

Фаббинг: стремление к поверхностным контактам с другими и избегание глубинных контактов с собой

Нестерова А.А.

**ФГАОУ ВО «Государственный университет просвещения» (ФГАОУ ВО ГУП),
г. Мытищи, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7830-9337>, e-mail: anesterova77@rambler.ru**

Феклисова А.А.

**ФГАОУ ВО «Государственный университет просвещения» (ФГАОУ ВО ГУП),
г. Мытищи, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-4237-0048>, e-mail: feklisovanastya@mail.ru**

Цель. Анализ взаимосвязей между поведением фаббинга и особенностями коммуникабельности, социабельности, эскапизма и экзистенциальной исполненности людей в возрасте от 18 до 50 лет.

Контекст и актуальность. В ситуации цифровизации общества важно понимать новые виды коммуникативных норм взаимодействия людей. Существует запрос на раскрытие основных факторов и предикторов поведения фаббинга в современном обществе, а также понимание роли фаббинга в изменении характера коммуникации.

Дизайн исследования. В исследовании раскрывались взаимосвязи между поведением фаббинга и коммуникативностью, социабельностью личности. Также рассматривались взаимосвязи между паттернами фаббинга и показателями экзистенциальной исполненности, глубиной контакта с собой и другими людьми. Исследование проводилось с помощью корреляционного анализа.

Участники. В исследовании участвовали 316 человек в возрасте от 18 до 50 лет (54% женщин, 46% мужчин). Выборка была стратифицирована по полу, по возрасту (молодежь/люди среднего возраста), уровню образования (высшее образование/среднее специальное).

Методы (инструменты). В исследовании использовались следующие методики: «Общая шкала фаббинга (фаббер)» (В. Чотпитаясунонд, К. Дуглас, 2018); «Общая шкала воспринимаемого фаббинга (фабби)» (В. Чотпитаясунонд, К. Дуглас, 2018); Тест социабельности (Т.И. Богачева, 2021); Методика измерения уровня выраженности эскапизма (О.И. Теславская, Т.Н. Савченко, 2019); Тест экзистенциальной мотивации (ТЭМ) (В.Б. Шумский, Е.М. Уколова, Е.Н. Осин, Я.Д. Лупандина, 2016).

Результаты. Поведение фаббинга взаимосвязано с такими характеристиками личности, как социабельность, контактность, социальная адаптивность и эргичность. Эскапизм снижает вероятность фаббинга и не является его прямой характеристикой. Экзистенциальная исполненность, осмысленность жизни и своего будущего, удовлетворенность своей жизнью и собой снижают вероятность фаббинга в отношении партнера. Поведение фаббинга выражено больше у женщин. Имеется связь между активным фаббингом и наличием высшего образования. Подавляющее большинство выборки (и молодежь, и люди зрелого возраста) считают фаббинг приемлемой социальной нормой современного общения.

Основные выводы. Стремление к быстрым, поверхностным и разнообразным контактам увеличивает вероятность появления фаббинга в отношении партнера по общению, а осмысленность собственной жизни, глубокий контакт с собой снижают вероятность такого поведения.

Ключевые слова: фаббинг; фаббер; фабби; социальность; эскапизм; экзистенциальная исполненность.

Для цитаты: Нестерова А.А., Феклисова А.А. Фаббинг: стремление к поверхностным контактам с другими и избегание глубинных контактов с собой // Социальная психология и общество. 2024. Том 15. № 2. С. 82–99. DOI: <https://doi.org/10.17759/sps.2024150206>

Phubbing: the Desire for Superficial Contacts with Others and the Avoidance of Deep Contacts with Oneself

Albina A. Nesterova

State University of Education, Mytishchi, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7830-9337>, **e-mail:** anesterova77@rambler.ru

Anastasia A. Feklisova

State University of Education, Mytishchi, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-4237-0048>, **e-mail:** feklisovanastasya@mail.ru

Objective. *Analysis of the relationships between phubbing behavior and the characteristics of communication skills, sociability, escapism and existential fulfillment of people aged 18 to 50 years.*

Background. *In the situation of digitalization of society, it is important to understand new types of communicative norms of human interaction. There is a demand to uncover the main factors and predictors of phubbing behavior in modern society, as well as to understand the role of phubbing in changing the nature of communication.*

