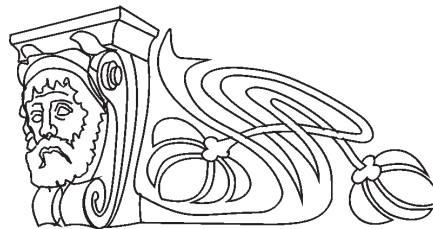




Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2024. Т. 13, вып. 2 (50). С. 160–168
Izvestiya of Saratov University. Educational Acmeology. Developmental Psychology, 2024, vol. 13, iss. 2 (50), pp. 160–168
<https://akmepsy.sgu.ru> <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2024-13-2-160-168>, EDN: BMFSXS

Научная статья
УДК 159.923.2

Психологическая профилактика зависимости от социальных сетей как фактор формирования созидательной субъектности личности



Т. В. Белых

Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н. Г. Чернышевского, Россия, 410012, г. Саратов, ул. Астраханская, д. 83

Белых Татьяна Викторовна, доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры социальной психологии образования и развития, tvbelih@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-2478-3460>

Аннотация. *Актуальность.* Своевременная психологическая профилактика зависимости от социальных сетей с учетом возрастных особенностей позволяет создать условия для формирования и развития созидательной субъектности личности, что дает возможность осуществлять оптимальную регуляцию собственного поведения в условиях интернет-общения на основе доминирования общечеловеческих ценностей и ценностных ориентаций, характерных для культурных и нравственных основ российского общества. *Цель:* выявление психологических факторов формирования созидательной субъектности у представителей молодежи, имеющих высокие показатели зависимости от социальных сетей. *Гипотеза:* психологическая профилактика, направленная на развитие навыков рефлексии поведения в условиях коммуникации с целью противодействия манипулятивному влиянию участников интернет-взаимодействия и контенту, распространяемому в интернете, может быть фактором, определяющим созидательный вектор развития субъектности и самореализации молодежи в современном информационном обществе. *Участники:* 276 студентов 1–3-го курсов Саратовского национального исследовательского государственного университета имени Н. Г. Чернышевского в возрасте от 17 до 20 лет, средний возраст 19,2, SD = 0,67, юношей 32%, девушек 68%. *Методы (инструменты):* для выявления личностных и социально-психологических характеристик индивидуальности применялись: фрайбургский личностный опросник (модифицированная форма «В») (А. А. Крылов и Т. И. Ронгинская), методика диагностики уровня невротизации (Л. И. Вассерман), опросник «Восприятие Интернета» (Е. А. Щепилина); для измерения степени зависимости личности от использования социальных сетей использован «Опросник зависимости от социальных сетей» (В. П. Шейнов, А. С. Девицын); для изучения ценностных ориентаций применен «Тест исследования реальной структуры ценностных ориентаций личности» (С. С. Бубнова); для выявления уровня личностной рефлексивности использовался «Опросник рефлексивности» (А. В. Карпов); опросник «Оценка степени незащищенности индивида от манипулятивных воздействий» (НЗМ) (В. П. Шейнов) применен для анализа представлений человека о собственной защищенности / незащищенности от манипуляций. *Результаты:* обнаружены структурные особенности индивидуальности пользователей социальных сетей, проявляющих чрезмерную погруженность в интернет-коммуникацию, психологическая профилактика которых может оптимизировать процесс формирования и развития созидательной субъектности. *Основные выводы:* психологическая профилактика слабой личностной рефлексивности и высокой подверженности манипулятивному воздействию в сочетании с низкими показателями общительности позволяет создать оптимальные условия для проявления созидательной субъектности молодежи в условиях интернет-взаимодействия. *Практическая значимость:* данные могут быть применены в практике планирования и осуществления психопрофилактических и развивающих программ для студентов вузов с целью повышения способности к осознанию ими оснований оценки информации, распространяемой в социальных сетях, которая может оказывать существенное влияние на трансформацию их ценностных ориентаций, нравственных и социально-значимых смыслов.

Ключевые слова: созидательная субъектность, деструктивная субъектность, зависимость от использования социальных сетей, когнитивно-личностная компетентность, ценностные ориентации, психопрофилактика

Для цитирования: Белых Т. В. Психологическая профилактика зависимости от социальных сетей как фактор формирования созидательной субъектности личности // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2024. Т. 13, вып. 2 (50). С. 160–168. <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2024-13-2-160-168>, EDN: BMFSXS

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Article

Psychological prevention of social media addiction as a factor in the development of agency

T. V. Belykh

Saratov State University, 83 Astrakhanskaya St., Saratov 410012, Russia

Tatyana V. Belykh, tvbelih@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-2478-3460>

