

DOI: [10.14515/monitoring.2021.4.1822](https://doi.org/10.14515/monitoring.2021.4.1822)



А. А. Максименко, О. С. Дейнека, Л. Н. Духанина, М. В. Сапоровская

ФАББИНГ: ОСОБЕННОСТИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ МОЛОДЕЖИ

Правильная ссылка на статью:

Максименко А. А., Дейнека О. С., Духанина Л. Н., Сапоровская М. В. Фаббинг: особенности аддиктивного поведения молодежи // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2021. № 4. С. 293—310. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2021.4.1822>.

For citation:

Maksimenko A. A., Deineka O. S., Dukhanina L. N., Saporovskaya M. V. (2021) Phubbing: Peculiarities of Addictive Behavior of the Youth. *Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes*. No. 4. P. 293–310. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2021.4.1822>. (In Russ.)

ФАББИНГ: ОСОБЕННОСТИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ МОЛОДЕЖИ

МАКСИМЕНКО Александр Александрович — доктор социологических наук, кандидат психологических наук, профессор департамента психологии, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Москва, Россия

E-MAIL: Maximenko.AI@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-0891-4950>

ДЕЙНЕКА Ольга Сергеевна — доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры политической психологии, Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия

E-MAIL: osdeyneka@yandex.ru
<https://orcid.org/0000-0001-8224-2190>

ДУХАНИНА Любовь Николаевна — доктор педагогических наук, кандидат исторических наук, заслуженный деятель народного просвещения, заведующая кафедрой педагогики и методики естественнонаучного образования, Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ», Москва, Россия

E-MAIL: Duhanina@mail.ru
<https://orcid.org/0000-0002-6389-3497>

САПОРОВСКАЯ Мария Вячеславовна — доктор психологических наук, профессор, заведующая кафедрой социальной психологии, Костромской государственный университет, Кострома, Россия

E-MAIL: saporov35@mail.ru
<https://orcid.org/0000-0002-0852-1949>

PHUBBING: PECULIARITIES OF ADDICTIVE BEHAVIOR OF THE YOUTH

Aleksandr A. MAKSIMENKO¹ — Dr. Sci. (Soc.), Cand. Sci. (Psyc.), Professor at the School of Psychology

E-MAIL: Maximenko.AI@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-0891-4950>

Olga S. DEINEKA² — Dr. Sci. (Psyc.), Professor at the Department of Political Psychology

E-MAIL: osdeyneka@yandex.ru
<https://orcid.org/0000-0001-8224-2190>

Lubov N. DUKHANINA³ — Dr. Sci. (Ped.), Cand. Sci. (Hist.), Head of the Department of Pedagogy and Methods of Natural Science Education

E-MAIL: Duhanina@mail.ru
<https://orcid.org/0000-0002-6389-3497>

Maria V. SAPOROVSKAYA⁴ — Dr. Sci. (Psyc.), Professor, Head of the Department of Social Psychology

E-MAIL: saporov35@mail.ru
<https://orcid.org/0000-0002-0852-1949>

¹ HSE University, Moscow, Russia

² Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia

³ National Research Nuclear University "MEPHI", Moscow, Russia

⁴ Kostroma State University, Kostroma, Russia

Аннотация. В статье обобщены результаты зарубежных социологических и психологических исследований фаббинг-поведения и интернет-зависимости за последние 10 лет. Описаны результаты эмпирического исследования российской молодежи ($N=525$), выполненного авторами в 2019 г. с целью выявления аддикции от смартфонов и проявлений фаббинга в контексте межличностной зависимости (методика Р. Гиршфильда). В вопросе приняли участие молодые люди из разных регионов России (72% девушек и 28% юношей; средний возраст 22,3 года). Подтверждены и конкретизированы половозрастные различия в зависимостях от гаджетов у молодежи. Выявлена связь фаббинг-поведения с неуверенностью в себе и потребностью в эмоциональной опоре и одобрении.

Ключевые слова: фаббинг, зависимость от смартфона, игнорирование партнера, аддиктивное поведение, фаббинг-поведение, жертва фаббинга

Abstract. The article reviews the results of foreign sociological and psychological studies on phubbing behavior and Internet addiction over the past 10 years. We represent the results of an empirical study of Russian youth ($N=525$) carried out in 2019 with the aim of identifying their addiction from smartphones and manifestations of phubbing in the context of interpersonal dependence (method by R. Girshfield). The survey involved young people from different regions of Russia (72% of girls and 28% of boys; average age 22.3 years). In conclusion age and sex differences in dependence on gadgets among the youth have been confirmed and specified. We also reveal the relationship between phubbing behavior and self-doubt and the need for emotional support.

Keywords: phubbing, smartphone addiction, ignoring a partner, addictive behavior, phubbing victim

Введение

Зависимость от смартфонов и интернета охватывает все больше молодежи. Как свидетельствуют эксперты — врачи, психологи, педагоги, в поведении интернет- и смартфоно-зависимых молодых людей проявляются те же симптомы, что и в поведении химически зависимых людей, со схожими факторами риска и последствиями. Жертвами подобных увлечений, утверждают авторы многочисленных разрозненных зарубежных исследований¹, чаще становятся импульсивные молодые люди с высокой тревожностью и низкой самооценкой.