Study design. *The study revealed the relationship between phubbing behavior and communication and sociability of an individual. The relationships between phubbing patterns and indicators of existential fulfillment and the depth of contact with oneself and other people were also examined. The study was conducted using correlation analysis.*

Participants. *The study involved 316 people aged 18 to 50 years (54% women, 46% men). The sample was stratified by gender, age (youth/middle-aged people), and level of education (higher education/specialized secondary education).*

Measurements. *The following methods were used in the study: General Phubbing Scale (Phubber) (Chotpitayasunondh, Douglas, 2018); The Generic Scale of Being Phubbed (GSBP) (Phubbee) (Chotpitayasunondh, Douglas, 2018); Sociability test (Bogacheva, 2021); Methodology for measuring the level of expression of escapism (Teslavskaya, Savchenko, 2019); Test of existential motivation (TEM) (V.B. Shumsky, E.M. Ukolova, E.N. Osin, Ya.D. Lupandina, 2016).*

Results. *Phubbing behavior is interconnected with such personality characteristics as sociability, contact, social adaptability and ergicity. Escapism reduces the likelihood of phubbing behavior and is not a direct characteristic of it. Existential fulfillment, meaningfulness of life and one's future, satisfaction with one's life and oneself reduce the likelihood of phubbing in relation to a partner. Phubbing behavior is more pronounced in women. There is a connection between active phubbing and having a higher education. The vast majority of the sample (both young people and mature people) consider phubbing to be an acceptable social norm of modern communication.*

Conclusions. *The desire for quick, superficial and varied contacts increases the likelihood of phubbing in relation to a communication partner, and meaningfulness of one's own life and deep contact with oneself reduces the likelihood of such behavior.*

Keywords: *phubbing; phubber; phubbee; sociability; escapism; existential fulfillment.*

For citation: Nesterova A.A., Feklisova A.A. Phubbing: the Desire for Superficial Contacts with Others and the Avoidance of Deep Contacts with Oneself. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo = Social Psychology and Society*, 2024. Vol. 15, no. 2, pp. 82–99. DOI: <https://doi.org/10.17759/sps.2024150206> (In Russ.).

Введение

На сегодняшний день совершенно нельзя игнорировать тот факт, что в эпоху диджитализации и цифровизации социальное взаимодействие и коммуникация между людьми очень сильно изменились, и эти изменения актуализируют задачу проведения социально-психологических исследований новых появившихся феноменов и процессов [1; 3; 16; 21]. Изменения коснулись и интенсивности коммуникации, и ее глубины, и качества, и большей опосредованности в связи с появлением разных технологий, посредством которых люди все больше общаются, и которые часто поглощают их внимание и интерес. Например, появление смартфонов в нашей жизни очень облегчило поиск информации, возможности для связи с людьми в любой точке земного шара, но при этом породило такие явления, как зависимость от смартфонов, номофобию, а также поведение фаббинга. Понятием «фаббинг» (phubbing) обозначают игнорирование партнера по общению в пользу своего телефона. Сам термин появился от слияния двух слов «phone» (телефон) и «snubbing» (пренебрежение) [19; 21]. Фаббинг — это постоянное использование смартфона, вызывающее недостаток человеческого взаимодействия или более осознанного контакта с другим человеком, причиняющего часто неприятные ощущения партнеру по общению.

В поведении фаббинга принято выделять «фабберов» и «фабби». *Фаббер* — это тот, кто игнорирует партнера по общению, отвлекаясь на свой смартфон. Факты последних исследований говорят о том, что фаббер обращается к своему

телефону в течение дня в среднем около двухсот раз, даже когда этот телефон не звонит и не вибрирует. Общественные опросы показывают, что женщины около 10 часов в день используют с разными целями свой смартфон, в то время как мужчины — 8 часов в день [31].