© Белых Т. В., 2024



Abstract. The *relevance* of the research is determined by the fact that implementing timely psychological prevention of social media addiction, while taking into account age-specific characteristics, creates conditions for a person to develop agency that can regulate their behavior in online communication based on universal human values aligned with the cultural and moral values of the Russian society. The research *objective* is to identify the psychological factors that contribute to the development of agency in young people who are highly addicted to social media. *Hypothesis:* The psychological prevention described in this study aims at developing self-reflection skills that help a person to counteract the manipulative influence of both participants of online interactions and online content itself. This psychological prevention may be a factor enabling the development of agency and self-fulfillment of young people in today's information society. 276 students (freshmen, sophomore and junior) of Saratov State University aged 17-20 (with an average age of 19.2 and a standard deviation of 0.67) participated in the study. There were 32% of boys and 68% of girls. *Methods:* The following methods were used to identify the personal and socio-psychological characteristics of individuals: the Freiburg Personality Test (modified form "B") (A. A. Krylov and T. I. Ronginskaya), the method for diagnosing the level of neuroticism (L. I. Vasserman), and the "Perception of the Internet" questionnaire (E. A. Schepilina). The "Social Media Addiction Questionnaire" (V. P. Sheinov, A. S. Devitsyn) was used to measure the degree of a person's addiction to social media. The "Test for Studying the Real Structure of Personality Value Orientations" (S. S. Bubnova) was used to study value orientations. The "Questionnaire on Reflection" (F. V. Karpov) was used to identify the level of self-reflection skills. The questionnaire "Assessment of Individual Security from Manipulative Influences" (V. P. Sheinov) was used to analyze an individual's perception of their security/insecurity from manipulation. *Results:* The research revealed some unique structural personal characteristics of social media users who exhibit excessive immersion in online communication. If social media users with these unique characteristics undergo psychological prevention, the process of forming and developing their agency can be optimized. *Conclusion:* Psychological prevention aimed at low self-reflection and high susceptibility to manipulation, combined with low sociability indicators, can create more optimal conditions for the development of agency in young people functioning in online environments. *Practical implications:* The data presented in this study can be applied in planning and implementation of psychological prevention and personal development programs for university students. These programs aim to increase their ability to critically evaluate information that is disseminated in social media and influences their value orientations and moral and social meanings.

Keywords: agency, self-destructive agency, social media addiction, cognitive and personal competence, value orientations, psychological prevention

For citation: Belykh T. V. Psychological prevention of social media addiction as a factor in the development of agency. *Izvestiya of Saratov University. Educational Acmeology. Developmental Psychology*, 2024, vol. 13, iss. 2 (50), pp. 160–168 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2024-13-2-160-168>, EDN: BMFSXS

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC-BY 4.0)

Введение

В современном информационном обществе происходят изменения, которые влекут за собой трансформацию критериев оценки субъектной составляющей личности в процессе ее самореализации в различных видах деятельности. Погруженность в интернет-коммуникацию меняет повседневную жизнь студенческой молодежи, трансформируя процессы идентификации и познавательной активности. Потребности, интересы, цели, мотивы и, что особенно важно, «формы социально-психологической активности становятся сопряженными исключительно с сетью» [1, с. 17]. Среди молодежи возникают новые способы самореализации, например «онлайн-солидарность» [2]; формируются новые стереотипы поведения – «киберфилия» [3], хикикомори [4, 5]; появляются новые виды фобий – номофобия, ФоМО, имоджифобия, тредофобия, троллефобия, соционетофобия [6]; происходит трансформация жизненных целей в сторону проявления эгоцентрического доминирования [7]. При этом интернет-коммуникация становится новым каналом социальной мобильности, определяющим особенности процесса самореализации молодежи. Дистанционные технологии и удаленные формы образования и трудоустройства, по данным

Д. Р. Гимадеевой, уменьшают влияние гендера, возраста, этнической принадлежности, места проживания на продвижение индивида. Образование как фактор мобильности удерживает свои позиции и становится более доступным и эффективным каналом продвижения [8]. Все больше социальная и гражданская активность личности, в том числе и девиантная, проявляется в интернет-среде [9–11].

По данным отчета «Global Digital 2023» креативного агентства We Are Social [12], современный человек проводит в интернете около 7 часов в день, отдавая предпочтение социальным сетям. В среднем 6 из 10 интернет-пользователей (57,8%) обращаются к онлайн-ресурсам в первую очередь в поисках информации, а также чтобы поддерживать связь с друзьями и семьей (53,7%), быть в курсе новостей и текущих событий (50,9%), смотреть видеоролики, сериалы или кино (49,7%) [12].

В сетевом обществе личность как субъект общения реализует себя и в физическом, и в виртуальном пространстве одновременно. В связи с этим возникают такие проблемы, как сохранение своей аутентичности [13] и отстаивание «психологической суверенности личности в виртуальной среде» [14, с. 9]. При этом виртуальная активность личности может формировать как



просоциальный, так и асоциальный стереотип поведения, а интернет-коммуникации могут способствовать созданию новых эталонов поведения, которые личность использует в условиях уже контактного взаимодействия [15]. Сегодня можно говорить о существовании идентификационной модели цифрового стиля жизни, которая отражает способы и процессы трансформации идентичности молодых людей [16, 17]. Идентичность современного человека, формируемая в условиях киберсоциализации, проектна, субъект интернет-коммуникации – автор своей идентичности, так как имеет разнообразные средства для ее проверки, поддержания и обновления. Ценностно-смысловая идентификационная модель идентичности российской культуры имеет амбивалентные черты (с одной стороны, ориентированность на привнесенные извне ценности, с другой – поиск национальной специфики) [17], что определяет значимость изучения проблемы формирования субъектности личности, самореализация которой осуществляется как в виртуальном, так и в физическом пространстве межличностного взаимодействия, а также типологических особенностей субъектности.

