

ОБЩЕНИЕ В ИНТЕРНЕТЕ И СОЦИАЛЬНАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ У ПОДРОСТКОВ ИЗ РАЗНЫХ СОЦИАЛЬНЫХ ГРУПП¹ МНИИ ПСИХИАТРИИ (ФИЛИАЛ ФГБУ «ФМИЦПН ИМЕНИ В.П. СЕРБСКОГО» МИНЗДРАВА РОССИИ)

**А.Б. ХОЛМОГорова, Т.В. АВАКЯН,
Е.Н. КЛИМЕНКОВА, Д.А. МАЛЮКОВА**

В статье приводятся данные исследования выраженности социальной тревожности и социальной ангедонии у подростков из разных социальных групп в зависимости от предпочитаемых ими каналов коммуникации с другими людьми — непосредственный контакт, социальные сети, телефон, скайп и различные сайты в интернете. Было обследовано 110 человек из двух московских колледжей и детского дома комплексом из четырех методик, одна из которых — «Анкета каналов социальной коммуникации» — используется впервые. На основании полученных результатов делается вывод о том, что самые распространенные способы коммуникации у современных подростков — непосредственный контакт и социальные сети, которые используются ими примерно одинаково часто, однако при этом большинство подростков предпочитают непосредственный контакт всем другим каналам коммуникации. Подростки, которые предпочитают непосредственный контакт всем другим способам коммуникации, являются более благополучными по показателям двух опросников социальной тревожности (шкала социального избегания и дистресса — SADS; Watson, Friend, 1969; краткая шкала страха социальной оценки — BENE; Leary, 1983) и шкалы социальной ангедонии (RSAS; Eckblad et al, 1982), а предпочитающие общение в социальных сетях отличаются более высокими показателями по всем трем опросникам. Высказывается предположение, что связь между социальной тревожностью и частотой использования социальных сетей не является прямой, а опосредована

¹ Исследование выполнено за счет гранта Российского Научного Фонда (проект № 14-18-03461) на базе ФГБУ «ФМИЦПН имени В.П. Сербского» Минздрава России.

избеганием непосредственного контакта, которое, по известным механизмам тревожного реагирования, способствует его закреплению в ситуациях общения и дальнейшему усилению социальной тревожности.

Ключевые слова: Интернет-общение, социальные сети, непосредственный контакт, социальная тревожность, социальная ангедония, социальное познание, старшие подростки.

Введение

Сегодня уже не остается сомнений в том, что Интернет — неотъемлемая часть жизни молодых людей, а общение в интернете с использованием компьютерных технологий — новая форма общения. Проведенный в 2009 г. в разных населенных пунктах России опрос показал, что каждый восьмой подросток (возрасте 14—17 лет) «живет» в Интернете (т. е. не только проводит много времени в сети, но и оценивает это время как субъективно очень значимое) [Солдатова, Кропалева, 2009]. Более чем у 75% российских детей и подростков есть профиль в социальных сетях, иногда — в нескольких [Солдатова, Зотова, 2011]. Это позволяет говорить об Интернете как об особой виртуальной реальности, социокультурной среде, оказывающей огромное влияние на формирование и развитие личности [Гордилов, 2011].

Одним из результатов исследования, проведенного в 2012—2013 гг. Фондом Развития Интернет и факультетом психологии МГУ имени М.В. Ломоносова при поддержке компании Google, стало выделение типов подростков-пользователей Интернета, из них четверть — 25% — была отнесена к группе «коммуникаторов», для которых основная цель использования Интернета состоит в поиске интересной информации и в общении всеми возможными способами. Такие подростки предпочитают синхронную коммуникацию — обмен мгновенными сообщениями [Солдатова, Рассказова, Зотова, 2013—2014; Кобызева, 2010].

Обращают на себя внимание две тенденции: во-первых, все большее число молодых людей предпочитают проводить свободное время в одиночестве (в смысле физического отсутствия рядом с ними друзей и других людей), используя компьютер с доступом в Интернет; во-вторых, виртуальная коммуникация как особая форма опосредованного взаимодействия между людьми оказывает важное влияние на их социализацию и привычки [Кобызева, 2010]. Общение с помощью интернета предоставляет молодым людям возможность удовлетворить свою потребность в принадлежности к группе, получить поддержку, сохранять психологический контакт и ощущать «присутствие» рядом с собой людей, находящихся далеко [там же], что особенно актуально, если этого не хватает в «реальной» жизни.

Виртуальная коммуникация оказывается для многих подростков более предпочтительной, чем непосредственная, по ряду причин: 1) она

делает одновременно подконтрольным самому пользователю процесс выражения чувств; 2) она стирает барьеры, неотъемлемые для реального общения и касающиеся пола, возраста, внешности собеседника, а также его коммуникативной компетентности (в особенности в ее невербальной части); 3) она обеспечивает большую свободу высказываний и поступков, благодаря анонимности реальной или мнимой; 4) анонимность виртуального общения позволяет пользователям затрагивать такие темы, о которых они не решились бы заговорить в реальной жизни [Кобызева, 2010; Плешаков, 2011].

Выделяют позитивные и негативные эффекты использования компьютерных и интернет технологий для общения, причем последние привлекают куда большее внимание специалистов и исследуются активнее [Гордилов, 2011; Марарица, Антонова, Ерицян, 2013]. По мнению специалистов, возможные негативные последствия интернет общения таковы: нарушение способности к коммуникации с реальными людьми, утрата самоидентичности, формирование компьютерной и интернет-аддикции, деформация ценностных ориентаций, информационный стресс, неврозы, депрессивные состояния, и, в конечном счете, — десоциализация личности [Гордилов, 2011; Войскунский, 2002; Плешаков, 2011]. Было установлено, что коммуникативная компетентность, сформированная в интернете, не работает в реальной жизни [Марарица, Антонова, Ерицян, 2013]. Вопросы связи общения в интернете с проблемой социальной тревожности, широко распространенной среди подростков [Павлова, 2013], отечественными исследователями пока не затрагивались, а западные появились лишь в самые последние годы и будут рассмотрены ниже.

Использование интернета оказывает влияние на все аспекты психического функционирования подростков: физиологический, поведенческий, эмоциональный, когнитивный, интерперсональный, личностный. К.А. Богомазова выделяет следующие направления последних зарубежных исследований негативного влияния на человека современных технических средств, включая информационно-компьютерные средства коммуникации: 1) изучение восприятия посторонними людьми того, как кто-либо пользуется мобильными телефонами или смартфонами (было установлено, что, когда кто-то разговаривает по телефону рядом с другими людьми, это раздражает их и отвлекает, а также часто кажется неуместным) [Galvanetal., 2013; Washington, Okoro, Cardon, 2013]; 2) изучение влияния особенностей использования различных технических средств на личную жизнь, включая сексуальные отношения: исследования показали, что многие люди продолжают использовать мобильные телефоны в те моменты, когда это неуместно, постоянно проверяют сообщения; оказалось, что использование технологий для коммуникации

без непосредственного общения негативно отражается на отношениях [Whitelocks, 2013; Schade, Sandberg, Bean, Busby, Coyne, 2013]; 3) изучение влияния технических средств на процесс обучения и образования: так, было установлено, что использование мобильного телефона отрицательно влияет на успеваемость и положительно — на тревожность, негативно отражается на грамотности, оказывает «отвлекающий» эффект и приводит к поверхностности мышления и недостатку рефлексии [Lepp, Barcley, Karpinski, 2014; Cingel, Sundar, 2012; Jennifer, 2012]; 4) исследования негативного влияния использования гаджетов на физиологические процессы, в первую очередь — сон [Murdock, 2013]; 5) исследования влияния общения с использованием технологий на преодоление стресса: в одном из исследований было продемонстрировано, что непосредственный контакт позволяет испытуемому быстрее справиться со стрессом, чем удаленный контакт [Seltzer, 2012, цит. по Богомазова, 2014].

Отечественные авторы отмечают, что социальные сети предоставляют неограниченный материал для социальных сравнений, следствием которых является переживание фрустрации, тревоги и резкого недовольства собственной жизнью, возникающих во время пребывания в сети. Было показано, что склонность к частым социальным сравнениям, которая в современных условиях дополнительно стимулируется общением в социальных сетях, связана с широким спектром эмоционального неблагополучия [Гараян, Шукин, 2014].