Людей, которые чувствуют себя игнорируемыми и ранятся, сталкиваясь с поведением фаббинга, называют «фабби». Особенно явно фаббинг задевает партнеров в ситуации романтического взаимодействия, совместной деятельности в одном помещении, в ситуации важного разговора [14]. Важно отметить, что во многих случаях поведение фаббинга воспринимается другими людьми как некая социальная норма, особенно это характерно для молодых людей и подростков, которые могут даже не обращать на это внимание и не реагировать на такое игнорирование, вовсе не считая такое поведение «пренебрежением». Все больше появляется публикаций, рассматривающих фаббинг как новую социальную норму современной коммуникации [7; 15; 18].

Одна из теорий, объясняющих появление такого феномена, как фаббинг, — это теория *социального обмена и теория изменения социальных норм*. Теория обмена в социальной психологии показывает, что общение строится из взаимных действий. Взаимообмен возникает только тогда, когда кто-то «возвращает» нам ответное действие на наше действие. Игнорирование партнера в пользу смартфона с точки зрения данной теории может трактоваться как нечто, что мы видим в действиях партнера по отношению к нам. Наблюдая такое действие в нашу сторону, мы тоже в ответ позволяем себе это

игнорирование и отвлечение на смартфон. Таким образом, в ситуации, когда мы это часто наблюдаем во взаимодействии людей — очень скоро это становится новой социальной нормой общения [18]. Так, например, дети, постоянно наблюдая включенность в гаджеты и смартфоны родителей, педагогов, значимых взрослых, обучаются вести себя соответствующим образом и считают это общепринятой нормой. Социальные нормы человеком усваиваются из наблюдаемого, часто повторяющегося поведения. Таким образом, возможно, в современном мире фаббинг постепенно становится социальной нормой общения [26].

Исследования, проведенные в разных странах, показывают, что молодое поколение не считает невежливым и неэтичным поведение фаббинга [7; 18; 21]. Молодежь и подростки не испытывают негативных чувств даже в ситуации, когда их начинают игнорировать в пользу телефона при непосредственном контакте, и сами постоянно это делают (не менее 10 раз в день в различных коммуникациях). Примечательно с этой точки зрения исследование признанного эксперта в изучении фаббинга из Австралии — Йеслама Аль-Сагафа — и его коллег. Исследование показало, что подростки и молодежь гораздо чаще проявляют поведение фаббинга в отношении своих сверстников, друзей, сиблингов, родителей, но гораздо реже прибегают к нему в ситуации коммуникации с бабушками и дедушками, а также пожилыми людьми в целом. Авторы объясняют этот парадокс тем, что все-таки люди реагируют на предписанные социальные нормы и подспудно понимают, что для более старшего поколения «новые социальные нормы» взаимодействия могут быть негативно восприняты и не поняты [15]. В ситуации общения с людьми старшего

поколения предписанные нормы могут войти в конфликт с интернализированными в процессе цифровой социализации нормами, что ставит человека перед выбором: как поступать в данный момент коммуникации.

Американские исследователи подтвердили, что поведение фаббинга учащается, когда людям важно общаться с большим количеством других людей, быть многозадачным, в том числе в плане общения. В исследовании, проведенном среди студентов университетов США, изучались связи между фаббингом, формированием онлайн-впечатления и онлайн-самопрезентацией, а также самопоглощенностью, которая связана с одержимостью людей своими собственными интересами, эмоциями и концентрацией исключительно на своей жизни. Исследование показало, что фаббинг положительно коррелирует с управлением впечатлениями в интернете, самопрезентацией и эгоцентризмом. Участники, которые набрали более высокие баллы по шкалам «управление онлайн-впечатлением», «онлайн-самопрезентация» и «эгоцентризм», проявили более высокий уровень фаббинга в отношении партнеров по общению. В этом исследовании женщины прибегали к фаббингу гораздо чаще, чем мужчины [32]. Поведение фаббинга связано с проявлением таких черт личности, как экстраверсия, а также стремление избежать скуки и одиночества [10].

По результатам зарубежных исследований предиктором поведения фаббинга в отношении партнера по общению становится уязвимый нарциссизм [22], нейротизм [27], страх упустить что-то, нарушение внимания [14]. Люди, которые импульсивны, имеют проблемы с саморегуляцией, менее связаны с другими, с большей вероятностью будут склонны к фаббингу [29].