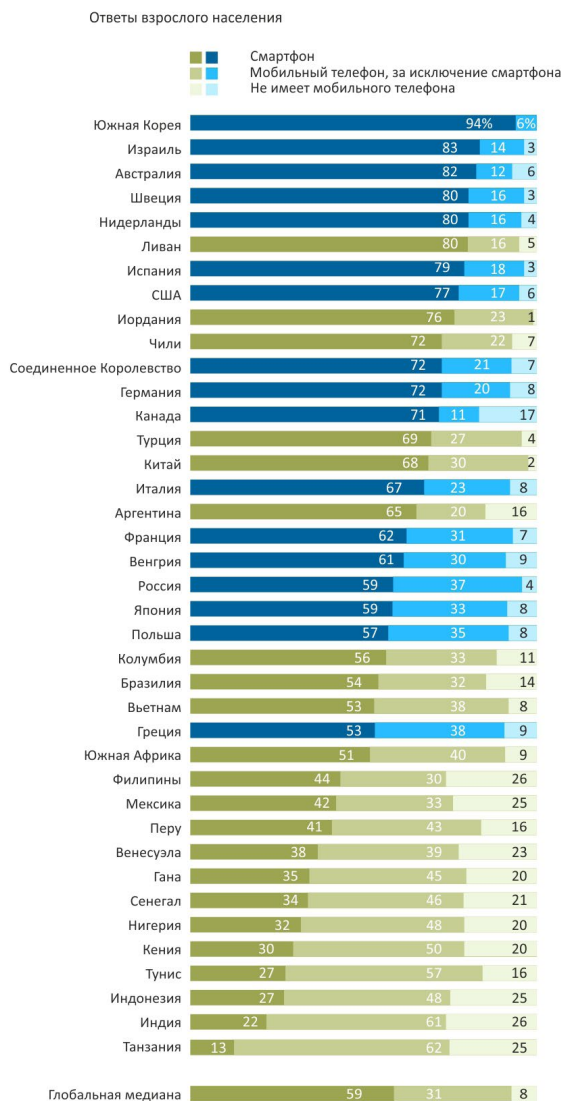
Согласно всемирному исследованию Pew Research Center, 59% опрошенных взрослых в 2018 г. были владельцами смартфонов, 31% пользовались простыми мобильными телефонами, 8% не имели мобильного телефона². При этом экраны

¹ Российские исследователи также обращаются в последние годы к этой теме. См., например: Крюкова Т. Л., Екимчик О. А. Фаббинг как угроза благополучию близких отношений // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Т. 27. № 3. С. 61—76; Шахов В. О., Сапоровская М. В., Екимчик О. А. Взаимосвязь фаббинга и психологического благополучия на разных возрастных этапах // Психология стресса и совладающего поведения: вызовы, ресурсы, благополучие: материалы V Междунар. науч. конф. Кострома, 26—28 сент. 2019 г.: в 2 т. / отв. ред.: М. В. Сапоровская, Т. Л. Крюкова, С. А. Хазова. Кострома: Изд-во Костром. гос. ун-та, 2019. Т. 2.

² Smartphone Ownership on the Rise in Emerging Economies // Pew Research Center. 2018. 19 June. URL: <https://www.pewresearch.org/global/2018/06/19/2-smartphone-ownership-on-the-rise-in-emerging-economies/> (дата обращения: 30.08.2021).

смартфонов за последние пять лет увеличились в среднем на 20%, все интенсивнее вовлекая людей в виртуальное общение³.

Рис. 1. Проникновение смартфонов в повседневную жизнь людей⁴



³ М. Видео-Эльдорадо: за пять лет экраны смартфонов увеличились на 20% // Retail Loyalty. 2020. 21 января. URL: <https://retail-loyalty.org/news/m-video-eldorado-za-pyat-let-ekrany-smartfonov-uvlechilis-na-20/> (дата обращения: 30.08.2021).

⁴ Smartphone Ownership on the Rise in Emerging Economies // Pew Research Center. 2018. 19 June. URL: <https://www.pewresearch.org/global/2018/06/19/2-smartphone-ownership-on-the-rise-in-emerging-economies/> (дата обращения: 30.08.2021).

В 2018 г. страной с самым высоким проникновением смартфонов в жизнь людей стала Южная Корея (см. рис. 1). В ней 94 % взрослых пользовались смартфонами и лишь 6 % — телефонами. На втором месте находился Израиль (83 %), на третьем — Австралия с 82 %, США — на восьмом месте с 77 % пользователей смартфонов, а Россия вместе с Японией делили двадцатое и двадцать первое места с 59 %.

Динамика уникальных загрузок приложений через AppStore и Google Play с 2016 по 2019 г. представлена на рисунке 2, который иллюстрирует лидерство среди скачиваемого контента социальных сетей и мессенджеров, позволяющих в режиме реального времени общаться с широким кругом друзей⁵.

Рис. 2. Лидерство по числу загрузок приложений через App Store и Google Play с 2016 по 2019 г.⁶

MOST DOWNLOADED APPS (2016-2019)



Очевидны возможности, которые предоставляют смартфоны и о которых пишут ученые [Islam, Mazumder, 2010]: они обеспечивают и обслуживают коммуникации (интернет, почту, социальные сети), игры (приключения, казино, «экшен»), мультимедиа (графику, медиаплееры), так называемую результативную повседневность (календарь, калькулятор, «напоминки»), путешествия (карты, переводчики, гиды), утилиты (диспетчер задач, диспетчер звонков).

В то же время следует иметь в виду и негативное влияние смартфонов на здоровье, психику и поведение людей. В этой связи исследователи выделяют: использование мобильных телефонов за рулем автотранспортных средств [Brown, Green,

⁵ Отдельно стоит отметить статус «дружбы» в социальных сетях. Эксперты рекомендуют называть малоизвестных людей, одобрительно реагирующих на фотографии, контент и статусы, «подписчиками». При этом юридическая зарубежная практика данного вопроса довольно противоречива. Так, в 2015 г. Европейский суд принял аргументы бельгийца, апеллирующего к тому, что адвокат его бывшей жены, требующей алименты, являлся другом судьи на Facebook, однако в 2017 г. во Франции Верховный суд не разделил точку зрения заявителя, подавшего отвод адвокатской коллегии, состоявшей из шести членов, «друживших» на Facebook, аргументировав это тем, что «дружить в социальных сетях обозначает общение между людьми, связанными общими интересами или родом деятельности». Социологи, опросив жителей Великобритании, смогли создать перечень объективных критериев «настоящей дружбы»: трехлетний стаж, семь-девять звонков или личных сообщений в неделю, реальные встречи примерно два-три раза в месяц, а также совместное времяпрепровождение: торжества (свадьбы, поминки, помолвки, встречи по знаменательным событиям) и путешествия [Décieux, Heinen, Willems, 2019].

⁶ Источник: Jones K. Ranked: The World’s Most Downloaded Apps. *Visual Capitalist*. 2020. January 25. URL: <https://www.visualcapitalist.com/ranked-most-downloaded-apps/> (дата обращения: 17.08.2021).