В мультицентровом европейском исследовании в выборке из 12 395 школьников, случайным образом набранных в 11 европейских странах, была изучена распространенность рискованного поведения, включая: чрезмерное употребление алкоголя, употребление наркотиков, злоупотребление табаком, депривация сна, избыточный вес, дефицит массы тела, малоподвижный образ жизни, интенсивное использование Интернета/просмотр ТВ /увлечение видеоиграми по причинам, не связанным с учебой или работой, прогулы. Изучалась также связь этих феноменов с психопатологией и аутодеструктивным поведением. Анализ выявил три группы подростков. Группа низкого риска (57,8%) включает учащихся с низкой или очень низкой частотой рискованного поведения, группа высокого риска (13,2%), — учащихся, имеющих высокий риск всех вариантов рискованного поведения. Однако самая важная находка настоящего исследования это третья группа, так называемая «группа невидимого риска», которая включает 29%, т. е. почти треть подростков.

Эти учащиеся сгруппированы по трем параметрам рискованного поведения (дефицит сна, низкий уровень физической активности и интенсивное использование Интернета/просмотр ТВ/увлечение видеоиграми). Степень тяжести психических симптомов, обнаруженных в

«невидимой» группе, во многих случаях сопоставима с таковой в группе высокого риска.

Когда подростки, проводят много времени у телевизора, в Интернете или чрезмерно много играют в видеоигры, родители и учителя, как правило, не воспринимают такое поведение как опасное, а нередко сами способствуют такого рода «занятости», так как она приносит им меньше беспокойства, чем активность подростка вне дома, и создает иллюзию контроля. Тем не менее, в группах высокого и невидимого риска выявлена сопоставимая распространенность депрессивных симптомов, тревоги и суицидальных мыслей, причем в группе невидимого риска распространенность эмоциональных симптомов и проблем в общении со сверстниками выше на фоне отсутствия выраженных проблем с поведением, которые есть у группы риска. Как отмечают авторы статьи, последнее обстоятельство и поддерживает иллюзию благополучия у взрослых. Авторы также отмечают, что, хотя причинно-следственные связи между «невидимыми» факторами риска и психопатологией не до конца ясны, согласно эмпирическим данным, они носят двунаправленный характер [Carli, Hoven, Wasserman et al., 2014]. Подобный тип альтернативной социальной адаптации был описан в работе А.В. Кондрашкина и Т.О. Кирилловой [Кондрашкин, Кириллова, 2014].

Вместе с тем, отмечается, что интернет может и позитивно влиять на личность, например, предоставляя возможности для социализации, общения (особенно если в реальной жизни они ограничены) и формирования собственной идентичности. Отмечается, что социализация современных детей и подростков протекает, в том числе, и в виртуальном пространстве, что позволяет говорить о так называемой киберсоциализации [Плешаков, 2011].

С развитием технологий, делающих возможной коммуникацию на расстоянии, в жизни людей, в особенности подростков, являющихся одними из самых активных пользователей смартфонов, позволяющих выходить в Интернет и отправлять мгновенные сообщения, а также социальных сетей и других ресурсов, происходит сокращение живого общения, а время, проводимое в непрямом контакте, все увеличивается [Холмогорова, 2014]. Еще одним ярким явлением в области психического здоровья у современных детей и подростков является повышение уровня социальной тревожности, которое сопровождается снижением настроения, потерей надежды и социальной изоляцией и может приводить к аутоагрессивному поведению, суицидальным мыслям и намерениям, злоупотреблению алкоголем и наркотиками, снижению успеваемости вплоть до отчисления из школы [Bruch et al., 2003; Masia et al., 2001; Peleg, 2012; Никитина, Холмогорова, 2010; Горчакова, Ланда, Матыцына, 2013; Павлова, 2014; Краснова, 2014]. Пики социальной тре-

возможности, по данным зарубежных эпидемиологических исследований, приходится на дошкольный и подростковый возраст [Schneier et. al., 1992], что делает обследование этих выборок в отечественной популяции особенно актуальным.

Социальная тревожность — сложный конструкт, включающий в себя такие параметры, как повышенная озабоченность оценками со стороны других, высокий уровень стресса в социальных ситуациях, а также избегание этих ситуаций. Часто социальная тревожность сопровождается социальной ангедонией — т. е., снижением удовольствия от контактов с другими людьми [Banerjee, Henderson, 2001; Воликова, Авакян, 2014]. Интернет создает определенные условия для избегания непосредственных контактов и может быть привлекателен для людей с высоким уровнем социальной тревоги [Saunders, Chester, 2008]. Как правило, таким людям хочется общаться, т. е., у них есть мотивация к общению, но им сложно это делать в реальной жизни, потому что они испытывают страх перед негативной социальной оценкой и высокий уровень стресса в социальных ситуациях; общение в интернете становится для них доступной альтернативой непосредственному контакту с другими людьми.

Предполагается, что между социальной тревожностью и общением в социальных сетях существует связь. Из-за роста популярности общения с использованием технологий некоторые авторы даже ставят вопрос «Не становимся ли мы все более социально неловкими?» [Brown, 2013], предполагая, что социальные сети вносят свой вклад в дефицит социальных навыков и повышенную социальную тревожность у молодых людей.

В последние годы было проведено несколько зарубежных исследований, направленных на выявление связи между использованием интернета, застенчивостью и социальной тревожностью [Brown, 2013; Laghi, Schneider, Vitoroulis et al., 2013; Pierce, 2009; Sisman, Yoruk, Eleren, 2013; Oldmeadow, Quinn, Kowert, 2013].

Исследования с участием подростков показали положительную связь между социальной тревожностью (дискомфортом при непосредственном, лицом к лицу, разговоре с кем-либо) и общением с другими онлайн, а также с помощью текстовых сообщений. Были обнаружены гендерные различия: выраженность социальной тревожности и склонность к виртуальному общению у девушек оказалась выше, чем у юношей [Pierce, 2009; Sisman, Yoruk, Eleren, 2013; Brown, 2013].

Вероятно, высоко тревожные подростки предпочитают интернет-общение непосредственному потому, что оно позволяет ему чувствовать себя в безопасности и контролировать все элементы ситуации [Солдатова, Зотова, Чекалина, Гостимская, 2011]. Так, например, было показано, что застенчивые подростки более активно выражают негативные эмо-

ции при общении он-лайн, чем незастенчивые [Laghi, Schneider, Vitoroulis at al., 2013].

Цель данного исследования заключалась в изучении выраженности социальной тревожности и социальной ангедонии у подростков из разных социальных групп в зависимости от предпочитаемого ими способа общения. Высказывается предположение, что социальная ситуация, в которой находится подросток, оказывает влияние на то, какие способы общения он использует [Богдановская, Проект, Богдановская, 2013]. Так, поведение подростка в Интернете напрямую связывается некоторыми авторами с социальной ситуацией развития подростка — семейными условиями и школьной ситуацией [Жилинская, 2014].

В связи с этим в исследование были включены подростки из трех разных социальных групп. Первые две группы составили учащиеся двух московских колледжей разного профиля, причем один из них дает бесплатное образование, а второй — образование на коммерческой основе, что предполагает более высокий доход семьи, оплачивающей обучение. Третью группу составили воспитанники детского дома. Нами были выдвинуты следующие гипотезы:

1) в зависимости от социальной ситуации развития подростков у них будут различаться «профили общения» — т. е. предпочитаемые способы коммуникации;

2) подростки из детского дома будут демонстрировать более высокие показатели социальной тревожности, чем подростки, не проживающие в детском доме;

3) склонность к предпочтению интернет-общения в качестве канала коммуникации и избегание непосредственного контакта будут связаны с более высокой социальной тревожностью и социальной ангедонией у подростков.

Обследованная выборка и методики исследования

1. Для исследования способов и средств общения подростков мы использовали оригинальную Анкету каналов социальной коммуникации. Анкета включает в себя 10 вопросов, где необходимо выбрать один вариант ответа из предложенных или проранжировать их. Вопросы касаются разных способов общения в современном обществе: какие способы общения респондент использует, как часто и почему. Испытуемым предлагается выбрать тот вариант ответа, который является для них наиболее подходящим.

2. Для оценки социальной тревожности мы использовали две методики.

— Краткая шкала страха негативной социальной оценки — Brief Fear of Negative Evaluation — BFNE (Leary, 1983; в процессе апробации в русскоязычной выборке), предназначенная для измерения уровня тревоги в ситуациях оценивания, состоит из 12 пунктов.