Теория наращивания функции многозадачности человека также говорит о том, что поведение фаббинга — неотъемлемый атрибут поведения человека, которому важно все успеть и ничего не упустить, в том числе и в общении. Э. Миллер-Отт и Л. Келли выдвинули гипотезу, что появление в жизни человека смартфонов привело к появлению многозадачности, в том числе в ситуации обучения, общения, совершения покупок и т.п. [24]. Многозадачность связана не только с фаббингом, но и с информационной перегруженностью человека: мы научились одновременно проверять уроки у ребенка, смотреть телесериал и разговаривать с супругом. В исследованиях обнаружено, что более 80% людей занимаются более чем одним делом при общении с членами семьи или друзьями. Мы вообще редко в современном мире делаем что-то одно — мы всегда совмещаем несколько действий. С этой точки зрения фаббинг является неизбежным последствием и нормой поведения при многозадачности [24].

Исследование, проведенное в Саудовской Аравии, показало, что супругов вообще не раздражает поведение фаббинга у партнеров. Более того, супружеские пары высказали мнение, что они полагаются на телефон в руках у своего партнера, потому что гаджеты повышают доступность коммуникации в любое время, что поддерживает романтические отношения. Участники исследования воспринимали фаббинг не как способ убежать от реальности или общения, а считали такое использование смартфонов даже в контексте общения с партнером важной опорой в своей повседневной жизни. Авторы делают вывод, что эти результаты показывают, что фаббинг нельзя рассматривать только как проблемное и неуважительное поведение [13]. Исследование коллег из Германии

тоже показало, что фаббинг не всегда вызывает реакцию остракизма у партнера по общению, и чувство игнорирования не возникает, если есть хороший контакт и доверие к партнеру [30].

С другой стороны, много исследований в социальной психологии сегодня посвящено негативным последствиям фаббинга для человека. Так, было подтверждено, что фаббинг приводит к конфликтам, обидам, утрате доверия, ревности, неудовлетворенности отношениями, деформации самооценки и т.п. [4; 7; 14; 20]. Меридит Дэвид и Джеймс Робертс выдвинули гипотезу о том, что *фаббинг приводит человека к социальной изоляции, остракизму*. Чувство социальной изоляции в результате фаббинга партнера по общению рождает чувства изгнанности, неважности и вычеркнутости из контакта, нарушает человеческую потребность в принадлежности и близости, а также нарушает чувство собственной ценности [20]. Модель остракизма К. Уильямса предполагает описание трех последовательных стадий переживания человеком социальной изоляции, приводящего к: 1) немедленным аффективным нарушениям и угрозам фундаментальным потребностям (рефлексивная стадия), 2) отсроченным стратегиям совладания (рефлексивная стадия) и 3) долгосрочным последствиям для индивидуального здоровья (стадия смирения и ухода) [33]. Социобиологи отмечают, что отсутствие зрительного контакта при общении, перевод взгляда на телефон вместо партнера рождает в человеке ощущение «социального отвержения или наказания». Отведение взгляда невербально считывается человеком как пассивная форма изоляции и сигнал незаинтересованности. Когда мы исключены, активируются части нашего мозга, которые обнаруживают и регулируют душевную боль [34]. Кроме

того, наша способность контролировать мысли, эмоции и поведение оказывается под угрозой, как и наши способности рассуждать и правильно реагировать на социальные стимулы. Когда человек чувствует себя исключенным из контакта, его первоочередной заботой становится восстановление чувства принадлежности и включенности. Чтобы восстановить чувство включенности, люди могут обращаться к своим смартфонам и социальным сетям, чтобы общаться с другими и таким образом смягчать душевную боль, связанную с игнорированием и пренебрежением. Так образуется замкнутый круг, провоцирующий явление фаббинга еще больше.

Таким образом, актуальный пул социально-психологических исследований наполнен часто противоречащими конструкциями, объясняющими фаббинг. Одни исследования свидетельствуют, что поведение фаббинга негативно сказывается на отношениях, коммуникации, заставляя человека чувствовать себя покинутым и отвергнутым [4; 14; 17; 20], а другие оптимистично заявляют, что фаббинг все больше приобретает характер общепризнанной социальной нормы общения новых поколений людей, и вообще фаббинг — неперенный атрибут увеличения социальной активности и многозадачности современного человека [11; 13; 18].