Harper, 2001], вредный эффект излучения от девайса [Sandstrom, Dunn, 2014], распыление внимания (отсутствие концентрации) в течение школьных занятий у детей [Hiscock, 2004; Selwyn, 2013], боли в запястье, шее, спине, сухость в глазах [Kwon, Kim, Cho, Yang, 2013], небезопасное сексуальное поведение [Choi, 2016], головные боли, забывчивость, характерный звук «кликов» в ушах [Balıkcı et al., 2005], влияние на ментальное здоровье [Choi, Lee, Ha, 2012].

Использование мобильного телефона водителями автотранспортных средств и пешеходами — отдельная проблема, которая создает угрозу жизни как для окружающих, так и для самих пользователей смартфонов. Поэтому с конца 10-х годов XXI века в порядке частных инициатив стали появляться предупреждающие знаки о возможных подобных рисках для жизни людей (см. рис. 3).

Одной из новых проблем коммуникации и социализации, на первый взгляд кажущейся менее опасной, чем сосредоточенность на смартфоне пешехода или водителя, становится фаббинг, суть которого состоит в игнорировании собеседника при отвлечении на общение посредством мобильного телефона.

Термин «фаббинг» (phubbing) представляет собой сочетание английских слов «телефон» (phone) и «пренебрежительное отношение» (snubbing). Фаббинг характеризуется невербальной реакцией между беседующими людьми, связанной с отвлечением на свой мобильный телефон и потерей зрительного контакта и интереса к своему собеседнику [Rothwell, 2016; Jackson, 2010]. В такой диаде взаимодействующих людей ролевая структура определяется следующим образом: человек, которого игнорируют (жертва фаббинга), обозначается как «фабби» (phubbee), а тот, кто осуществляет фаббинг, — как «фаббер» (phubber).

Рис. 3. Дорожные предупреждающие знаки в районе станции метро «Румянцево», г. Москва⁷



⁷ Источник: Знаки «Осторожно! Люди со смартфонами» установили рядом с офисным центром Comcity в Москве // Агентство городских новостей Москва. 2020. 24 января. URL <https://www.mskagency.ru/materials/2966819> (дата обращения: 30.08.2021).

Мощной детерминантой фаббинга считается интернет-зависимость как постоянное неконтролируемое компульсивное поведение, проникающее во все сферы жизни [Karadag et al., 2016]. Люди проводят в онлайн-среде все больше времени, общаясь и социализируясь [Shin, 2015; Tynes, Mitchell, 2014], играя и развлекаясь [Battol, Mahmood, 2010; Doh, Wang, 2014], совершая покупки [Huseynov, Yildirim, 2016; Verma, Jain, 2015], удовлетворяя свои желания в поисках сексуального контента [Bond, 2011; OuytseletsI., 2017]. Масштабы и темпы зависимости характеризуются следующими показателями: 39% взрослого населения США от 18 до 29 лет и 36% взрослых от 30 до 49 лет находятся онлайн постоянно⁸. Поколение постмиллениалов (поколение Z [Strauss, Howe, 2008]) еще больше подвержено риску стать интернет-зависимыми с самого молодого возраста [Ozkan, Solmaz, 2015].

Фаббинг и межличностные отношения

Фаббинг становится практически нормой поведения в молодежной среде и при этом он ведет к негативным последствиям в межличностном взаимодействии [Chotpitayasunondh, Douglas, 2018b], обедняет его содержание и качество⁹. Коммуникаторы испытывают меньшее удовлетворение от общения и взаимодействия [VandenAbeelee, Antheunis, Schouten, 2016], меньше доверяют партнеру при таком общении [Cameron, Webster, 2011], чувствуют себя менее близкими людьми [Misra et al., 2016], испытывают ревность [Krasnova et al., 2016] и спад настроения [Roberts, David, 2016].

Возможности, предоставляемые смартфонами (доступ к мессенджерам и социальным пабликам), несколько смягчают психологический дискомфорт от фаббинга по сравнению с отвлечением партнера по общению на СМИ (например, печатные). Когда люди используют мобильный телефон во время социальных контактов, они также могут участвовать во взаимодействии с другими собеседниками, находящимися вне их непосредственной офлайн-социальной среды. Человека, читающего газету во время общения, можно сравнить с визави, использующим смартфон. Первая ситуация воспринимается как более грубое отчуждение. При этом собеседник, одновременно общающийся с кем-либо еще через смартфон, воспринимает присутствие своего отсутствующего друга таким же интересным и значимым, как присутствующего.

М. Бозлен [Boelen, 2014] отмечает сложившийся социальный парадокс: с одной стороны, у людей есть постоянное желание лично общаться с себе подобными, с другой стороны, проводя с кем-либо время в зрительном контакте, они мысленно отсутствуют, общаясь с кем-то еще посредством коммуникационных технологий. С. Плант называет это слиянием физического и виртуального в одном моменте и в одном месте¹⁰.

⁸ Bruk D. (2018) This Sobering New Study Says You're Probably an Internet Addict. *Best Life*. March 19. URL: <https://bestlifeonline.com/sobering-new-study-internet-addict/> (дата обращения: 17.08.2021).

⁹ Ranie L., Zickuhr K. (2015) Americans' Views on Mobile Etiquette. *Pew Research Centre*. August 26. URL: <http://www.pewinternet.org/2015/08/26/americans-views-on-mobile-etiquette/> (дата обращения: 17.08.2021).

¹⁰ Plant S. (2001) On the Mobile: The Effects of Mobile Telephones on Social and Individual Life (Report). *Motorola*. URL: <http://classes.dma.ucla.edu/Winter03/104/docs/splant.pdf> (дата обращения: 17.08.2021).

Один из собеседников может вызвать чувство неприятия у другого в силу того, что фаббинг-поведение первого будет восприниматься как грубое и неуважительное [Turkle, 2017]. Считается, что использование мобильного телефона во время общения «лицом к лицу» создает ситуацию социального отсутствия в пространстве коммуникации. Е. Кац и М. Аахус [Katz, Aakhus, 2002] назвали этот феномен отсутствующим присутствием, когда пользователи мобильных телефонов физически находятся в социальном общении лицом к лицу, но в их психическом периферийном пространстве, совмещенном с электронным девайсом, оказывается кто-то еще. Следовательно, пользователь гаджета социально и психологически перемещен в другое место в ущерб непосредственному личному общению. Иным языком, отвлечение на мобильный телефон провоцирует у собеседника чувство социального неприятия, остракизма, раздражения, ухудшает настроение и ущемляет чувство собственного достоинства [Williams, Cheung, Choi, 2000], потому что его исключают из диалога, «ставят на паузу» [Turkle, 2017]. Даже присутствие мобильного телефона в поле зрения собеседников снижает качество коммуникации и близость в общении [Przybylski, Weinstein, 2012].