— Шкала социального избегания и дистресса — Social avoidance and distress scale — SADS (Watson, Friend, 1969; адаптация В.В. Красновой, А.Б. Холмогоровой, 2011), предназначенная для измерения склонности избегать социальные ситуации и испытывать в них дискомфорт, состоит из 28 пунктов. Данная шкала включает две подшкалы, которые измеряют уровень социального дистресса и уровень социального избегания.

3. Для оценки мотивации к общению, т. е. направленности на контакты с другими людьми мы использовали Шкалу социальной ангедонии — Revised social anhedonia scale — RSAS (Eckblad et al, 1982; адаптация О.В. Рычковой, А.Б. Холмогоровой, 2013), которая предназначена для оценки степени снижения потребности в получении удовольствия от общения с другими людьми, от эмоционального контакта, выполнения совместной деятельности, состоит из 40 пунктов.

Всего в исследовании приняли участие 110 подростков, из них 83 — юноши, 27 — девушки в возрасте от 15 до 18 лет, средний возраст — 15,9 лет. Поскольку нашей задачей было исследование связи социальной тревожности и предпочитаемых каналов коммуникации у подростков с разной социальной ситуацией, в выборку, как уже упоминалось, было включено три группы испытуемых.

В первую группу вошли студенты 1 курса бюджетного отделения политехнического колледжа (43 человека, все — юноши), обучающиеся по двум специальностям — Технология машиностроения, Автомобильный транспорт, и по профессии Автослесарь на базе 9 класса. Данная группа характеризуется достаточно низким уровнем базовой школьной подготовки, так как при поступлении на указанные профессии нет конкурса, а многие студенты не заинтересованы в обучении как таковом, т. е., в данном случае речь идет о снижении учебной мотивации, а в ряде случаев — выраженном социальном неблагополучии (дети из малообеспеченных, неполных семей).

Во вторую группу вошли студенты 1 курса бюджетного и внебюджетного отделений колледжа (34 человека, 21 — юноши, 13 — девушки), обучающиеся по специальностям Информационные системы и Техника и искусство фотографии на базе 9 класса. Данная группа характеризуется более высоким уровнем общей школьной подготовки, так как при поступлении на указанные профессии есть конкурс, а плата за обучение предполагает, что семьи таких детей, во-первых, достаточно состоятельны, чтобы оплачивать учебу, во-вторых, заинтересованы в том, чтобы их дети обучались именно по этим профессиям, воспринимая их достаточно престижными.

В третью группу вошли воспитанники московского детского дома (33 человека, 19 — юноши, 14 — девушки). Часть из них обучаются в 9 и 10 классах общеобразовательной школы (14 человек); часть — являются

студентами колледжей разных специальностей: повар, пожарный, авто-механик, гостиничный сервис, сварщик, педагог по физкультуре, парикмахер (19 человек). Данные о повышенном уровне социальной тревожности среди подростков из детского дома по сравнению с подростками, проживающими в семьях, были получены в более раннем исследовании, однако в них были обследованы небольшие выборки и использовалась только шкала избегания и дистресса и не использовалась шкала страха негативной оценки [Воликова, Авакян, 2014].

Для решения задач исследования применялись два вида сравнительного анализа. Статистическая обработка данных производилась с помощью IBM SPSS Statistics 20.

Результаты исследования и их обсуждение

1. Параметры социальной коммуникации

Для проверки нашей первой гипотезы мы сравнили частоту выбора того или иного способа общения (канала социальной коммуникации) в разных социальных группах (Политехнический колледж, колледж Информатизации и детский дом). Результаты этого сравнения отражены графически в диаграммах ниже.

Отдельного описания заслуживает специфика выполнения подростками задания, в котором им предлагалось проранжировать способы общения по частоте использования, где 1 — самый частый, 5 — самый редкий. Некоторые из них присвоили одинаковые ранги разным способам общения или выбрали только один способ общения. Существует возможность содержательной интерпретации этого факта, которая не сводится к предположению о невнимательности и немотивированности испытуемых: вероятно, разные формы коммуникации (непосредственная и удаленная) играют одинаково важную роль в жизни многих современных подростков, они равнозначны и используются порой параллельно, например, подросток может общаться с кем-то непосредственно и, одновременно с этим, удаленно. Также можно предположить, что для некоторых подростков ведущим является только один способ общения, который они выбирают. *Так, например, один студент написал, что он не любит «сидеть в компьютере» и не носит телефон, подчеркнув также, что не видит в этом ничего плохого. В заданиях, где нужно было проранжировать способы общения по частоте использования и по комфортности, он отказался от ранжирования и выбрал только непосредственный контакт.*

Как видно из диаграммы, представленной на рис. 1, самыми часто используемыми способами общения во всех подгруппах являются непосредственный контакт и социальные сети. Подростки из детского дома меньше используют социальные сети, чем две другие группы, а учащиеся политехнического колледжа несколько реже использует не-

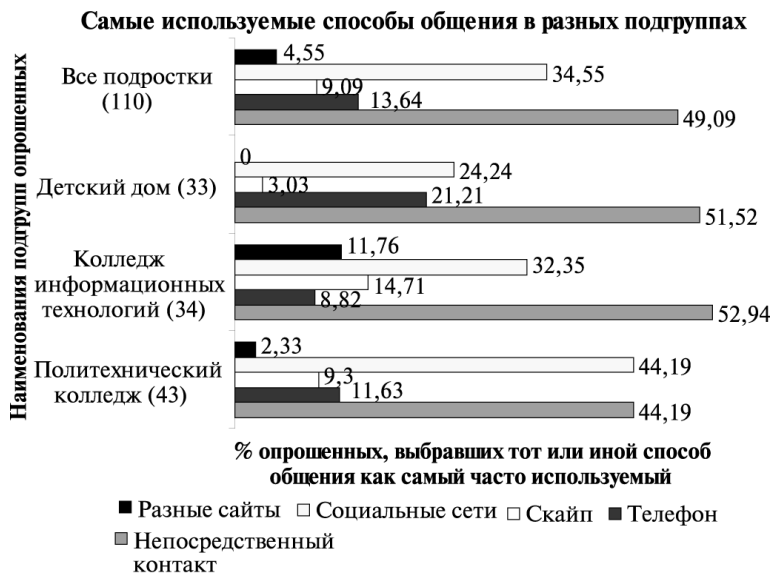


Рисунок 1

посредственный контакт. В группе испытуемых, обучающихся в политехническом колледже, социальные сети и непосредственный контакт делят между собой первое место. Самыми непопулярными у подростков оказались телефон, скайп и разные сайты. Исключение составляют подростки из детского дома, которые используют телефон почти так же часто, как и социальные сети. Если просуммировать общение на сайтах и в сетях (т. е. полностью виртуальные способы коммуникации, лишенные каких-либо чувственных каналов связи, которые есть у скайпа, телефона и непосредственного общения лицом к лицу), то окажется, что реже всего их используют подростки из детского дома (24,4 %), а подростки, проживающие в семье и обучающиеся в колледжах — примерно с одинаковой частотой (44,1 % — из колледжа информационных технологий и 46,5 % — из политехнического колледжа). **Это можно объяснить тем, что подростки из детского дома в силу их социального статуса и условий проживания имеют меньше связей за пределами детского дома. Чаще всего они выстраивают общение с ребятами из других сиротских учреждений, бывшими выпускниками. Основной круг общения подростков из детских домов складывается из ровесников, проживающих с ними в учреждении. Таким образом, потребность в общении посредством социальных сетей у подростков из детских домов значительно меньше, чем у их сверстников, проживающих в семьях.**