Приведенные факты и статистические данные позволяют предположить, что самореализация личности, включенной в постоянный процесс инфокоммуникации, может осуществляться в определенном континууме проявления личностью субъектности, а именно в континууме «деструктивная / созидательная субъектность». Достижение созидательной субъектности осуществляется за счет сформированной способности к осуществлению рефлексии собственных мотивов и ценностно-смысловой организации поведения в процессе реализации инфокоммуникации, что соответствует диапазону психологической нормы в рамках личностной и поведенческой изменчивости. Проявление деструктивной субъектности связано с недостаточной сформированностью способности к саморефлексии, что приводит к ограничению возможностей выхода за рамки эгоцентрических ценностей «Я» с преобладанием психологических механизмов декомпенсации, дезадаптации в пределах диапазона аномальной личностной и поведенческой изменчивости, проявляющихся в том числе в условиях интернет-опосредованного взаимодействия. Особенности субъектной самореализации личности, имеющей разный уровень погруженности в процесс цифрового взаимодействия, описаны в нашем предыдущем исследовании [18].

Цель исследования, представленного в статье, – изучить структурные компоненты индивидуальности с выраженной зависимостью от социальных сетей, выступающих в роли психологических факторов формирования созидательной субъектности у студенческой молодежи.

Гипотеза исследования: навыки рефлексии собственного поведения в условиях инфокоммуникации, полученные в ходе психопрофилактических и развивающих занятий, позволяют обеспечить достаточный уровень психологической защищенности и способности к противодействию манипулятивному влиянию субъектов интернет-взаимодействия и сетевого контента, определяя созидательный вектор проявления субъектности личности.

Материалы

Участники исследования – 276 студентов 1–3-го курсов Саратовского национального исследовательского государственного университета им. Н. Г. Чернышевского в возрасте от 17 до 20 лет, средний возраст 19,2, SD = 0,67, из них юношей 32%, девушек 68%.

На первом этапе после диагностики степени зависимости от социальных сетей была выделена группа из 97 респондентов (52 девушки и 45 юношей) с высокой выраженностью данного показателя. Остальные 179 респондентов имели среднюю или низкую выраженность зависимости от социальных сетей и не участвовали в следующем этапе исследования. На втором этапе была проведена серия психопрофилактических занятий, направленных на развитие навыков рефлексии сетевого контента и характера интернет-взаимодействия, с 20 студентами (17 девушек и 3 юноши), имеющими высокие показатели зависимости от социальных сетей.

Методики. В исследовании применены методики, направленные на выявление особенностей интеграции социально-психологических и личностных характеристик в структуре индивидуальности у студентов вуза. Для изучения указанных характеристик применялся ряд методик. Фрайбургский личностный опросник (модифицированная форма «В»), (А. А. Крылов и Т. И. Ронгинская) [19] состоит из 12 шкал (невротичность, спонтанная агрессивность, депрессивность, раздражительность, общительность, уравновешенность, реактивная агрессивность, застенчивость, открытость, экстраверсия/ интроверсия, эмоциональная лабильность, маску-



линизм / феминизм), позволяющих фиксировать выраженность состояний и свойств личности, которые имеют прямое отношение к оценки социальной адаптации и регуляции поведения.

Методика диагностики уровня невротизации (Л. И. Вассерман) представляет собой перечень из 40 утверждений и позволяет выявить уровень невротизации личности [20]. Респондентам предлагалось выразить свое согласие / несогласие с предлагаемым перечнем суждений, выбирая ответ «да» или «нет». Обработка данных осуществлялась посредством подсчета числа положительных ответов.

Опросник «Восприятие Интернета» (Е. А. Щепилина) состоит из 66 утверждений и одного открытого вопроса и позволяет выявить факторы зависимости от Интернета, последствия этой зависимости и особенности восприятия Интернета [21]. Респондентам предлагалось выразить степень своего согласия с утверждением «да» / «нет» / «трудно сказать».

Выраженность зависимости от использования социальных сетей выявлялась в результате применения «Опросника зависимости от социальных сетей» (В. П. Шейнов, А. С. Девицын), представляющего шкалу из 15 вопросов, ориентированных на выявление состояний и поведения личности при использовании социальных сетей [22]. По сумме баллов показателей определяется интегральный показатель зависимости от социальных сетей.

Ценностные ориентации изучались с применением «Теста исследования реальной структуры ценностных ориентаций личности» (С. С. Бубнова) [23], состоящего из 66 вопросов, позволяющих выявить доминирующие ценностные ориентации из одиннадцати предложенных автором, проявляющиеся в поведении и убеждениях личности. Ценностные ориентации: приятное времяпрепровождение, отдых; высокое материальное благосостояние; поиск и наслаждение прекрасным; помощь и милосердие к другим людям; любовь; познание нового в мире, природе, человеке; высокий социальный статус и управление людьми; признание и уважение людей и влияние на окружающих; социальная активность для достижения позитивных изменений в обществе; общение; здоровье.