В поисках деталей, связанных с психологическим дискомфортом от фаббинг-поведения, М. Боэлен [Boelen, 2014] различает фаббинг в ситуациях, когда отвлекающийся на смартфон говорит или когда слушает. При этом, по мнению некоторых исследователей [Knapp, Hall, Horgan, 2010], зрительный контакт для слушающего более важен, чем для того, кто говорит.

Исследование Э. Чизмеси [Cizmeci, 2017], проведенное в Турции, подтвердило выявленную ранее [Roberts, David, 2016] взаимосвязь между фаббингом и удовлетворенностью взаимоотношениями в парах. Согласно полученным данным, незамужние женщины сильнее ощущают фаббинг-поведение своих партнеров, чем неженатые мужчины. Однако при этом они больше удовлетворены отношениями, поскольку в большей степени ориентированы на будущее, строят смелые планы. Таким образом, выкристаллизовался культурный фактор, объясняющий, почему не состоящие в браке женщины, с одной стороны, чувствовали себя недовольными, но в то же время были более удовлетворены отношениями, чем мужчины. Кроме того, обнаружено, что с увеличением продолжительности отношений растет негатив от партнерского фаббинга и уменьшается удовлетворенность отношениями. Неожиданный результат исследования состоял в том, что использование технологических устройств не оказывает отрицательного влияния на удовлетворенность отношениями, прежде всего добрачного, романтического периода, особенно у тех пар, кто честен, открыт и не вводит в заблуждение своих партнеров. Однако если люди постоянно наблюдают вокруг себя подобное поведение и часто попадают в ситуацию жертвы фаббинга, они начинают воспринимать его как социально приемлемое.

Ж. Робертс и М. Дэвид [Roberts, David, 2016], изучая партнерский фаббинг (partner phubbing или pphubbing) и удовлетворенность романтическими отношениями, приходят к выводу, что в последнее время люди всех возрастных групп уделяют все больше внимания электронным гаджетам в ущерб человеческому общению. Также исследователи предложили удобный опросник партнерского фаббинга из девяти пунктов и концептуальную модель процесса, показав посредством

которого как партнерский фаббинг влияет на удовлетворенность партнерскими отношениями и появление депрессии, что подтверждается данными, полученными и другими исследователями [Utami, Anam, Noorrizki, 2021].

Личностные, гендерные и возрастные различия зависимости от смартфона и фаббинга

Личностные предпосылки интернет-зависимости и фаббинга активно изучаются. Так, А. Кайис с соавторами [Kayis et al., 2016], Ю. Чжоу с коллегами [Zhou et al., 2016] и, ранее, Р. Сервидио [Servidio, 2014] показали, что интернет-зависимость отрицательно связана с дружелюбием и добросовестностью. При этом, согласно исследованиям Б. Замани с соавторами [Zamani, Abedini, Kheradmand, 2011], интернет-зависимость больше выражена у экстравертов и положительно коррелирует с невротизмом.

Также установлена корреляционная связь между смартфон-аддикцией, самооценкой и социальной тревогой: люди с низкой самооценкой и более высокой социальной тревогой чаще страдают смартфон-аддикцией [Lee et al., 2014; Shaw, Gant, 2002]. Фаббинг-поведение коррелирует с интернет-зависимостью и боязнью что-либо пропустить, а самообладание, напротив, снижает его проявления [Chotpitayasunondh, Douglas, 2018b]. Е. Карадаг с соавторами [Karadag et al., 2015] на выборке из 409 студентов доказали, что фаббинг-поведение взаимосвязано с аддикциями от мобильного телефона, СМС-сообщений, социальных сетей и интернета, то есть нашли общий знаменатель зависимости от гаджетов.

В поисках связей фаббинга с личностными особенностями пользователей коллеги из Азии [T'ng, Ho, Low, 2018] дополнили пятифакторную модель личности — открытость мышления, экстраверсия, негативная эмоциональность, дружелюбие и добросовестность [Mowen, 2000] — копинг-стратегиями и апробировали ее на выборке из 421 студента университета Малайзии. Оказалось, что среди интернет-зависимых меньше открытых, дружелюбных и добросовестных людей, но была выявлена значимая взаимосвязь между интернет-зависимостью и эмоционально-ориентированными копинг-стратегиями. Что касается фаббинг-поведения, то были получены положительные связи между ним и интернет-зависимостью, а также негативной эмоциональностью и предубежденностью. В дальнейшем исследователи [T'ng, Ho, Low, 2018] рекомендуют поэкспериментировать с выявлением взаимосвязи фаббинг-поведения с социальной тревожностью, стремлением к острым ощущениям, удовлетворенностью взаимоотношениями, достижениями в работе, стилями приверженности, избеганием неудачи. Таким образом, личностные предпосылки фаббинга изучены пока недостаточно.

Исследование гендерных различий в моделях использования технологий и социальных сетей [Thelwall et al., 2010] показало, что женщины оперируют смартфонами и IT-технологиями в основном для социального контакта, поддержания тесных отношений и самообразования, в то время как мужчины, как правило, сосредоточены на онлайн-играх и развлечениях. Дж. Билльё, М. Линден, Л. Роша [Billieux, Linden, Rochat, 2008] обнаружили, что женщины чаще зависят от мобильного телефона. Оказалось, что у женщин фаббинг-поведение значимо чаще переходит в пренебрежительную привычку: они с большей частотой и длительностью

отвлекаются на смартфон во время общения с собеседником, однако при этом сами чаще выступают в роли жертвы фаббинга [Chotpitayasunondh, Douglas, 2016].

Исследователи выявили корреляционную связь зависимости от смартфона с возрастом в сторону уменьшения [Pugh, 2017]. С. Хауг [Haug et al, 2015] с коллегами на выборке швейцарской молодежи показал, что зависимость от смартфонов выше у пятнадцатилетних, чем у девятнадцатилетних и более старших молодых людей. Кроме того, ими же было выявлено, что более короткий период до первого утреннего просмотра смартфона и указание на то, что социальная сеть — самая часто используемая его функция, свидетельствуют о более высокой степени зависимости от смартфона. А вот потребление табака и алкоголя никак не связано с подобной зависимостью.