Самые комфортные способы общения в разных подгруппах

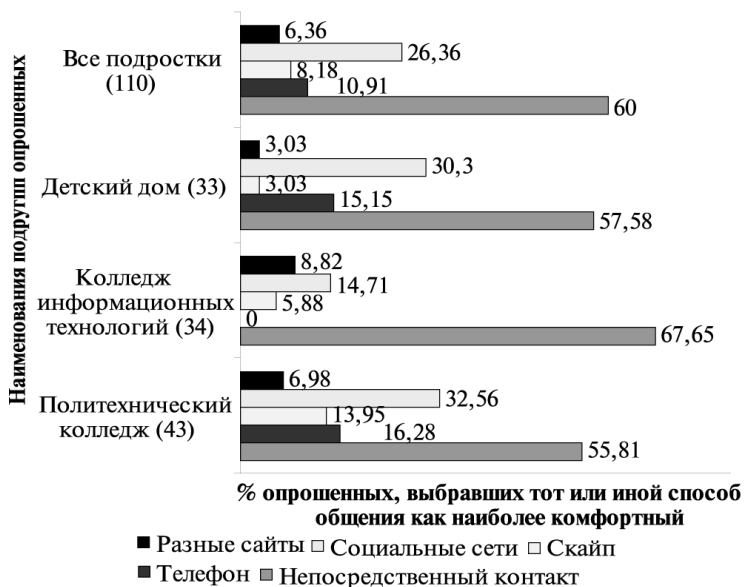


Рисунок 2

Из диаграммы, представленной на рис. 2, следует, что большинство подростков считают для себя наиболее комфортным непосредственный контакт. Второе место в каждой из групп занимает социальные сети. Сравнение первой и второй диаграмм позволяет предположить, что социальные сети, хотя и используются современной молодежью почти так же часто, как непосредственный контакт, являются все же менее комфортным способом, чем непосредственное общение. Возможно, популярность социальных сетей обусловлена теми возможностями, которые они открывают перед пользователями, например, мгновенный и бесплатный обмен сообщениями не только между двумя пользователями, но и между группой (функции конференции, чата, диалога), обмен изображениями, аудио и видео записями, участие в тематических группах, пабликах и сообществах. Однако из-за обилия дополнительных функций общение в социальных сетях может не восприниматься подростками именно как общение, а скорее как некоторая форма активности, включающая в себя одновременно развлечение, поиск информации и коммуникацию.

Телефон оказался для многих подростков, принявших участие в исследовании, менее комфортным способом общения, чем скайп и социаль-

ные сети. Если говорить о телефонных разговорах как о форме общения, то они могут казаться подросткам некомфортными не только по причине того, что существует множество более удобных и бесплатных альтернатив (приложения для смартфонов, дающие возможность совершать бесплатные звонки и отправлять текстовые сообщения), но и потому, что телефонный разговор — это процесс, связанный с достаточно высоким уровнем включенности (необходимо сразу отвечать на звонок, быстро понимать, что имеет в виду собеседник и почти без пауз формулировать свой ответ, при этом невербальная информация о собеседнике оказывается недоступной). В то же время, если рассматривать каждую группу подростков отдельно, следует отметить, что большинство подростков из детского дома предпочитают общение по телефону общению по скайпу и на сайтах; то же самое можно сказать и о подростках из политехнического колледжа. Наименее комфортными телефонные разговоры оказались для учащихся из колледжа информационных технологий.

Как следует из диаграммы, изображенной на рис. 3, подростки довольно много времени в день уделяют общению в социальных сетях. Кроме того, что многие из них (от 20,59 до 30,3 % в разных группах) постоянно проверяют новые сообщения. Можно предположить, что часть

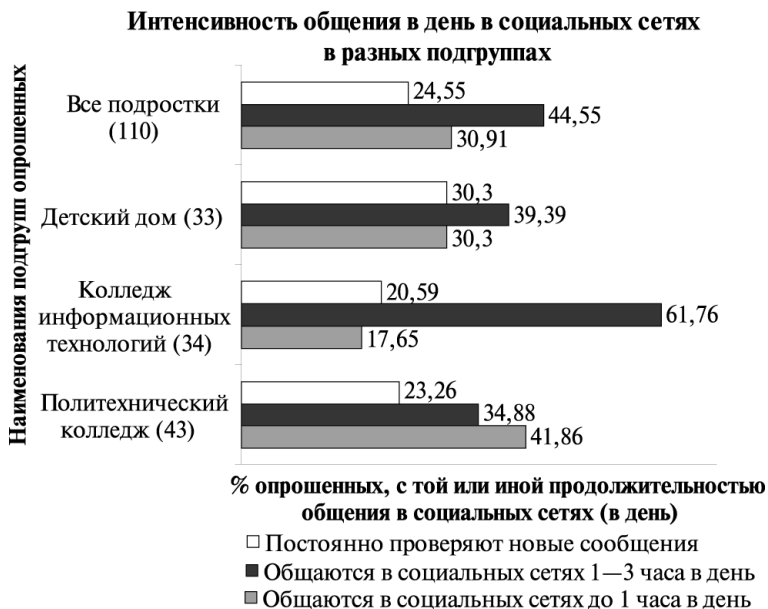


Рисунок 3

подростков, не сообщивших о склонности к постоянной проверке новых сообщений, пользуются автоматическими оповещениями — звуковым или/и световым сигналом, который дает пользователю знать о получении нового сообщения. Интересно здесь было бы исследовать «скорость ответа» — то время, которое проходит между получением сигнала и чтением полученного сообщения. Некоторые авторы отмечают, что смартфоны являются серьезным отвлекающим фактором, который влияет на успешность обучения. Необходимо отметить, что, по данным исследований, большинство людей признает серьезный отвлекающий эффект от использования гаджетов и вынуждено использовать различные способы его уменьшения, например, отключать техническое устройство, когда им необходимо сосредоточиться [Богомазова, 2014].

Как видно из диаграмм, существенных различий между подростками из разных социальных групп нет, однако можно отметить некоторые особенности в каждой группе. Студенты Колледжа информационных технологий получают наименьшее удовольствие от социальных сетей и наибольшее удовольствие от непосредственного контакта, по сравнению с подростками из других групп. Причем именно эти студенты больше всех прочих общаются в социальных сетях. Данный результат можно интерпретировать так: эти подростки вынуждены общаться в социальных сетях, потому что это модно и принято в молодежной среде, однако при этом им не хватает «живого» непосредственного общения. Однако возможно, что это обусловлено и тем, что у них есть немногочисленные комфортные контакты с людьми, частоты встреч с которыми им не хватает в силу дефицита собственной инициативы в контактах, что типично для людей с повышенной социальной тревожностью. Ниже будет показано, что именно в этой социальной группе показатели социальной тревожности оказались наиболее высокими.

Невзирая на определенные различия в способах коммуникации в обследованных группах, наиболее часто используемыми способами общения во всех трех группах оказались непосредственный контакт и социальные сети. Исходя из этого результата, ниже мы решили сравнивать показатели социальной тревожности и социальной ангедонии в группах подростков, чаще всего использующих и называющих наиболее комфортными для себя именно два этих способа общения.

2. Результаты сравнительного анализа

Прежде чем, перейти к сравнению уровня тревожности у подростков, предпочитающих или чаще использующих один из двух упомянутых выше способов коммуникации, приведем результаты сравнения уровня выраженности социальной тревожности у подростков из разных социальных групп.

Таблица 1

Результаты сравнения подростков из разных социальных групп

Группы подростков	Политехнический колледж (N=43)		Колледж информационных технологий (N=34)		Детский дом (N=33)	
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD
Общий балл по шкале SADS	8,6	5,2	8,6	5,5	8,5	5,3
Уровень дистресса	4,2	2,7	4,1	3,3	3,9	2,8
Уровень избегания	4,4	2,9	4,5	2,7	4,6	2,8
Страх негативной социальной оценки по шкале BENE	<u>29,2 B</u>	10,3	<u>34,9 BC</u>	10,4	<u>25,1 C</u>	6,4
Социальная ангедония RSAS	14,3	5,9	12,5	6,9	14,7	6,4

M (mean) — среднее значение;

SD — стандартное отклонение;

B — различия между испытуемыми из группы «Политехнический колледж» и группы «Колледж информационных технологий» статистически достоверны (критерий Манна—Уитни);

C — различия между испытуемыми из группы «Колледж информационных технологий» и группы «Детский дом» статистически достоверны (критерий Манна—Уитни).