Исследования предикторов фаббинга представляют на сегодняшний день некоторую не до конца оформившуюся полифонию, в которой часто звучат противоположные точки зрения. Таким образом, назрела необходимость провести исследование, которое бы помогло прояснить некоторые личностные предикторы фаббинга, а именно: коммуникабельность, социабельность, эскапизм, включенность и ориентированность на

себя и другого, выраженная в экзистенциальной исполненности личности.

Метод

Схема проведения исследования.

316 человек, принявших участие в исследовании, заполняли 2 группы методик:

1) методики, посвященные изучению поведения, связанного с фаббингом (активного — фаббер; воспринимающего — фабби);

2) методики, направленные на изучение таких черт личности, как социабельность, эскапизм, экзистенциальная исполненность (возможности бытия-в-мире; ценность жизни; самооценочность; смысл жизни).

С опорой на теоретический анализ научной литературы и результаты предыдущих исследований были выдвинуты три гипотезы:

1) поведение фаббинга и восприятие фаббинга как новой социальной нормы коммуникации зависит от пола, возраста и уровня образования;

2) поведение фаббинга взаимосвязано с контактностью и социабельностью личности, с эскапизмом и стремлением уйти в альтернативную социальную реальность при общении с помощью возможностей, которые представляет гаджет;

3) поведение фаббинга обратно пропорционально связано со всеми фундаментальными экзистенциальными мотивациями личности (возможностью бытия-в-мире; ценностью жизни; самооценочностью; смыслом жизни).

Выборка исследования состояла из респондентов, проживающих на территории Российской Федерации и считающих себя россиянами (учитывался культуральный компонент). Из 316 человек в возрасте от 18 до 50 лет женщины составили 54% выборки, мужчины — 46%. Выборка была стратифицирована по

возрасту: молодежь — 18–35 лет; люди среднего возраста — 36–55 лет ($M = 36,5$; $SD = 17,84$). В исследуемой выборке 64% имели высшее образование, 36% — среднеспециальное или незаконченное высшее.

Методики исследования. Проявления поведения фаббинга изучались с помощью методик «Общая шкала фаббинга (фаббер)» (Generic Scale of Phubbing (GSP)) и «Общая шкала воспринимаемого фаббинга (фабби)» (Generic Scale of Being Phubbed (GSBP)), разработанных В. Чотпитаясунонд и К. Дуглас (V. Chotpitayasunondh, K. Douglas) [19]. Обе методики были переведены и валидизированы в рамках предыдущих исследований [7]. Внутренняя согласованность Общей шкалы фаббинга — α Кронбаха = 0,816; внутренняя согласованность Общей шкалы воспринимаемого фаббинга — α Кронбаха = 0,774.

«Общая шкала фаббинга» состоит из следующих подшкал: 1) номофобия (страх остаться без смартфона); 2) межличностный конфликт из-за поведения фаббинга; 3) самоизоляция с помощью поведения фаббинга; 4) подтверждение проблемы (осознаваемая зависимость от телефона).

«Общая шкала воспринимаемого фаббинга» измеряет три показателя: 1) восприятие фаббинга в свою сторону как социальной нормы; 2) ощущение игнорирования в ситуации фаббинга; 3) межличностный конфликт, возникающий в ответ на фаббинг.

Мера включенности человека в социальную микросреду, обусловленная психоэмоциональной устойчивостью, адаптационными и перцептивно-интерактивными навыками, исследовалась с помощью «Методики диагностики социабельности личности» (Т.И. Богачева) [2]. В методику вошли такие ком-

поненты, как «социальное познание», «контактность», «социальная приспособляемость», «социальная эргичность», «эмоциональная устойчивость».

Уровень эскапизма, выраженный в «неудовлетворенности и избегании»; «состоянии Потока»; «создании альтернативной социальной реальности», измерялся с помощью «Методики измерения уровня выраженности эскапизма» (авторы: Т.Н. Савченко, О.И. Теславская, Е.В. Беловол, А.А. Кардапольцева) [8].