Дизайн эмпирического исследования

С целью выявления степени зависимости от смартфонов и проявлений фаббинга у российской молодежи костромским областным региональным отделением Российского общества социологов осенью 2019 г. был проведен онлайн-опрос девушек и юношей 17—29 лет. Дополнительно определялись показатели межличностной зависимости.

Было опрошено 525 человек из разных регионов России (42 % составили жители г. Костромы) с помощью электронной формы анкеты, которую волонтеры костромского отделения Российского общества социологов рассылали пользователям социальной сети «ВКонтакте».

Методический инструментарий исследования составили:

1) опросник фаббинг-зависимости (phubbing addiction scale), разработанный В. Чотпитаясунондх и К. Дуглас [Chotpitayasunondh, Douglas, 2018a], в авторском переводе и адаптации;

2) опросник межличностной зависимости (Interpersonal Dependency Inventory) Р. Гиршфильда в адаптации О. Макушиной¹¹.

Результаты исследования и обсуждение

Описательные статистики данных опросника фаббинг-зависимости показали в целом умеренный уровень проявлений фаббинга у представителей российской молодежи. Если для наглядности перевести полученные по 5-балльной шкале опросника фаббинг-зависимости средние показатели в проценты, то можно констатировать, что больше 25 % респондентов имеют привычку «листать» телефон во время общения. Около 20 % отметили, что окружающим не нравится, когда они «копаются» в телефонах, а 26 % убеждены, что не раздражают партнера, когда заняты своим мобильным устройством. У 75 % молодых людей телефон всегда под рукой, причем 56 % проверяют его, как только проснулись утром, 33 % чувствуют себя неполноценными без телефона. Только 18 % молодых людей отмечают, что их увлечение телефоном становится все сильнее с каждым днем, а 27 % респондентов полагают, что он отнимает у них время от учебной, профессиональной и личной жизни.

¹¹ Макушина О. П. Методы психологического изучения девиантного поведения. Воронеж, 2005. С. 32.

Две уточняющие части опросника фаббинг-зависимости, предназначенные для выявления ролей в фаббинг-поведении, показали, что молодые люди не считают себя фабберами, но предъявляют претензии к другим и отмечают, что другие постоянно проверяют свой телефон, используют его, чтобы выйти в интернет, размещают свои мобильные устройства так, чтобы видеть их, и что другим людям сложно оставить свой телефон в покое.

Анализ полученных нами данных позволил выявить половозрастные особенности проявлений фаббинга. Более молодые респонденты значимо чаще, чем старшие, подтверждали зависимость от своих смартфонов: «я чувствую себя неполноценным без моего мобильного телефона» ($p < 0,01$); «время, отведенное на социальную, личную или профессиональную деятельность, уменьшается из-за мобильного телефона» ($p < 0,001$). Они также констатировали, что ощущают себя жертвами фаббинга: «мне кажется, что другие люди постоянно обращают внимание на свой телефон, а не на меня» ($p < 0,001$).

Кроме того, девушки чаще сообщали о своей зависимости от смартфона, чем юноши: «когда я просыпаюсь утром, я сначала проверяю сообщения на моем телефоне» ($p < 0,001$); «увлечение моим мобильным телефоном увеличивается с каждым днем» ($p < 0,01$). Схожие результаты получены и другими исследователями. Так, Е. Карадаг с соавторами [Karadag et al., 2015] на выборке в 409 студентов обнаружил, что женщины имеют большую зависимость от смартфона, чем мужчины, и что чем старше респонденты, тем меньше они проявляют фаббинг по отношению к собеседнику.

Дополнительный анализ данных позволил нам конкретизировать выявленные гендерные различия в зависимости российской молодежи от смартфонов. Для юношей гаджет — это больше демонстрация доминирования в отношениях: «я чувствую себя довольным, когда я обращаю внимание на свой телефон вместо других людей» ($p < 0,001$). Для девушек гаджет — это устройство, скорее воплощающее зависимость от него и невысокий самоконтроль: «я обращаю внимание на свой телефон дольше, чем намереваюсь это сделать» ($p < 0,001$), а также повышенную тревожность: «я чувствую беспокойство, если мой телефон не рядом» ($p < 0,001$); «я кладу свой телефон, чтобы его видеть» ($p < 0,01$). В этой связи гаджет может рассматриваться как некая метафора беспокойного и бесцеремонного ребенка, который не успокоится, пока не получит очередную порцию внимания к себе [Roberts, David, 2016].

Как показал корреляционный анализ (см. табл. 1), у молодежи зависимость от гаджета и потребность в эмоциональной опоре на других людей, а также неуверенность в себе демонстрируют статистически значимую связь.

Факторный анализ¹² данных опросника фаббинг-зависимости и теста Р. Гиршфильда позволил выделить три фактора (см. табл. 2).

¹² Метод главных компонент; вращение методом varimax raw; на основании критерия Кайзера.

Таблица 1. Фрагмент корреляционной матрицы данных опросника фаббинг-зависимости и теста межличностной зависимости Р. Гиршфильда

Утверждения опросника о зависимости от смартфона	Эмоциональная опора на других	Неуверенность в себе	Стремление к автономии
Я чувствую себя неполноценным без моего мобильного телефона	,293**	,252**	,029
Увлечение моим мобильным телефоном увеличивается с каждым днем	,229**	,239**	,023
Время, отведенное на социальную, личную или профессиональную деятельность, уменьшается из-за моего мобильного телефона	,206**	,264**	,054

** — при $p < 0,01$.

Таблица 2. Результаты факторного анализа данных опроса

Утверждения опросника и показатели теста межличностной зависимости	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
Когда я вместе с другими, я начинаю «листать» свой телефон	,666	-,331	-,084
Когда я со своими друзьями, я всегда занят своим мобильным телефоном	,633	-,472	-,330
Люди жалуются на то, что я часто копаюсь в моем мобильном телефоне	,664	-,259	-,055
Я занят своим мобильным телефоном, даже когда я общаюсь со своими друзьями	,708	-,415	-,249
Я не думаю, что раздражаю своего партнера, когда я занят(а) своим мобильным телефоном	,280	-,046	,087
Мой телефон всегда под рукой	,373	,075	,619
Когда я просыпаюсь утром, я сначала проверяю сообщения на моем телефоне	,486	,159	,567
Я чувствую себя неполноценным(ой) без моего мобильного телефона	,611	,212	,329
Увлечение моим мобильным телефоном увеличивается с каждым днем	,674	,005	,093
Время, отведенное на социальную, личную или профессиональную деятельность, уменьшается из-за моего мобильного телефона	,528	,187	,102
Эмоциональная опора на других	,464	,649	-,263
Неуверенность в себе	,489	,609	-,417
Стремление к автономии	,167	,362	-,270