Из табл. 1 видно, что разница между группами была выявлена только по показателю «страх негативной социальной оценки». Самый высокий средний показатель страха негативной социальной оценки получился в группе студентов колледжа информационных технологий, а самый низкий — в группе подростков из детского дома, что было несколько неожиданно для нас и противоречило второй гипотезе нашего исследования. Этот факт можно было бы объяснить тем, что подростки из детского дома чаще, чем подростки из двух других групп, прибегают к формам коммуникации, которые задействуют чувственные каналы и реже — к чисто виртуальным формам (см. диаграмму 1). Однако наиболее вероятная причина — работа защитного механизма отрицания, который мог включиться при ответах на чересчур прямые вопросы от-

носителю страха негативной оценки другими людьми в шкале BENE, в то время как шкала SADS, включающая подшкалы социального дистресса и избегания, содержит более косвенные вопросы, тестирующие социальную тревожность. Специфика проживания в детском доме такова, что подросток подвергается постоянной оценке сотрудниками учреждения, при этом значительно чаще, речь идет именно о негативной оценке. Это может приводить к тому, что начинает срабатывать механизм отрицания. Подростки из детского дома нередко подчеркивают, что им безразлично, что о них думают окружающие. С одной стороны, они стараются скрыть свои истинные чувства, а с другой — не в полной мере понимают и осознают их. Кроме этого, специалисты, работающие с детьми из детских домов, прямо указывают на то, что подростки из детских домов часто стыдятся своего социального статуса, когда оказываются в «большом мире», и нередко стремятся скрыть тот факт, что у них нет семьи.

Для проверки гипотезы о связи социальной тревожности и предпочитаемых каналов коммуникации мы разделили всех подростков, участвовавших в исследовании, на группы по критерию предпочтения и более частого использования непосредственного контакта или социальных сетей. Выраженность показателей социальной тревоги и социальной ангедонии в этих группах мы сравнили в приведенных ниже таблицах.

Таблица 2

Результаты сравнения групп подростков, чаще использующих непосредственный контакт или предпочитающие другие способы общения

Группы подростков	Чаще всего используют непосредственный контакт (N=54)	Чаще используют другие способы общения (N=56)	Уровень значимости p (критерий Манна—Уитни)
Параметры	M (SD)	M (SD)	
Общий балл по шкале SADS	7,2 (4,9)	9,9 (5,3)	,006**
Уровень дистресса	3,4 (2,8)	4,7 (2,9)	,015*
Уровень избегания	3,8 (2,6)	5,2 (2,8)	,006**
Страх негативной социальной оценки по шкале BENE	27,5 (9,2)	31,8 (10,5)	,028*

Группы подростков	Чаще всего используют непосредственный контакт (N=54)	Чаще используют другие способы общения (N=56)	Уровень значимости р (критерий Манна—Уитни)
Параметры	М (SD)	М (SD)	
Социальная ангедония RSAS	12,6 (5,8)	15,1 (6,7)	,031*

* — $p < 0,05$; ** — $p < 0,01$

Из табл. 2 видно, что у испытуемых, предпочитающих непосредственный контакт другим видам контакта, показатели, описывающие социальную тревожность (страх негативной социальной оценки, социальный дистресс и социальное избегание), а также социальную ангедонию значимо ниже, чем у испытуемых, чаще использующих другие виды общения. Таким образом, можно сделать вывод, что те, кто чаще используют непосредственный контакт, менее социально тревожны по сравнению с теми подростками, которые предпочитают другие способы общения.

Таблица 3

Результаты сравнения групп подростков, выделяющих непосредственный контакт как наиболее комфортный способ для общения

Группы подростков	Выделяют непосредственный контакт как наиболее комфортный способ для общения (N=66)	Считают наиболее комфортными другие способы общения (N=44)	Уровень значимости р (критерий Манна—Уитни)
Параметры	М (SD)	М (SD)	
Общий балл по шкале SADS	7,4 (4,8)	10,3 (5,6)	,006**
Уровень дистресса	3,6 (2,7)	4,8 (3,1)	,043*
Уровень избегания	3,8 (2,5)	5,5 (2,9)	,002**

Группы подростков	Выделяют непосредственный контакт как наиболее комфортный способ для общения (N=66)	Считают наиболее комфортными другие способы общения (N=44)	Уровень значимости p (критерий Манна—Уитни)
Параметры	M (SD)	M (SD)	
Страх негативной социальной оценки по шкале BENE	28,2 (9,2)	31,9 (10,9)	,077 t
Социальная ангедония RSAS	12,5 (6)	15,9 (6,4)	,006**

* — $p < 0,05$; ** — $p < 0,01$; t — на уровне тенденции

Из табл. 3 видно, что подростки, для которых непосредственный контакт является самым комфортным способом общения, по сравнению с подростками, предпочитающими ему иные формы коммуникации, демонстрируют более низкий уровень социальной тревожности и социальной ангедонии, а также в меньшей степени склонны к избеганию социальных ситуаций.

Таблица 4
Результаты сравнения групп подростков, чаще использующих социальные сети или предпочитающих другие способы общения

Группы подростков	Чаще всего используют социальные сети (N=38)		Ставят использование социальных сетей на второе место (N=32)		Чаще используют другие способы общения (N=40)	
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD
Общий балл по шкале SADS	<u>10 B</u>	5,6	<u>6,7 B</u>	4,6	<u>8,7 C</u>	5,1
Уровень дистресса	<u>4,9 B</u>	3,1	<u>3,3 B</u>	2,6	4	2,8

Группы подростков	Чаще всего используют социальные сети (N=38)		Ставят использование социальных сетей на второе место (N=32)		Чаще используют другие способы общения (N=40)	
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD
Уровень избегания	<u>5,2 BC</u>	2,9	<u>3,5 B</u>	2,5	<u>4,7 C</u>	2,7
Страх негативной социальной оценки	<u>31,2 BC</u>	9,8	<u>26,1 B</u>	9,4	<u>31,2 C</u>	10,3
Социальная ангедония RSAS	13,5	6,4	13,6	6,3	14,5	6,5

M (mean) — среднее значение;

SD — стандартное отклонение;

B — различия между подростками, которые чаще всего используют социальные сети и подростками, которые чаще используют другие способы общения статистически достоверны (критерий Манна—Уитни);

C — различия между подростками, которые ставят использование социальных сетей на второе место и подростками, которые чаще используют другие способы общения статистически достоверны (критерий Манна—Уитни).

Из табл. 4 видно, что испытуемые, чаще всего использующие социальные сети, имеют более высокие показатели по всем параметрам социальной тревожности. Обращает на себя внимание тот факт, что подростки, поставившие социальные сети на второе место среди предпочитаемых способов контакта, среди всех рассматриваемых групп являются самыми благополучными (т. е. их показатели социальной тревожности ниже, чем у других). Возможное объяснение таково: эти подростки используют социальные сети наравне с непосредственным общением, как еще один способ поддерживать контакт с друзьями и оставаться на связи даже тогда, когда физически они находятся в разных местах [Кобызева, 2010]. Полученные нами результаты соотносятся с данными зарубежных исследований [Pierce, 2009; Sisman, Yoruk, Eleren, 2013; Brown, 2013]. Согласно этим данным, подростки, предпочитающие общение с помощью компьютерных и интернет технологий непосредственному общению являются более социально тревожными и обладают более низкими социальными навыками.

Таблица 5

Результаты сравнения групп подростков, выделяющих социальные сети как наиболее комфортный способ общения, и подростков, которые считают наиболее комфортными другие способы общения

Группы подростков	Выделяют социальные сети как наиболее комфортный способ для общения (N=29)	Считают наиболее комфортными другие способы общения (N=81)	Уровень значимости p (критерий Манна—Уитни)
Параметры	M (SD)	M (SD)	
Общий балл по шкале SADS	10,8 (5,5)	7,8 (5)	,009*
Уровень дистресса	5,3 (3,1)	3,6 (2,7)	,010*
Уровень избегания	5,5 (2,7)	4,1 (2,7)	,012*
Страх негативной социальной оценки по шкале BENE	30,3 (10,6)	29,5 (9,9)	,585
Социальная ангедония RSAS	14,3 (5)	13,7 (6,8)	,465

* — $p < 0,05$;

Из табл. 5 видно, что испытуемые, для которых социальные сети являются наиболее комфортным способом общения, по сравнению с испытуемыми, считающими комфортными иные формы коммуникации, испытывают больший уровень стресса в социальных ситуациях, а также чаще их избегают.