Респондентам предлагалось выразить степень своего согласия с утверждением «да» / «нет». Степень выраженности каждой из полиструктурных ценностных ориентаций личности определялась с помощью ключа, представленного в бланке ответов.

Уровень личностной рефлексивности измерялся с помощью «Опросника рефлексивности» (А. В. Карпов) [24], представляющего собой 27 утверждений, которые оценивались респондентами по 7-балльной шкале согласия / несогласия. Рефлексивность понимается в нем как склонность и способность субъекта к сознательному самоанализу.

Для анализа представлений человека о собственной защищенности / незащищенности от манипуляций применялся опросник «Незащищенность от манипуляций» (ВМ-16) (В. П. Шейнов, А. С. Девицын) [25], состоящий из описания 16 ситуаций, по поводу которых респондент выносит собственное суждение по трем предложенным вариантам ответа: (а) = 2 балла, (б) = 0 баллов, (в) = 1 балл. Обработка первичных данных связана с подсчетом суммы ответов.

Методы анализа данных. Первичные данные исследования обрабатывались посредством процедур математической статистики, таких как описательная статистика и для построения интеркорреляционных матриц корреляционный анализ (по Спирмену). Все расчетные процедуры выполнены в статистическом пакете программы SPSS Statistics 26.0. В качестве статистических методов использовались факторный анализ с использованием процедуры varimax (по методу главных компонент) и непараметрический Н-критерий Краскела – Уоллиса.

Результаты и их обсуждение

Данные проведенного факторного анализа представлены в табл. 1.

Как видно из табл.1, в результате статистической обработки с применением факторного анализа были выделены 3 фактора с общей дисперсией 81,6%.

В структуре индивидуальности при анализе социально-психологических свойств, отражающих особенности участия личности в интернет-коммуникации в первом факторе, было обнаружено, что наибольший факторный вес (0,85) имеет показатель «зависимость от социальных сетей», а также по мере убывания – показатель «стремление перенести нормы виртуального мира в реальный» (0,63) и с отрицательным знаком показатель «общительность» (-0,57). Личностные характеристики и ценностные ориентации в структуре индивидуальности представлены в первом факторе следующим образом. Наибольший факторный вес имеют показатель



Таблица 1 / Table 1

Структурные характеристики индивидуальности пользователей интернета с высоким уровнем зависимости от социальных сетей (n = 97)
Structural personal characteristics of internet users with high level of social media addiction (n = 97)

Структура индивидуальности		Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
Социально-психологические показатели	Нецеленаправленное использование интернета	–	–	0,71
	Потребность в сенсорной стимуляции	–	0,61	–
	Стремление перенести нормы виртуального мира в реальный	0,63	–	–
	Зависимость от социальных сетей	0,85	0,76	0,59
	Общительность	-0,57	-0,65	–
Личностные характеристики и ценностные ориентации	Личностная рефлексивность	-0,78	-0,76	–
	Невротичность	0,64	–	0,59
	Незащищенность от манипуляций	0,68	–	0,53
	Приятное времяпрепровождение, отдых	–	0,61	–
	Высокое материальное благосостояние	0,57	–	–
	Высокий социальный статус и управление людьми	0,73	–	–
	Любовь	–	0,59	–
	Познание нового в мире, природе, человеке	–	–	0,61
Объясненная дисперсия, %		43, 6	21	17

с отрицательным знаком «личностная рефлексивность» (-0,78), ориентация на достижение высокого социального статуса и возможности управления людьми (0,73) и далее по мере убывания факторного веса – «незащищенность от манипуляций» (0,68), «невротичность» (0,63), достижение высокого материального благосостояния (0,57). Таким образом, особенности интеграции разноуровневых свойств в структуре индивидуальности позволяют говорить о том, что студенты с высокими показателями зависимости от социальных сетей могут за счет низкой способности к рефлексии переносить поведенческие установки из виртуального мира в физический, при этом демонстрировать слабо выраженную способность к противодействию манипуляциям, невротичность, но ярко выраженное стремление к управлению людьми, социальному статусу и высокому материальному достатку, что согласуется в части выраженности ценностных ориентаций с данными, полученными нами в предыдущем исследовании [18].

Второй фактор также отражает ряд особенностей факторной структуры индивидуальности, а именно: наибольший факторный вес среди социально-психологических особенностей, как и в первом факторе, имеет показатель «зависимость от социальных сетей» (0,76), «общительность» с отрицательным знаком (-0,65) и показатель

«потребность в сенсорной стимуляции» (0,61). Личностные особенности и ценностные ориентации интегрированы в данном факторе следующим образом: личностная рефлексивность с отрицательным знаком (-0,71), ориентация на приятное времяпрепровождение, отдых (0,61) и любовь (0,59). Таким образом, зависимость от социальных сетей у студентов может сопровождаться сниженной потребностью в контактном взаимодействии, при этом ярко выраженной потребностью в сенсорной стимуляции, восприятии предпочтительно визуальной информации в сочетании с ориентацией на приятное времяпрепровождение, ценности любви в сочетании со сниженной личностной рефлексивностью.