Первый, наиболее весомый фактор, который мы назвали фактором «смартфоно-зависимости», сформировали проявления фаббинга и зависимости от гаджетов: «я занят со своим мобильным телефоном, даже когда я общаюсь со своими друзьями» (0,708); «когда я вместе с другими, я начинаю „листать“ свой телефон» (0,666), а также фиксация тенденции роста такой зависимости — «увлечение моим мобильным телефоном увеличивается с каждым днем» (0,674).

Кроме того, в фактор вошел запрос на эмоциональную опору на других людей. Часто трудности установления эмоциональной связи, смущение от живого контакта и неуверенность в себе формируют у молодежи привычку переключаться на виртуальное общение. В этом случае смартфон служит своего рода «запасным выходом», «форточкой», когда можно, приоткрыв окно в душном замкнутом пространстве, выйти из коммуникации, происходящей «здесь и сейчас», покинуть ситуацию, поставив ее на паузу, снять болезненное напряжение, разбавив его виртуальным общением. Это как раз то «отсутствующее присутствие», о котором пишут наши западные коллеги [Gergen, 2002].

Смартфон дает лишь иллюзию эмоциональной опоры, поскольку полной эмоциональная привязанность, как с реальным собеседником, так и с виртуальным, не формируется. Однако теперь эту привязанность можно фрагментировать, «пролистывать», «переключать» выбором опции меню смартфона. Это непрерывная ротация виртуальных и реальных собеседников запускает постоянную перезагрузку эмоциональных сюжетов и сюжетных линий с регламентируемой дозой привязанности. Возникает парадокс: современные подростки, испытывая зависимость от смартфонов, в то же время, возможно, неосознанно фрагментируют, дозируют, дробят эмоциональную привязанность, не избегая ее вовсе, но подменяя ее новым набором образов и новых знакомств, расширяя круг общения. Кроме того, смартфоны становятся для молодежи самостоятельным спутником, который постоянно требуют внимания (как японская игрушка «тамагочи»), он «всегда под рукой». Это «подручный» — один из главных героев мультсериала «Клуб Микки Мауса», суперкомпьютер, который всегда готов помочь Микки и его друзьям найти ответы на любые вопросы.

Второй фактор — фактор межличностной зависимости, напротив, показывает, что неуверенные в себе и зависимые люди не всегда используют гаджеты в качестве поведенческой защиты, поскольку последние не решают проблем общения.

Третий фактор, фактор контроля своего телефона, отражает ситуацию, когда использование гаджета носит инструментальный характер без связи с психологическими проблемами пользователя. В него вошли степени согласия с утверждениями о контроле: «мой телефон всегда под рукой» (0,619); «когда я просыпаюсь утром, я сначала проверяю сообщения на моем телефоне» (0,567), а также признак «неуверенность в себе» с отрицательным знаком (–0,417).

Таким образом, контроль своих гаджетов может быть привычкой, а неуверенность в себе не всегда купируется зависимостью от гаджетов, обремененной фаббинг-поведением.

Выводы

Как показал обзор зарубежных источников по теме фаббинга, зависимость молодежи от смартфонов имеет нарастающую тенденцию. Причем поколение Z, согласно мнению экспертов, больше подвержено риску стать интернет-зависимыми с самого юного возраста.

Основной детерминантой фаббинг-поведения оказывается интернет-зависимость как неконтролируемое компульсивное ежедневное поведение, которое сопровождает все сферы жизни современного молодого человека. Интернет-

зависимость, как показали работы зарубежных исследователей, отрицательно коррелирует с дружелюбием и добросовестностью.

Согласно работам зарубежных авторов, женщины чаще имеют негативный опыт пребывания в роли «фабби» (жертвы фаббинга), при этом у них же подобное поведение быстрее начинает восприниматься как нормальное — они в целом чаще и дольше отвлекаются на смартфоны во время общения с собеседником. Люди всех возрастных групп все больше внимания своим электронным гаджетам в ущерб человеческому общению.

Партнерский фаббинг влияет на удовлетворенность отношениями в паре и появление депрессии. Кроме того, обнаружено, что люди с тревожной привязанностью могут чрезмерно эмоционально реагировать на партнерский фаббинг, что снижает уровень удовлетворенности отношениями. Зрительный контакт, интимность разговора, а также качество коммуникации и близость в общении искажаются при фаббинг-поведении.

В проведенном нами эмпирическом исследовании российской молодежи были выявлены проявления фаббинг-поведения, причем респонденты в большинстве своем отрицают их у себя и замечают у других. Также удалось зафиксировать половозрастные различия в степени зависимости от гаджетов у молодежи: девушки оказались более зависимыми от смартфонов, чем юноши, а более старшие представители молодежи в меньшей степени зависимы от мобильных телефонов, чем более юные. Кроме того, выявлена высокозначимая связь фаббинг-поведения с неуверенностью в себе и потребностью в эмоциональной опоре и одобрении.

В дальнейшем нам представляется актуальным исследование взаимосвязи фаббинга и влюбленности как вида межличностной зависимости; роли гаджетов, выступающих в одних ситуациях катализаторами конфликтов, а в других — ингибиторами; а также релевантных копинг-стратегий в аддикциях, обусловленных смартфонами.

Учитывая парадокс, связанный с тем, что фаббинг-поведение негативно влияет на качество общения, а эмоционально обедненное, невключенное общение вызывает тревогу, неуверенность в себе, защитную агрессию, которые усиливают фаббинг-поведение, следует в учебном и воспитательном процессе подростков и молодежи предлагать способы снятия такого «замкнутого круга» взаимоотношений между людьми.