Из табл. 6 видно, что подростки, которые общаются в социальных сетях от одного до трех часов в день, т. е. проводят в них больше всего времени, отличаются от двух других групп только одним параметром — значимо более высокими показателями страха негативной оценки со стороны окружающих. Можно предположить, что «уходя в сети», подростки избегают пугающих для них прямых социальных контактов, что

Таблица № 6

**Результаты сравнения групп подростков по количеству общения в день
в социальных сетях**

Группы подростков	Общаются в социальных сетях до часа в день (N=38)		Общаются в социальных сетях 1—3 часа в день (N=45)		Постоянно проверяют сообщения (N=27)	
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD
Параметры						
Общий балл по шкале SADS	8,1	4,3	8,3	5,8	9,8	5,6
Уровень дистресса	3,9	2,5	3,8	3,3	4,7	2,9
Уровень избегания	4,1	2,4	4,5	2,9	5	3
Страх негативной социальной оценки по шкале BENE	<u>27,3B</u>	9	<u>32,6B</u>	10,7	28,2	9,3
Социальная ангедония RSAS	14,6	6,7	14	6,4	12,6	5,8

M (mean) — среднее значение;

SD — стандартное отклонение;

B — различия между подростками, которые чаще всего используют социальные сети, и подростками, которые чаще используют другие способы общения статистически достоверны (критерий Манна—Уитни).

может лишь способствовать росту их социальной тревожности, так как из многочисленных исследований известно, что именно поведение избегания закрепляет тревожное реагирование и, в конце концов, приводит к тревожному расстройству, в данном случае оно может приводить к социальной фобии.

Выводы

1. Тенденции использования разных каналов коммуникации у подростков из разных социальных групп сходны — все они называют в качестве наиболее часто используемых непосредственный контакт и социальные сети. Однако выявлены и некоторые отличия: подростки из детского дома чаще, чем подростки, проживающие в семьях и обучающиеся в кол-

леджах, используют формы коммуникации, предполагающие чувственные каналы связи (телефон и непосредственный контакт) и реже чисто виртуальные ее формы (социальные сети и различные сайты).

2. Хотя два самых часто используемых способа общения среди всех подростков — непосредственный контакт и социальные сети, большинство молодых людей отдают свое предпочтение непосредственному контакту как наиболее комфортному. Установлено также, что подростки из более социально благополучных семей, обучающиеся в колледже информационных технологий, больше всего времени общаются в социальных сетях и чаще подростков из двух других групп используют для контакта социальные сети, но при этом считают для себя непосредственный контакт более комфортным. Это может свидетельствовать об определенной фрустрации желания непосредственного общения у подростков при общей для всех современных подростков особенности социальной ситуации развития в виде бума общения в социальных сетях.

3. Показатели социальной тревожности по шкале социального избегания и дистресса, а также по шкале ангедонии не различаются у трех групп обследованных подростков. Однако, вопреки одной из гипотез данного исследования о наиболее высокой социальной тревожности у подростков из детского дома, наиболее высокие показатели такого параметра социальной тревожности, как страх негативной оценки, выявлены у подростков из колледжа информационных технологий. Это можно объяснить как чрезмерно прямым характером вопросов в этом опроснике, что могло привести к включению защитных механизмов у детей-сирот, часто стыдящихся своего социального статуса, так и тем, что они меньше проводят времени в социальных сетях, в отличие от подростков из информационного колледжа, лидирующим по времени и частоте использования социальных сетей как канала коммуникации.

4. У подростков, предпочитающих непосредственный контакт другим видам общения (как тех, кто чаще всего его использует, так и тех, кто считает его наиболее комфортным для себя), все параметры социальной тревожности (социальное избегание и дистресс, а также страх негативной социальной оценки) и социальная ангедония выражены меньше, чем у испытуемых, предпочитающих другие виды общения. Наоборот, подростки, чаще всего использующие социальные сети как способ коммуникации, имеют самые высокие показатели по всем параметрам социальной тревожности и по показателю социальной ангедонии. Также следует отметить, что подростки, которые проводят слишком много времени в социальных сетях отличаются от тех, кто проводит в них менее часа, более выраженным страхом негативной оценки со стороны окружающих.

5. Полученные данные свидетельствуют о повышенном риске распространения социальной фобии среди подростков, связанным с вытеснением непосредственного общения контактами в социальных сетях. Можно предположить, что не столько использование социальных сетей само по себе связано с социальной тревожностью, сколько избегание и ограничение при этом непосредственного контакта. Ограничение непосредственных контактов мешает формированию социальных навыков, а их избегание является известным механизмам тревожного реагирования и способствует его закреплению в ситуациях общения, что ведет к дальнейшему усилению социальной тревожности.

ЛИТЕРАТУРА

- Богдановская И.М., Проект Ю.Л., Богдановская А.Б.* Особенности формирования личности в подростковом возрасте как индикаторы качества образовательной среды // Психологическая наука и образование. 2013. № 6. С. 49—57.
- Богомазова К.А.* Современный человек и современные технологии: кто кого? [Электронный ресурс] // Психологическая газета. 14.07.2014. URL: <http://www.psy-gazeta.ru/feed/3862/> (дата обращения: 04.11.2015).
- Войскунский А.Е.* Исследование Интернета в психологии // Интернет и российское сообщество / Под ред. И. Семенова. М.: Гендальф, 2002. С. 235—250.
- Воликова С.В., Авакян Т.В.* Связь социальной ангедонии и социальной тревожности с трудностями ментализации у детей-сирот // Консультативная психология и психотерапия. 2014. Т. 22. № 4. С. 155—167.
- Гаранян Н.Г., Шукин Д.А.* Частые социальные сравнения как фактор эмоциональной дезадаптации студентов // Консультативная психология и психотерапия. 2014. Т.22. № 4. С. 182—206.
- Гордилов А.В.* Виртуальное общение и проблема саморегуляции информационно-коммуникативного поведения личности в интернет-сообществах // Материалы международной научно-практической конференции «Информационно-коммуникационное пространство и человек» (Пенза — Москва — Витебск, 15—16 апреля 2011 года) / Научно-издательский центр «Социосфера».
- Жилинская А.В.* Интернет как ресурс для решения задач подросткового возраста: обзор психологических исследований [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2014. Т.6. №1. URL: http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2014/n1/67976.shtml (дата обращения: 04.11.2015).
- Кобызева В.О.* Особенности виртуального общения в повседневных коммуникативных практиках молодежи [Электронный ресурс] // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). 2010. №1. URL: <http://sisp.nkras.ru/e-ru/issues/2010/no1.html> (дата обращения: 04.11.2015).
- Кондрашкин А.В., Кириллова Т.О.* Социальная ситуация развития современного подростка в контексте модели социально-психологической помощи в восстановительном подходе [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2012. № 4. URL: http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2012/n4/57076.shtml (дата обращения: 4.11.2015).

- Марарица Л.В., Антонова Н.А., Ерицян К.Ю. Общение в интернете: потенциальная угроза или ресурс для личности [Электронный ресурс] // Петербургский психологический журнал. 2013. №5. URL: ojs.spbu.ru/index.php/psy/article/download/47/23 (дата обращения: 04.11.2015).
- Никитина И.В., Холмогорова А.Б. Социальная тревожность: содержание понятия и основные направления изучения. Часть 1 // Социальная и клиническая психиатрия. 2010. Т. 20. № 1. С. 80—85.
- Новая группа подростков с «невидимым» риском психопатологии и суицидального поведения: находки исследования SEYLE [Электронный ресурс] / Carli V., Hoven S.W., Wasserman S. et al. / Под ред. А.А. Курсакова; перевод П.В. Алфимова // WorldPsychiatry (на русском). 2014. Т. 13. № 1. URL: <http://psychiatr.ru/magazine/wpa> (дата обращения: 04.11.2015).
- Павлова Т.С., Краснова В.В. Современные теории социальной тревожности в детском и подростковом возрасте [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2014. Т. 3. № 3. С. 27—40. URL: <http://psyjournals.ru/jmfp/2014/n3/72698.shtml> (дата обращения: 04.11.2015).
- Плешаков В.А. Перспектива развития теории киберсоциализации человека в XXI веке // Идеи и идеалы. 2011. Т. 2. № 3(9). С. 47—62.
- Пойманные одной сетью: социально-психологическое исследование представлений детей и взрослых об интернете / Г.В. Солдатова, Е.Ю. Зотова, А.И. Чекалина, О.С. Гостимская / Под ред. Г.В. Солдатовой. М., 2011. 176 с.
- Психологическая дезадаптация у студентов системы среднего и высшего профессионального образования: сравнительный анализ / В.А. Горчакова, Л.А. Ланда, В.А. Матыцына, В.В. Краснова, Е.Н. Клименкова, А.Б. Холмогорова // Психологическая наука и образование. 2013. № 4. С. 5—15.
- Солдатова Г.В., Зотова Е.Ю. Российские и европейские школьники: проблемы онлайн-социализации [Электронный ресурс] // Дети в информационном обществе. 2011. № 7. URL: http://detionline.com/assets/files/journal/7/12research_7.pdf (дата обращения: 4.11.2015).
- Солдатова Г.В., Кропалева Е.Ю. Особенности российских школьников как пользователей интернета [Электронный ресурс] // Дети в информационном обществе. 2009. № 2. URL: http://detionline.com/assets/files/journal/2/research1_2.pdf (дата обращения: 4.11.2015).
- Солдатова Г.В., Рассказова Е.И., Зотова Е.Ю. Типы пользователей и их деятельность в интернете [Электронный ресурс] // Дети в информационном обществе. 2013—2014. № 15. URL: <http://detionline.com/assets/files/journal/15/Issledovaniya.pdf> (дата обращения: 4.11.2015).
- Холмогорова А.Б. Природа нарушений социального познания при психической патологии: как примирить «био» и «социо»? // Консультативная психология и психотерапия. 2014. Т. 22. № 4. С. 8—29.
- Banerjee R., Henderson L. Social-Cognitive Factors in Childhood Social Anxiety: A Preliminary Investigation // Social Development. 2001. Vol. 10. P. 558—572.
- Brown C. Are We Becoming More Socially Awkward? An Analysis of the Relationship Between Technological Communication Use and Social Skills in College Students [Электронный ресурс] // Psychology Honors Papers. 2013. Paper 40. URL: <http://digitalcommons.conncoll.edu/psychhp/40> (дата обращения: 04.11.2015).

