

Связь фаббинга и копинг-стратегий в юношеском возрасте

Научный руководитель – Екимчик Ольга Александровна

Рулева Евгения Сергеевна

Студент (бакалавр)

Костромской государственной университет, Кострома, Россия

E-mail: e.ruleva44@gmail.com

Ввиду активного распространения цифровых технологий и всё большей вовлеченности людей в виртуальное пространство возникают новые аддикции, связанные с использованием Интернета и смартфона: мобильная и Интернет-зависимость, зависимость от социальных сетей. Кроме того, возник такой феномен социального поведения как фаббинг или пренебрежение собеседником посредством отвлечения на смартфон/гаджет в процессе общения [2]. Так как фаббинг сравнительно недавно обозначился как объект психологических исследований, его связи с другими психологическими конструктами изучены мало.

Основная проблема настоящего исследования: Существует ли взаимосвязь между проявлениями фаббинга и копинг-стратегиями в юношеском возрасте?

Цель: изучить наличие и характер связи двух референтов - выраженности фаббинга и копинг-стратегий в юношеском возрасте.

Мы предположили, что фаббинг может влиять на избираемые юношами и девушками способы совладания: ими будут выбираться стратегии, усиливающие погружение в виртуальную среду с целью абстрагирования или ухода от проблемы.

В исследовании принял участие 61 респондент в возрасте от 15 до 19 лет, из них 24 юноши ($M=17$; $SD=1,50$) и 37 девушек ($M=17$; $SD=1,49$).

Методики: Шкала «Фаббинг» (Phubbing, Roberts, 2015, апробирована Крюковой, Екимчик, Крыловой, 2019), методика «Юношеская копинг-шкала» (Adolescent Coping Scale, Frydenberg E., Lewi R., 1993, адаптирована Т.Л. Крюковой, 2010); методы статистического анализа.

В целом фаббинг ($M=31,33$; $SD=8,2$) выражен умеренно, из копинг-стратегий наиболее выражены фокусирование на решении проблемы ($M=74,36$; $SD=14,34$), упорная работа и достижения ($M=76,26$; $SD=13,48$), надежда на чудо ($M=71,93$; $SD=21,12$) и отвлечение ($M=70,57$; $SD=22,11$).

В результате корреляционного анализа были выявлены разнонаправленные связи между копинг-стратегиями и фаббингом.

Отрицательные корреляции были получены у фаббинга с копинг-стратегиями, предполагающими общение с другими людьми: социальной поддержкой ($R = -0,52$; $p \leq 0,000$), общественными действиями ($R = -0,316$; $p \leq 0,013$), профессиональной помощью ($R = -0,26$; $p \leq 0,043$) и обращением к друзьям ($R = -0,259$; $p \leq 0,044$).

Подобные результаты можно объяснить, обратившись к специфике свойственных фабберам личностных черт. Для фабберов характерны низкие показатели черт «Большой пятерки», экстраверсии и дружелюбия, что может выражаться в меньшей ориентированности на общение и замкнутости, отсутствии потребности в социальном окружении [1]. Таким образом, отказ фабберов от копинг-стратегий, включающих в себя взаимодействие с другими людьми, может быть обусловлен перечисленными особенностями данных личностных черт.

Положительные корреляции были выявлены у фаббинга с копинг-стратегиями, предполагающими уход от общения и абстрагирование от других людей.

Положительную связь фаббинга и таких копинг-стратегий как разрядка ($R = 0,57$; $p \leq 0,000$), игнорирование ($R = 0,346$; $p \leq 0,006$), надежда на чудо ($R = 0,264$; $p \leq 0,04$) и несовладание ($R = 0,264$; $p \leq 0,040$), можно интерпретировать в контексте связей фаббинга и социальной тревожности. Юноши и девушки с проблемным использованием социальных сетей и фаббингом имеют более высокие показатели социальной тревожности по сравнению с своими сверстниками, предпочитающими реальное общение [3]. Ограничение непосредственных контактов и взаимодействия с другими в реальных ситуациях общения ввиду повышенной тревожности мешает формированию многих социальных навыков, в том числе и в совладании со стрессом. В связи с этим фабберы могут прибегать к разрядке, игнорированию, несовладанию и надежде на чудо как наиболее доступным копинг-стратегиям.

Фаббинг положительно связан с уходом в себя ($R = 0,468$; $p \leq 0,000$), что, как и в случае описанных выше отрицательных корреляций, можно объяснить связями фаббинга с экстраверсией и дружелюбием. В ситуации стресса фабберы уходят в себя, т.к. не имеют потребности делиться своими переживаниями с другими.

Ввиду положительной связи можно говорить и о свойственности фабберам самообвинения ($R = 0,296$; $p \leq 0,021$). В стрессовой ситуации фабберы проявляют строгое отношение к себе и ощущают ответственность за возникновение проблемы. Подобный результат можно обосновать с точки зрения взаимосвязей фаббинга с негативным селективированием как чертой перфекционизма [4]. Люди, склонные к негативному селективированию информации о себе и фиксации на собственном несовершенстве, могут чувствовать себя в Интернете безопаснее, избегая непосредственных социальных контактов и прибегая к самообвинению как копинг-стратегии в стрессовой ситуации.

Таким образом, наше предположение о наличии связи между копинг-стратегиями и фаббингом подтвердилось: выявлены отрицательные корреляции фаббинга с копинг-стратегиями, предполагающими взаимодействие с другими людьми для решения проблемы, и положительные с стратегиями, наоборот, ориентированными на уход в себя и избегание общения.

Источники и литература

- 1) Екимчик О.А., Рулева Е.С., Крюкова Т.Л. О взаимосвязи личностных черт и фаббинга у молодежи // Зейгарниковские чтения. Диагностика и психологическая помощь в современной клинической психологии: проблема научных и этических оснований: Материалы международной научно-практической конференции. Москва, 18–19 ноября 2020 г. С. 421-424.
- 2) Крюкова Т.Л., Екимчик О.А. Фаббинг как угроза благополучию близких отношений [Электронный ресурс] // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Том 27. № 3. С. 61-76. URL: https://psyjournals.ru/files/108504/cpp_2019_n3_Kryukova_Ekimchik.pdf (Дата посещения: 22.02.2021)
- 3) Холмогорова А.Б., Авакян Т.В., Клименкова Е.Н. и др. Общение в Интернете и социальная тревожность у подростков из разных социальных групп // Консультативная психология и психотерапия. 2015. Т. 24. № 4. С. 102–129.
- 4) Холмогорова А.Б., Герасимова А.А. Психологические факторы проблемного использования Интернета у девушек подросткового и юношеского возраста [Электронный ресурс] // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Т. 27. № 3. С. 138–155. doi: 10.17759/cpp.2019270309. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=39385891> (дата посещения: 23.02.2021)