Список литературы (References)

Balikci K., CemOzcan I., Turgut-Balik D., Balik H. H. (2005) Survey Study on Some Neurological Symptoms and Sensations Experienced by Long Term Users of Mobile Phones. *Pathologie Biologie*. Vol. 53. No. 1. P. 30—34. <https://doi.org/10.1016/j.patbio.2003.12.002>.

Batool S. H., Mahmood K. (2010) Entertainment, Communication or Academic Use? A survey of Internet Cafe Users in Lahore, Pakistan. *Information Development*. Vol. 26. No. 2. P. 141—147. <https://doi.org/10.1177/0266666910366650>.

Boelen M. (2014) “Hello! I Am Sitting Right in Front of You...”: The Influence of Phubbing Behaviour on Perceived Affiliation during Face-to-Face Conversations in Social Settings (Masterthesis; Degree granted by Tilburg University). Tilburg, NL: Universiteit van Tilburg.

Bond E. (2011) The Mobile Phone = Bike Shed? Children, Sex and Mobile Phones. *New Media and Society*. Vol. 13. No. 4. P. 587—604. <https://doi.org/10.1177/1461444810377919>.

Cameron A. F., Webster J. (2011) Relational Outcomes of Multicommuting: Integrating Incivility and Social Exchange Perspectives. *Organization Science*. Vol. 22. No. 3. P. 754—771. <https://doi.org/10.1287/orsc.1100.0540>.

Choi H. S., Lee H. K., Ha J. (2012) The Influence of Smartphone Addiction on Mental Health, Campus Life and Personal Relations — Focusing on K University Students. *Journal of Korean Data & Information Science Society*. Vol. 23. No. 5. P. 1005—1015. <https://doi.org/10.7465/jkdi.2012.23.5.1005>.

Chotpitayasunondh V., Douglas K. M. (2016) How “Phubbing” Becomes the Norm: The Antecedents and Consequences of Snubbing via Smartphone. *Computers in Human Behavior*. Vol. 63. P. 9—18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>.

Chotpitayasunondh V., Douglas K. M. (2018a) Measuring Phone Snubbing Behavior: Development and Validation of the Generic Scale of Phubbing (GSP) and the Generic Scale of Being Phubbed (GSBP). *Computers in Human Behavior*. Vol. 88. P. 5—17. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.06.020>.

Chotpitayasunondh V., Douglas K. M. (2018b) The Effects of “Phubbing” on Social Interaction. *Journal of Applied Psychology*. Vol. 48. No. 6. P. 304—316. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>.

Cizmeci E. (2017) Disconnected, Though Satisfied: Pphubbing Behavior and Relationship Satisfaction. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication — TOJDAC*. Vol. 7. No. 2. <https://doi.org/10.7456/10702100/018>.

Doh Y. Y., Wang S. L. (2014) From Separation to Integration: Identity Development of Korean Adult Players in Online Game World. *Games and Culture*. Vol. 9. No. 1. P. 30—57. <https://doi.org/10.1177/1555412013498301>.

Billieux J., Van Der Linden M., Rochat L. (2008) The Role of Impulsivity in Actual and Problematic Use of the Mobile Phone. *Applied Cognitive Psychology*. Vol. 22. No. 9. P. 1195—1210.

Brown B., Green N., Harper R. (2001) *Wireless World: Social and Interaction Aspects of the Mobile Age*. New York, NY: Springer.

Choi E. P., Wong J. Y., Lo H. H., Wong W., Chio J. H., Fong D. Y. (2016) The Impacts of Using Smartphone Dating Applications on Sexual Risk Behaviours in College Students in Hong Kong. *PLoS One*. Vol. 11. e0165394. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0165394>.

Décieux J. P., Heinen A., Willems H. (2019) Social Media and Its Role in Friendship-driven Interactions among Young People: A Mixed Methods Study. *YOUNG*. Vol. 27. No. 1. P. 18—31. <https://doi.org/10.1177/1103308818755516>.

Gergen K. J. (2002) The Challenge of Absent Presence. In: *Perpetual Contact: Mobile Communication, Private Talk, Public Performance*. Cambridge: Cambridge University Press. P. 227—241. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511489471.018>.

Haug S., Castro R. P., Kwon M., Filler A., Kowatsch T., Schaub M. P. (2015) Smartphone Use and Smartphone Addiction Among Young People in Switzerland. *Journal of Behavioral Addiction*. Vol. 4. P. 299—307.

Hiscock D. (2004) CellPhones in Class: This, Too, Shall Pass. *Community College Week*. Vol. 16. No. 16. P. 4—5.

Strauss W., Howe N. (2008) Generations: The History of America's Future, 1584 to 2069. New York, NY: William Morrow.

Huseynov F., Yildirim S. (2016) Internet Users' Attitudes toward Business-to-Consumer Online Shopping: A Survey. *Information Development*. Vol. 32. No. 3. P. 452—465. <https://doi.org/10.1177/0266666914554812>.

Islam R., Islam R., Mazumder T. (2010) Mobile Application and Its Global Impact. *International Journal of Engineering and Technology*. Vol. 10. No. 6. P. 104—111.

Jackson R. I. (2010) Encyclopedia of Identity. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.

Karadag E., Tosuntas S. B., Erzen E., Duru P., Bostan N., Sahin B. M., Culha I., Babadag B. (2015) Determinants of Phubbing, Which is the Sum of Many Virtual Addictions: A Structural Equation Model. *Journal of Behavioral Addictions*. Vol. 4. No. 2. P. 60—74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>.

Karadag E., Tosuntas S. B., Erzen E., Duru P., Bostan N., Sahin B. M., Culha I., Babadag B. (2016) The Virtual World's Current Addiction: Phubbing. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*. Vol. 3. P. 250—269. <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0013>.

Katz J. E., Aakhus M. (2002) Perpetual Contact: Mobile Communication, Private Talk, Public Performance. Cambridge, UK: Cambridge University Press.

Kayış A. R., Satici S. A., Yilmaz M. F., Şimşek D., Ceyhan E., Bakioglu F. (2016) Big Five-Personality Trait and Internet Addiction: A Meta-Analytic Review. *Computers in Human Behavior*. Vol. 63. P. 35—40. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.012>.