- Bruch M.A., Fallon M., Heimberg R.G.* Social phobia and difficulties in occupational adjustment // *Journal of counseling psychology*. 2003. Vol. 50. P. 109—117.
- Knowing when not to use the Internet: Shyness and adolescents' on-line and off-line interactions with friends / F. Laghi, B.H. Schneider, I. Vitoroulis et al. // *Computers in Human Behavior*. 2013. № 29. P. 51—57.
- Masia C.L., Klein R.G., Storch E.A. & Corda B.* School based behavioral treatment for social anxiety disorder in adolescents: Results of pilot study // *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 2001. Vol. 40. P. 780—786.
- Oldmeadow J.A., Quinn S., Kowert R.* Attachment style, social skills, and Facebook use amongst adults // *Computers in Human Behavior*. 2013. Vol. 29. Iss. 3. P. 1142—1149.
- Peleg O.* Social anxiety and social adaptation among adolescents at three age levels // *Social Psychology of Education*. 2012. Vol. 15. P. 207—218. doi: 10.1007/s11218-011-9164-0.
- Pierce T.* Shyness and technology: Face-to-face communication versus technological communication among teens // *Computers in Human Behavior*. 2009. Vol. 24. № 6. P. 1367—1372. doi:10.1016/j.chb.2009.06.003
- Saunders P.L., Chester A.* Shyness and the internet: Social problem or panacea // *Computers in Human Behavior*. 2008. Vol. 24. Iss. 6. P. 2649—2658.
- Sisman B., Yoruk S., Eleren A.* Social Anxiety and Usage of Online Technological Communication Tools among Adolescents [Электронный ресурс] // *Journal of Economic and Social Studies*. 2013. Vol. 3. № 2. URL: <http://eprints.ibu.edu.ba/2389/> (дата обращения: 04.11.2015).
- Schneier F.R., Blanco C., Antia S.X., Liebowitz M.R.* The social anxiety spectrum // *Psychiatr Clin North Am*. 2002. № 25. P. 757—774.

INTERNET COMMUNICATION AND SOCIAL ANXIETY AMONG DIFFERENT SOCIAL GROUPS OF ADOLESCENTS¹

A.B. KHOLMOGOROVA, T.V. AVAKYAN, E.N. KLIMENKOVA,
D.A. MALYUKOVA

The article presents the results of a study of social anxiety and social anhedonia symptoms in adolescents from different social groups, depending on channels of communication with other people they prefer — face-to-face contact, social networking, smartphones, Skype and various sites on the Internet. The study involved 110 people from two Moscow colleges and orphanage. In this study we have used complex of four methods, one of which — “Questionnaire of the channels of social communication” — used for the first time. Based on these

¹ This article was prepared with the financial support of the Russian Science Foundation (grant No. 14–18–03461).

results it is concluded that the most common ways of communication in modern adolescents — face-to-face contact and social networks, which are used by them about equally often, however, the majority of adolescents prefer face-to-face contact to all other channels of communication. Adolescents who prefer face-to-face contact to all other ways of communications, are more prosperous in terms of the two questionnaires of social anxiety (scale of social avoidance and distress — SADS; Watson, Friend, 1969; brief scale of fear of social evaluation — BENE; Leary, 1983) and the scale of the social anhedonia (RSAS; Eckblad et al, 1982) and ones who prefer to communicate in social networks have higher rates in all three questionnaires. It is suggested that the relationship between social anxiety and the frequency of use of social networking is not direct, but mediated by avoiding face-to-face contact. The mechanism of anxiety response leads to amplification of avoidance of face-to-face contact in everyday social situations and further strengthen of social anxiety.

Keywords: Internet communication, social networks, face-to-face contact, social anxiety, social anhedonia, social cognition, senior adolescents.

- Bogdanovskaya I.M., Proekt Yu.L., Bogdanovskaya A.B. Osobennosti formirovaniya lichnosti v podrostkovom vozraste kak indikatory kachestva obrazovatel'noi sredy [Features of personality formation in adolescence as indicators of the quality of the educational environment]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie [Psychological Science and Education]*, 2013, no 6, pp. 49—57. (In Russ., Abstr. In Engl.).
- Bogomazova K.A. Sovremenniy chelovek i sovremennye tekhnologii: kto kogo? [Elektronnyi resurs] [The modern man and modern technology: who wins?]. *Psikhologicheskaya gazeta [Psychological paper]*, 14.07.2014. Available at: <http://www.psygazeta.ru/feed/3862/> (Accessed 04.11.2015). (In Russ.).
- Voiskunskii A.E. Issledovanie Interneta v psikhologii [Internet research in psychology]. In Semenova I. (ed.) *Internet i rossiiskoe soobshchestvo [Internet and Russian Society]*. Moscow: Publ. Gendal'f, 2002, pp. 235—250.
- Volikova S.V., Avakyan T.V. Svyaz' sotsial'noi angedonii i sotsial'noi trevozhnosti s trudnostyami mentalizatsii u detei-sirot [Correlation of social anhedonia and social anxiety with difficulties in mentalization orphans]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2014, Vol. 22, no 4, pp. 155—167. (In Russ., Abstr. In Engl.).
- Garanyan N.G., Shchukin D.A. Chastye sotsial'nye sravneniya kak faktor emotsional'noi dezadaptatsii studentov [Frequent social comparison and emotional maladjustment among students]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2014, Vol. 22, no 4, pp. 182—206. (In Russ., Abstr. In Engl.).
- Gordilov A.V. Virtual'noe obshchenie i problema samoregulyatsii informatsionno-kommunikativnogo povedeniya lichnosti v internet-soobshchestvakh [Virtual communication and the problem of self-regulation and communicative personality behavior in online communities]. Materialy mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii “Informatsionno-kommunikatsionnoe prostranstvo i chelovek” [Proceedings of the International Scientific and Practical Conference “Information and communication space and the man”]. Penza — Moscow — Vitebsk, 15—16 April, 2011. Research and Publishing Center “Sociosphere”.