Третий фактор представлен следующим взаимодействием свойств в структуре индивидуальности у студентов с высокими показателями зависимости от социальных сетей. В структуре социально-психологических свойств наибольших факторный вес принадлежит показателям «нецеленаправленное использование интернета» (0,71), «зависимость от социальных сетей» (0,62). Ценностные ориентации и личностные свойства сгруппированы в следующей последовательности: ценность «познание нового в мире, природе, человеке» (0,61), невротичность (0,59) и незащищенность от манипуляций (0,53). Таким образом, зависимость от социальных се-



тей в студенческом возрасте может сочетаться с использованием интернета без определенных целей, психологической неустойчивостью, недостаточной сформированностью способности к противодействию манипуляциям при наличии сформированной ценности познания окружающего мира и людей.

На втором этапе исследования была проведена серия психопрофилактических занятий в рамках курса «Практикум по методам когнитивных исследований», которые были направлены на повышение рефлексивных возможностей личности, а также на развитие осознанности при восприятии текста с целью повышения способности к противодействию манипуляциям в сетевом взаимодействии. Занятия состояли из двух блоков. В рамках первого блока – «Освоение навыков метакогнитивной оценки суждений и принимаемых решений» – для достижения формирования навыков осуществления метакогнитивной оценки собственных умозаключений и принимаемых решений в моделируемых ситуациях применялись метод оценки мониторинга знания (Knowledge Monitoring Assessment instrument), техника МОМЗ (Г. Эверсон, З. Тобиас) [26], для формирования умения оценки стиля принимаемых решений – метод семантического дифференциала, для формирования навыка самооценки метакогнитивного поведения – шкала самооценки метакогнитивного поведения (Ла Коста, 1998) (адаптация А. В. Карпова) [27].

Второй блок – «Освоение навыков анализа текста». Целью занятий на данном этапе было повышение когнитивно-личностной компетентности, состоящей в проявлении способности к осмысленному восприятию контента, распространяемого в интернет-сети. Занятия в рамках этого блока были направлены на освоение методов анализа и метакогнитивной оценки текста. Были освоены такие методы, как интент-анализ текста и метапознавательное интервью [27].

После проведения психопрофилактических занятий было осуществлено повторное тестирование таких показателей в структуре индивидуальности, как «личностная рефлексивность», «защищенность от манипуляций», «стремление перенести нормы виртуального мира в реальный», «нецеленаправленное использование интернета», «потребность в сенсорной стимуляции». С целью выявления различий в исследуемых характеристиках личности на данной выборке был проведен сравнительный анализ с использованием непараметрического *H*-критерия Краскела – Уоллеса, так как проведенный анализ Колмогорова – Смирнова показал, что данные, обнаруженные с применением этих шкал, имеют отклонения от нормального распределения.

Результаты сравнения показателей, отражающих выраженность когнитивно-личностной компетентности и последствий погруженности в интернет-коммуникацию до и после проведения серии психопрофилактических занятий, представлены в табл. 2.

Таблица 2 / Table 2

Выраженность параметров когнитивно-личностной компетентности и последствий погруженности в интернет-коммуникацию до и после психопрофилактических занятий (H-критерий Краскела – Уоллеса; n = 20)
Manifestation of cognitive and personal competence parameters and consequences of internet communication exposure before and after psychological prevention activities (Kruskal – Wallis H-test; n = 20)

Параметры	Статистика		
	<i>H</i>	<i>p</i>	<i>M</i> ± <i>SD</i>
Личностная рефлексивность	12,071*	0,015	<i>M</i> = 5,0 <i>SD</i> = 4
Незащищенность от манипуляций	9,374*	0,023	<i>M</i> = 21,3 <i>SD</i> = 7,5
Стремление перенести нормы виртуального мира в реальный	8,150*	0,021	<i>M</i> = 2,5 <i>SD</i> = 1,8
Нецеленаправленное использование интернета	3,121	0,061	<i>M</i> = 3,7 <i>SD</i> = 1,5
Потребность в сенсорной стимуляции	4,102	0,058	<i>M</i> = 3,9 <i>SD</i> = 1,2

Примечание. *H* – эмпирическое значение критерия Краскела – Уоллеса; *M* – среднее значение по группе; *SD* – среднееквадратичное отклонение; *p* – асимптотическая значимость; * – при $p \leq 0,05$.

Note. *H* – the empirical value of the Kruskal – Wallis test; *M* – the average value for the group; *SD* – the standard deviation; *p* – the significance level; * – indicates significance at $p \leq 0,05$.



Представленные в табл. 2 данные позволяют сделать заключение о том, что проведенные занятия изменили на достоверном уровне выраженность таких показателей, как стремление перенести нормы виртуального мира в реальный, личностная рефлексивность и защищенность от манипуляций. Нецеленаправленное использование интернета и потребность в сенсорной стимуляции в ходе занятий не изменились.