Krasnova H., Abramova O., Notter I., Baumann A. (2016) Why Phubbing Is Toxic for Your Relationship: Understanding the Role of Smartphone Jealousy among “Generation Y” Users. In: *European Conference on Information Systems (ECIS) 2016 Proceedings. Research Paper No. 109*. URL: https://aisel.aisnet.org/ecis2016_rp/109 (дата обращения: 17.08.2021).

Knapp M. L., Hall J., Horgan T. G. (2010). Nonverbal Communication in Human Interaction. Boston, MA: Wadsworth, Cengage Learning.

Kwon M., Kim D.-J., Cho H., Yang S. (2013) The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents. *Plos One*. Vol. 8. No. 12. e83558. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>.

Lee Y. K., Chang C. T., Lin Y., Cheng Z. H. (2014) The Dark Side of Smartphone Usage: Psychological Traits, Compulsive Behavior and Technostress. *Computers in Human Behavior*. Vol. 31. P. 373—383. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.047>.

Misra Sh., Cheng L., Genevie J., Yuan M. (2016) The iPhone Effect: The Quality of In-Person Social Interactions in the Presence of Mobile Devices. *Environment and Behavior*. Vol. 48. No. 2. P. 275—298. <https://doi.org/10.1177/0013916514539755>.

Mowen J. C. (2000). The 3M Model of Motivation and Personality: Theory and Empirical Application to Consumer Behavior. Boston, MA: Springer.

Ouytsel J. V., Ponnet K., Walrave M., d'Haenens L. (2017) Adolescent Sexting from a Social Learning Perspective. *Telematics and Informatics*. Vol. 34. № 1. P. 287—298. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2016.05.009>.

Ozkan M., Solmaz B. (2015). Mobile Addiction of Generation Z and its Effects on their Social Lives: (An Application among University Students in the 18—23 Age Group). *Procedia — Social and Behavioral Sciences*. Vol. 205. P. 92—98.

Przybylski A. K., Weinstein N. (2012) Can You Connect with Me Now? How the Presence of Mobile Communication Technology Influences Face-to-Face Conversation Quality. *Journal of Social and Personal Relationships*. Vol. 30. No. 3. P. 237—246. <https://doi.org/10.1177/0265407512453827>.

Pugh S. (2017) Investigating the Relationship between Smartphone Addiction, Social Anxiety, Self-Esteem, Age & Gender (Bachelors Final Year Project). Dublin: Dublin Business School. URL: <http://hdl.handle.net/10788/3329> (дата обращения: 17.08.2021).

Roberts J. A., David M. E. (2016) My Life Has Become a Major Distraction from My Cell Phone: Partner Phubbing and Relationship Satisfaction Among Romantic Partners. *Computers in Human Behavior*. Vol. 54. P. 134—141. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>.

Rothwell J. D. (2016) In the Company of Others: An Introduction to Communication. New York: Oxford University Press.

Sandstrom G. M., Dunn E. W. (2014) Social Interactions and Well-Being: The Surprising Power of Weak Ties. *Personality and Social Psychology Bulletin*. Vol. 40. No. 7. P. 910—922. <http://dx.doi.org/10.1177/0146167214529799>.

Selwyn N. (2013) Education in a Digital World: Global Perspectives on Technology and Education. New York, NY: Routledge.

Servidio R. (2014) Exploring the Effects of Demographic Factors, Internet Usage and Personality Traits on Internet Addiction in a Sample of Italian University Students. *Computers in Human Behavior*. Vol. 35. P. 85—92. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.02.024>.

Shaw L. H., Gant L. M. (2002) In Defense of the Internet: The Relationship between Internet Communication and Depression, Loneliness, Self-Esteem and Perceived Social Support. *CyberPsychology and Behavior*. Vol. 5. No. 2. P. 157—171. <https://doi.org/10.1089/10949310275377055>.

Shin W. (2015) Parental Socialization of Children's Internet Use: A Qualitative Approach. *New Media and Society*. Vol. 17. No. 5. P. 649—665. <https://doi.org/10.1177/1461444813516833>.

Thelwall M., Buckley K., Paltoglou G., Cai D., Kappas A. (2010) Sentiment Strength Detection in Short Informal Text. *Journal of the American Society for Information Science and Technology*. Vol. 61. No. 12. P. 2544—2558. <https://doi.org/10.1002/asi.21416>.

Tynes B. M., Mitchell K. J. (2014) Black Youth Beyond the Digital Divide: Age and Gender Differences in Internet Use, Communication Patterns, and Victimization. *Journal of Black Psychology*. Vol. 40. No. 3. P. 291—307. <https://doi.org/10.1177/0095798413487555>.

T'ng S.T., Ho K. H., Low S. K. (2018) Are You «Phubbing» Me? The Determinants of Phubbing Behavior and Assessment of Measurement Invariance across Sex Differences. *International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*. Vol. 7. No. 2. P. 159—190. <https://doi.org/10.17583/rimcis.2018.3318>.

Turkle S. (2017) *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. New York, NY: Basic Books.

Utami M., Anam M. K., Noorrizki R. D. (2021) The Relationship Between Phubbing and Romantic Relationship Satisfaction: A Literature Review. *KnE Social Sciences*. P. 370—385. <https://doi.org/10.18502/kss.v4i15.8226>.

Vanden Abeele M. M. P., Antheunis M. L., Schouten A. P. (2016) The Effect of Mobile Messaging during a Conversation on Impression Formation and Interaction Quality. *Computers in Human Behavior*. Vol. 62. P. 562—569. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.04.005>.

Verma P., Jain S. (2015) Skills Augmenting Online Shopping Behavior: A Study of Need for Cognition Positive Segment. *Business Perspectives and Research*. Vol. 3. No. 2. P. 126—145. <https://doi.org/10.1177/2278533715578556>.

Williams K. D., Cheung C. K. T., Choi W. (2000) Cyberostracism: Effects of Being Ignored over the Internet. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 79. No. 5. P. 748—762. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.5.748>.

Zamani B. E., Abedini Y., Kheradmand A. (2011) Internet Addiction Based on Personality Characteristics of High School Students in Kerman, Iran. *Addict Health*. Vol. 3. No. 3—4. P. 85—91. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24494121/>.

Zhou Y. Y., Li D. P., Li X., Wang Y. H., Zhao L. Y. (2016) Big Five Personality and Adolescent Internet Addiction: The Mediating Role of Coping Style. *Addictive Behaviors*. Vol. 64. P. 42—48. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.08.009>.