- Zhilinskaya A.V. Internet kak resurs dlya resheniya zadach podrostkovogo vozrasta: obzor psikhologicheskikh issledovaniy [Elektronnyi resurs] [Internet as a resource for solving the problems of adolescence: a review of psychological research]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie psyedu.ru* [Psychological Science and Education psyedu.ru], 2014, Vol. 6, no. 1. Available at: http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2014/n1/67976.shtml (Accessed 04.11.2015). (In Russ., Abstr. In Engl.).
- Kobyzeva V.O. Osobennosti virtual'nogo obshcheniya v povsednevnykh kommunikativnykh praktikakh molodezhi [Elektronnyi resurs] [Features of virtual communication in everyday communication practices of young people]. *Sovremennye issledovaniya sotsial'nykh problem (elektronnyi nauchnyi zhurnal)* [Modern studies of social problems (the electronic scientific journal)], 2010, no 1. Available at: <http://sisp.nkras.ru/e-ru/issues/2010/no1.html> (Accessed 04.11.2015). (In Russ.).
- Kondrashkin A.V., Kirillova T.O. Sotsial'naya situatsiya razvitiya sovremen-nogo podrostka v kontekste modeli sotsial'no-psikhologicheskoi pomoshchi vosstanovitel'nom podkhode [Elektronnyi resurs] [Social situation of development of a contemporary adolescent in the context of the social and psychological support model in restorative approach justice]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie PSYEDU.ru* [Psychological Science and Education psyedu.ru], 2012, no 4. Available at: http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2012/n4/57076.shtml (Accessed 4.11.2015). (In Russ., Abstr. in Engl.).
- Mararitsa L.V., Antonova N.A., Eritsyun K.Yu. Obshchenie v internete: potentsial'naya ugroza ili resurs dlya lichnosti [Elektronnyi resurs] [Internet Communication: Potential Threat or Resources for a Person]. *Peterburgskii psikhologicheskii zhurnal* [St. Petersburg psychological journal], 2013, no. 5. Available at: ojs.spbu.ru/index.php/psy/article/download/47/23 (Accessed 4.11.2015). (In Russ.).
- Nikitina I.V., Kholmogorova A.B. Sotsial'naya trevozhnost': soderzhanie ponyatiya i osnovnye napravleniya izucheniya. Chast' 1 [Social anxiousness: content of concept and main directions of investigation. Part. 1]. *Sotsial'naya i klinicheskaya psikh-iatriya* [Social and Clinical Psychiatry], 2010, Vol. 20 no. 1, pp. 80–85. (In Russ., Abstr. in Engl.).
- Novaya gruppa podrostkov s «nevidimym» riskom psikhopatologii i suitsidal'nogo po-vedeniya: nakhodki issledovaniya SEYLE [Elektronnyi resurs] [A newly identified group of adolescents at “invisible” risk for psychopathology and suicidal behavior: findings from the SEYLE study]. Carli V., Hoven C.W., Wasserman C. et al. In Kur-sakova A.A. (ed.) *World Psychiatry (na russkom)* [World Psychiatry (In Russian)], 2014, Vol. 13, no. 1. Available at: <http://psychiatr.ru/magazine/wpa> (Accessed 4.11.2015). (In Russ.).
- Pavlova T.S., Krasnova V.V. Sovremennye teorii sotsial'noi trevozhnosti v detskom i podrostkovom vozraste [Elektronnyi resurs] [Modern theories of social anxiety in childhood and adolescence ages]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya* [Journal of Modern Foreign Psychology], 2014, Vol. 3, no 3, pp. 27–40. Available at: <http://psyjournals.ru/jmfp/2014/n3/72698.shtml> (Accessed 4.11.2015). (In Russ., Abstr. in Engl.).
- Pleshakov V.A. Perspektiva razvitiya teorii kibersotsializatsii cheloveka v XXI veke [The prospect of development of the theory of human kibersotsializatsii in the XXI century]. *Idei i ideally* [Ideas and Ideals], 2011, Vol. 2, no 3(9), pp. 47–62. (In Russ.).

- Poimannyye odnoi set'yu: sotsial'no-psikhologicheskoe issledovanie predstavlenii detei i vzroslykh ob internete [Caught by one network: the socio-psychological study of representations of children and adults about the internet]. Soldatova G.V., Zotova E.Yu., Chekalina A.I., Gostimskaya O.S. In Soldatova G.V. (ed.), Moscow, 2011, 176 p.
- Psikhologicheskaya dezadaptatsiya u studentov sistemy srednego i vysshego professional'nogo obrazovaniya: sravnitel'nyi analiz [Psychological maladjustment in students of secondary and higher education: a comparative analysis]. Gorchakova V.A., Landa L.A., Matytsyna V.A., Krasnova V.V., Klimenkova E.N., Kholmogorova A.B. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie [Psychological Science and Education]*, 2013, no 4, pp. 5–15. (In Russ., Abstr. in Engl.)
- Soldatova G.V., Zotova E.Yu. Rossiiskie i evropeiskie shkol'niki: problemy onlain-sotsializatsii [Elektronnyi resurs] [Russian and European students: problems of online socialization]. *Deti v informatsionnom obshchestve [Children in the Information Society]*, 2011, no 7. Available at: http://detionline.com/assets/files/journal/7/12research_7.pdf (Accessed 4.11.2015). (In Russ.)
- Soldatova G.V., Kropaleva E.Yu. Osobennosti rossiiskikh shkol'nikov kak pol'zovatelei interneta [Elektronnyi resurs] [Features of of Russian schoolchildren how Internet users]. *Deti v informatsionnom obshchestve [Children in the Information Society]*, 2009, no 2. Available at: http://detionline.com/assets/files/journal/2/research1_2.pdf (Accessed 4.11.2015). (In Russ.)
- Soldatova G.V., Rasskazova E.I., Zotova E.Yu. Tipy pol'zovatelei i ikh deyatel'nost' v internete [Elektronnyi resurs] [The types of users and their activity on the Internet]. *Deti v informatsionnom obshchestve [Children in the Information Society]*, 2013–2014, no 15. Available at: <http://detionline.com/assets/files/journal/15/Issledovaniya.pdf> (Accessed 4.11.2015). (In Russ.)
- Kholmogorova A.B. Priroda narushenii sotsial'nogo poznaniya pri psikhicheskoi patologii: kak primirit' «bio» i «sotsio»? [The nature of the social cognition violations in mental disorders: How to reconcile biological and social]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2014, Vol. 22, no 4, pp. 8–29. (In Russ., Abstr. in Engl.)
- Banerjee R., Henderson L. Social-Cognitive Factors in Childhood Social Anxiety: A Preliminary Investigation. *Social Development*, 2001, Vol. 10, pp. 558–572.
- Brown C. Are We Becoming More Socially Awkward? An Analysis of the Relationship Between Technological Communication Use and Social Skills in College Students [Elektronnyi resurs]. *Psychology Honors Papers*, 2013, Paper 40. Available at: <http://digitalcommons.conncoll.edu/psychhp/40> (Accessed 4.11.2015).
- Bruch M.A., Fallon M., Heimberg R.G. Social phobia and difficulties in occupational adjustment. *Journal of counseling psychology*, 2003, Vol. 50, pp. 109–117.
- Knowing when not to use the Internet: Shyness and adolescents' on-line and off-line interactions with friends. Laghi F., Schneider B.H., Vitoroulis I. et al. *Computers in Human Behavior*, 2013, no 29, pp. 51–57.
- Masia C.L., Klein R.G., Storch E.A. & Corda B. School based behavioral treatment for social anxiety disorder in adolescents: Results of pilot study. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 2001, Vol. 40, pp. 780–786.

- Oldmeadow J.A., Quinn S., Kowert R. Attachment style, social skills, and Facebook use amongst adults. *Computers in Human Behavior*, 2013, Vol. 29, no. 3, pp. 1142–1149.
- Peleg O. Social anxiety and social adaptation among adolescents at three age levels. *Social Psychology of Education*, 2012, Vol. 15, pp. 207–218. doi: 10.1007/s11218-011-9164-0.
- Pierce T. Shyness and technology: Face-to-face communication versus technological communication among teens. *Computers in Human Behavior*, 2009. Vol. 24, no 6, pp. 1367–1372. doi:10.1016/j.chb.2009.06.003.
- Saunders P.L., Chester A. Shyness and the internet: Social problem or panacea. *Computers in Human Behavior*, 2008, Vol. 24, no 6, pp. 2649–2658.
- Sisman B., Yoruk S., Eleren A. Social Anxiety and Usage of Online Technological Communication Tools among Adolescents [Elektronnyi resurs]. *Journal of Economic and Social Studies*, 2013, Vol. 3, no 2. Available at: <http://eprints.ibu.edu.ba/2389/> (Accessed 4.11.2015).
- Schneier F.R., Blanco C., Antia S.X., Liebowitz M.R. The social anxiety spectrum. *Psychiatr Clin North Am*, 2002, no 25, pp. 757–774.