Заключение

Проведенное исследование позволяет сделать заключение, что осуществление социального научения в форме психопрофилактических занятий, направленных на формирование когнитивно-личностной компетентности как способности к осуществлению метакогнитивной оценки своего поведения, принимаемых решений и умозаключений о воспринимаемой информации, в том числе в условиях интернет-коммуникации, способствует повышению защищенности от возможных манипуляций в виртуальном пространстве, усиливает личностную рефлексивность при погруженности личности в интернет-коммуникацию, способствует разделению в сознании студентов виртуальной и физической реальности. Указанные качества являются неотъемлемой характеристикой созидательной субъектности личности, формируемой в условиях цифровой социализации.

Прикладное значение данных представленного исследования заключается в том, что разработанные занятия могут служить для осуществления психопрофилактической работы с необщительными студентами, чрезмерно использующими социальные сети, с легкостью усваивающими нормы виртуального мира без оптимальной их рефлексии, что может способствовать развитию разных видов девиаций, характерных для проявления деструктивной субъектности личности.

В качестве возможных ограничений нашего исследования можно выделить отсутствие учета гендерных особенностей пользователей социальных сетей, что определяет перспективную проблематику будущих исследований в этой области. Перспективным также может стать изучение в сравнительном аспекте особенностей формирования созидательной субъектности у пользователей социальных сетей в подростковом и старшем школьном возрасте и у студентов вузов.

Библиографический список

1. Казаков М. Ю. Социально-коммуникативные основы формирования социальной солидарности в сетевом (со)обществе : дис. ... канд. филос. наук. Н. Новгород, 2014. 131 с.
2. Юдина Е. Н., Алексеенко И. В. Солидарность в социальных сетях // Коммуникология. 2020. Т. 8, № 1. С. 114–127. <https://doi.org/10.21453/2311-3065-2020-8-1-114-127>, EDN: VAYWIJ
3. Бабошин А. К. Влияние культуры информационного общества на стадийные трансформации личности : автореф. дис. ... канд. социол. наук. Тамбов, 2011. 24 с. EDN: QHLHUN
4. Войскунский А. Е., Солдатова Г. У. Эпидемия одиночества в цифровом обществе: хикикомори как культурно-психологический феномен // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Т. 27, № 3. С. 22–43. <https://doi.org/10.17759/cpp.2019270303>, EDN: GCHXNZ
5. Семенова Л. О. Феномен хикикомори или добровольная самоизоляция от общества // СКИФ. Вопросы студенческой науки. 2020. № 4 (44). С. 712–716. EDN: BWLJBL
6. Казаков М. П. Коммуникативные практики современной молодежи: перспективы и вызовы / под общ. ред. З. Х. Саралиевой. Н. Новгород : Нижегородский госуниверситет им. Н. И. Лобачевского, 2022. С. 217–221. EDN: MPPGWH
7. Фатьянов В. М., Картавец Д. А. Особенности влияния сетевых интернет-сообществ на ценностные ориентации студенческой молодежи // Вестник Сургутского государственного педагогического университета. 2018. № 5 (56). С. 58–67. <https://doi.org/10.26105/SSPU.2019.56.5.007>, EDN: VVMRHG
8. Гимадеева Д. Р. Интернет-коммуникация как канал социальной мобильности в информационном обществе : автореф. дис. ... канд. социол. наук. Казань, 2022. 23 с.
9. Seigfried-Spellar K. C., Lankford C. M. Personality and online environment factors differ for posters, trolls, lurkers, and confessors on Yik Yak // Personality and Individual Differences. 2018. Vol. 124. P. 54–56. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.11.047>
10. Savrasova-V'un T. Social networks and their role in development of civic activity of the Ukrainian youth // Communication Today. 2017. Vol. 8, no. 1. P. 104–113. EDN: UXUUIP
11. Шаров А. А. Особенности девиантной активности в реальной и виртуальной средах у представителей молодежных субкультур // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2019. № 3 (169). С. 450–453. EDN: PCTCEL
12. Статистика интернета и соцсетей на 2023 год – цифры и тренды в мире и в России. URL: <https://www.web-canape.ru/business/statistika-interneta-i-socsetej-na-2023-god-cifry-i-trendy-v-mire-i-v-rossii/> (дата обращения: 16.02.2023).



