окончательную версию надежного и валидного опросника:

1. Как часто Вы находитесь в непрерывном режиме онлайн более 2 часов в сутки?
2. Как часто Вы испытываете непреодолимое желание войти в социальную сеть?
3. Как часто Вы проводите время, думая о социальной сети и составляя план действий в ней?
4. Как часто Вы используете социальную сеть, чтобы уйти от личных проблем?
5. Как часто Вы обновляете свою страницу?
6. Как часто Вы ощущаете раздражительность и беспокойство при отсутствии возможности посетить свою страницу в социальной сети?
7. Как часто Вы испытываете потребность следить за обновлением событий на странице вне зависимости от места своего нахождения?
8. *Как часто Вы добавляете незнакомых людей в список друзей?*
9. *Как часто Вы кричите, ругаетесь или иным образом выражаете досаду, когда кто-то пытается отвлечь Вас от пребывания в социальной сети?*
10. *Как часто, не находясь за компьютером, Вы используете такие выражения, как «спс» или «пжл»?*
11. Как часто Вы испытываете потребность добавлять фотографии в альбом социальных сетей?
12. Как часто Вы проверяете свой телефон на предмет обновления в социальной сети?
13. Как часто Вы все новости узнаете из социальных сетей?
14. Как часто Вы можете проспать на работу, учебу после ночи, проведенной в социальной сети?
15. Как часто посещение социальных сетей улучшает Вам настроение?
16. Как часто в компании с друзьями Вы обсуждаете новости социальных сетей?
17. Как часто Вы пытались сократить (но безуспешно) время пребывания в социальной сети?
18. *Как часто Вы меняете свой социальный статус в сети?*
19. Как часто Вы страдаете из-за того, что ваша любимая сеть не работает?
20. *Как часто Вы говорите: «Да! Точно!», кивая головой в знак согласия с полученным сообщением?*

Ключ к опроснику: простая сумма ответов.