13. Белых Т. В. Интегральная индивидуальность и проблема изучения ее аутентичности в информационном обществе // Психология интегральной индивидуальности в информационном обществе : сб. ст. II междунар. науч.-практ. конф. (Саратов, 23 апреля 2021 г.) / под ред. Т. В. Белых, Г. В. Грачева. Саратов : Наука, 2021. С. 7–10. EDN: NAUSIU
14. Шаповаленко А. А. Психологическая суверенность личности в интернет-среде (на примере студентов – участников социальной сети ВКонтакте) : автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2016. 24 с. EDN: ZQBEWL
15. Самсонова Н. Н. Взаимосвязь интернет-коммуникаций и социального поведения молодежи : автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2018. 28 с.
16. Лисенкова А. А. Трансформация идентичности в цифровую эпоху // Вопросы философии. 2020. № 3. С. 65–74. <https://doi.org/10.21146/0042-8744-2020-3-65-74>, EDN: DPAULB
17. Лисенкова А. А. Формирование и репрезентация социокультурной идентичности российской городской молодежи в пространстве социальных медиа : автореф. дис. ... д-ра культурол. наук. СПб., 2021. 45с.
18. Белых Т. В. Типы субъектной самореализации личности в условиях цифрового взаимодействия // Человеческий капитал. 2023. № 10 (178). С. 153–159. <https://doi.org/10.25629/HC.2023.10.14>, EDN: KPDWKL
19. Крылов А. А., Ронгинская Т. И. Исследование личности с помощью модифицированной формы В опросника FPI // Практикум по экспериментальной и прикладной психологии / под ред. А. А. Крылова. Л., 1990. С. 51–60.
20. Вассерман Л. И., Щелкова О. Ю. Психологическая диагностика расстройств эмоциональной сферы и личности. СПб. : СПбГУ, 2014. 405 с. EDN: YPFXED
21. Щепилина Е. А. Опросник «Восприятие интернета». URL: <http://psylist.net/praktikum/00121.htm> (дата обращения: 16.02.2023).
22. 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. <https://doi.org/10.25688/2223-6872.2021.38.2.04>, EDN: HWKGVM
23. Фетискин Н. И., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М. : Институт психотерапии и клинической психологии, 2002. С. 26–28. EDN: YVTRLV
24. Карпов А. В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. 2003. № 5. С. 45–57. EDN: OUYBSN
25. Шейнов В. П., Девицын А. С. Короткая версия опросника «Незащищенность от манипуляций» // Системная психология и социология. 2022. № 1 (41). С. 70–80. <https://doi.org/10.25688/2223-6872.2022.41.1.6>, EDN: EGABJY
26. Everson H., Tobias S. The ability to estimate knowledge and performance in college: A metacognitive analysis // *Instructional Science*. 1998. Vol. 26, iss. 1. P. 65–79. <https://doi.org/10.1023/A:1003040130125>
27. Белых Т. В. Практикум по методам когнитивных исследований. М. : Перо, 2020. 192 с. EDN: BQTMSO

References

1. Kazakov M. Yu. *Social and Communicative Foundations for the Formation of Social Solidarity in a Network (co) Society*. Diss. Cand. Sci. (Philos.). Nizhny Novgorod, 2014. 131 p. (in Russian).
2. Yudina E. N., Alekseenko I. V. Characteristics of solidarity on social networks. *Communicology*, 2020, vol. 8, no. 1, pp. 114–127 (in Russian). EDN: VAYWIJ <https://doi.org/10.21453/2311-3065-2020-8-1-114-127>
3. Baboshin A. K. *The Influence of the Culture of the Information Society on Stage-by-Stage Transformations of Personality*. Tesis Diss. Cand. Sci. (Sociol). Tambov, 2011. 24 p. (in Russian). EDN: QHLHUN
4. Voyskunsky A. E., Soldatova G. U. Epidemic of loneliness in a digital society: Hikikomori as a cultural and psychological phenomenon. *Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2019, vol. 27, no. 3, pp. 22–43 (in Russian). <https://doi.org/10.17759/cpp.2019270303>, EDN: GCHXNZ
5. Semenova L. O. The phenomenon of hikikomori or voluntary self-isolation from society. *SKIF. Student Science Issues*, 2020, no. 4 (44), pp. 712–716 (in Russian). EDN: BWLJBL
6. Kazakov M. P. The transformation of communication practices: Digital identity and cybersecurity. In: Saralievа Z. H., ed. *Kommunikativnyye praktiki sovremennoy molodezhi: perspektivy i vyzovy* [Communicative Practices of Modern Youth: Prospects and Challenges]. Nizhni Novgorod, Lobachevsky State University of Nizhni Novgorod, 2022, pp. 217–221 (in Russian). EDN: MPPGWH
7. Fatyanov V. M., Kartavtsev D. A. Features of influence of networked Internet communities on value orientations of student youth. *Surgut State Pedagogical University Bulletin*, 2018, no. 5 (56), pp. 58–67 (in Russian). <https://doi.org/10.26105/SSPU.2019.56.5.007>, EDN: VVMRHH
8. Gimadeeva D. R. *Internet Communication as a Channel of Social Mobility in the Information Society*. Tesis Diss. Cand. Sci. (Sociol.). Kazan, 2022. 23 p. (in Russian).
9. Seigfried-Spellar K. C., Lankford C. M. Personality and online environment factors differ for posters, trolls, lurkers, and confessors on Yik Yak. *Personality and Individual Differences*, 2018, vol. 124, pp. 54–56. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.11.047>
10. Savrasova-V'un T. Social networks and their role in development of civic activity of the Ukrainian youth. *Communication Today*, 2017, vol. 8, no. 1, pp. 104–113. EDN: UXUUIP
11. Sharov A. A. Features of deviant activity in real and virtual environments among representatives of youth subcultures. *Uchenyye zapiski universiteta imeni*



- P. F. Lesgafra [Scientific Notes of the University named after P. F. Lesgafra], 2019, no. 3 (169), pp. 450–453 (in Russian). EDN: PCTCEL
12. *Internet and social network statistics for 2023 – numbers and trends in the world and in Russia*. Available at: <https://www.web-canape.ru/business/statistika-interneta-i-socsetej-na-2023-god-cifry-i-trendy-v-mire-i-v-rossii/> (accessed February 16, 2023) (in Russian).
 13. Belykh T. V. Integral individuality and the problem of studying its authenticity in the information society. *Psikhologiya integral'noy individual'nosti v informatsionnom obshchestve: sb. st. II mezhdunar. nauch.-prakt. konf. (Saratov, 23 aprelya 2021 g.)*. [Belykh T. V., Grachev G. V., eds. Psychology of Integral Individuality in the Information Society : coll. of articles of the 2nd Inter. sci. conf.]. Saratov, Nauka, 2021, pp. 7–10 (in Russian). EDN: NAUSIU
 14. Shapovalenko A. A. *Psychological Sovereignty of the Individual in the Internet Environment (Using the Example of Student Participants in the Social Network VKontakte)*. Tesis Diss. Cand. Sci. (Psychol). Moscow, 2016. 24 p. (in Russian). EDN: ZQBEWL
 15. Samsonova N. N. *The Relationship between Internet Communications and Social Behavior of Young People*. Tesis Diss. Cand. Sci. (Psychol). M., 2018. 28 p. (in Russian).
 16. Lisenkova A. A. Transformation of identity in the digital age. *Questions of Philosophy*, 2020, no. 3, pp. 65–74 (in Russian). <https://doi.org/10.21146/0042-8744-2020-3-65-74>, EDN: DPAULB
 17. Lisenkova A. A. *Formation and Representation of the Sociocultural Identity of Russian Urban Youth in the Space of Social Media*. Tesis Diss. Dr. Sci. (Cultural). St. Petersburg, 2021. 45 p. (in Russian).
 18. Belykh T. V. Types of subjective self-realization of personality in the conditions of digital interaction. *Human Capital*, 2023, no. 10 (178), pp. 153–159 (in Russian). <https://doi.org/10.25629/HC.2023.10.14>, EDN: KPDWKL
 19. Krylov A. A., Ronginskaya T. I. Study of personality using a modified form B of the FPI questionnaire. In: Krylov A. A., ed. *Praktikum po eksperimental'noy i prikladnoy psikhologii* [Workshop on Experimental and Applied Psychology]. Leningrad, 1990, pp. 51–60 (in Russian).
 20. Wasserman L. I., Shchelkova O. Yu. *Psikhologicheskaya diagnostika rasstroystv emotsional'noy sfery i lichnosti* [Psychological Diagnosis of Disorders of the Emotional Sphere and Personality]. St. Petersburg, St. Petersburg State University Publ., 2014. 405 p. (in Russian). EDN: YPFXED
 21. Shchepilina E. A. *Oprosnik «Vospriyatiye interneta»* [Questionnaire “Perception of the Internet”]. Available at: <http://psylist.net/praktikum/00121.htm> (accessed February 16, 2023) (in Russian).
 22. Sheinov V. P., Devitsyn A. S. The development of a reliable and valid social media dependence questionnaire. *Systems Psychology and Sociology*, 2021, no. 2 (38), pp. 41–55 (in Russian). <https://doi.org/10.25688/2223-6872.2021.38.2.04>, EDN: HWKGVM
 23. Fetiskin N. I., Kozlov V. V., Manuylov G. M. *Sotsial'no-psikhologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malykh grupp* [Socio-Psychological Diagnostics of Personality Development and Small Groups]. Moscow, Institute of Psychotherapy and Clinical Psychology Publ., 2002, pp. 26–28 (in Russian). EDN: YVTRLV
 24. Karpov A.V. Reflexivity as a mental property and methods of its diagnosis. *Psychological Journal*, 2003, no. 5, pp. 45–57 (in Russian). EDN: OOYBSN
 25. Sheynov V. P., Devitsyn A. S. Short version of the questionnaire “Vulnerability to manipulation”. *Systems Psychology and Sociology*, 2022, no. 1 (41), pp. 70–80 (in Russian). <https://doi.org/10.25688/2223-6872.2022.41.1.6>, EDN: EGABJY
 26. Everson H., Tobias S. The ability to estimate knowledge and performance in college: A metacognitive analysis. *Instructional Science*, 1998, vol. 26, iss. 1, pp. 65–79. <https://doi.org/10.1023/A:1003040130125>
 27. Belykh T. V. *Praktikum po metodam kognitivnykh issledovaniy* [Workshop on Cognitive Research Methods]. Moscow, Pero, 2020. 192 p. EDN: BQTMSO

Поступила в редакцию 07.01.2024; одобрена после рецензирования 25.02.2024; принята к публикации 15.03.2024
The article was submitted 07.01.2024; approved after reviewing 25.02.2024; accepted for publication 15.03.2024