Экзистенциальная исполненность и ее проявления диагностировались с применением методики «Тест экзистенциальной мотивации» (В.Б. Шумский и др.) [9]. Тест, помимо интегрального уровня экзистенциальной исполненности, позволяет оценить выраженность четырех фундаментальных мотиваций:

— первая фундаментальная мотивация (1 ФЭЦ): защищенность, пространство, опора;

— вторая фундаментальная мотивация (2 ФЭЦ): соотношенность, время, близость;

— третья фундаментальная мотивация (3 ФЭЦ): заинтересованное внимание; справедливое отношение; признание ценности;

— четвертая фундаментальная мотивация (4 ФЭЦ): включенность во взаимосвязи; поле деятельности; ценность в будущем.

Проведен корреляционный анализ полученных данных (использованы критерий Пирсона и точечно-бисериальный коэффициент корреляции). Полученные данные анализировались с помощью статистического пакета Statistica 12.

Результаты

На первом этапе исследования проверялась гипотеза о взаимосвязи поведения фаббинга и социально-демографи-

ческих характеристик личности. Также исследовалась взаимосвязь между поведением активного фаббинга и воспринимаемого фаббинга.

Корреляционный анализ выявил статистически достоверные связи между поведением фаббинга и социально-демографическими показателями (использовался точечно-бисериальный коэффициент, табл. 1). Интересным был результат, который показал, что в исследуемой выборке те, кто в большей мере проявлял поведение фаббера (игнорировал), так же в большой степени отмечали, что в отношении них тоже происходит фаббинг ($r = 0,54$). Они чувствовали себя игнорируемыми ($r = 0,54$), но при этом такое поведение партнера одновременно воспринималось ими как норма ($r = 0,55$). Абсолютно не чувствовали себя жертвами фаббинга (фабби) те, у кого высокий балл по шкале «номофобия» (страх оказаться без телефона). Именно в этой группе больше всего встречалась и позиция восприятия фаббинга как современной коммуникативной нормы. Женщины в большей мере проявляли поведение

фаббинга ($r = 0,264$). Таким образом, гипотеза о связи пола, возраста, уровня образования и особенностей поведения фаббинга нашла свое подтверждение.

Для подтверждения гипотезы № 2 проводился корреляционный анализ между показателями поведения фаббинга (в активной роли фаббера) и переменными, характеризующими степень контактности, социальности и эскапизма человека. Результаты представлены в табл. 2.

Большое количество статистически значимых корреляционных связей показывает, что поведение фаббинга находится в прямо пропорциональной взаимосвязи со всеми качествами личности, характеризующими социальность и контактность человека, и обратно пропорционально связано с проявлениями эскапизма (табл. 2). Есть лишь одна слабая прямая корреляционная связь между подтверждением проблемы зависимости от гаджета и Состоянием Потока ($r = 0,12$).

В табл. 3 представлены корреляционные связи между поведением фаббинга и различными показателями экзистенциальной исполненности (табл. 3).

Таблица 1

Результаты корреляционного анализа связи между показателями фаббинга и социально-демографическими характеристиками ($N = 316$)

Позиции в фаббинге	Показатели поведения фаббинга	Пол (1 – мужской; 2 – женский)	Возраст	Уровень образования
Фаббер	Номофобия (фаббер)	0,446**	-0,021	0,055
	Межличностный конфликт (фаббер)	0,113*	0,019	0,077
	Самоизоляция (фаббер)	0,254*	-0,298**	-0,080
	Подтверждение проблемы (фаббер)	0,264*	-0,208*	0,138*
Фабби	Воспринимаемые нормы (фабби)	0,318**	-0,066	0,215*
	Чувство игнорирования	0,104	-0,339**	-0,229**
	Межличностный конфликт (фабби)	0,193*	-0,127*	-0,284**

Примечание: * – корреляция значима при $p < 0,05$; ** – корреляция значима при $p < 0,01$

Таблица 2

Результаты корреляционного анализа связи между показателями активного фаббинга и проявлением социальности и эскапизма (N = 316)

Методики	Шкалы	Номофобия (фаббер)	Межличностный конфликт (фаббер)	Самоизоляция (фаббер)	Подтверждение проблемы (фаббер)
Социальность	Социальное познание	0,192*	0,269**	0,323**	0,554**
	Контактность	0,329**	0,310**	0,411**	0,522**
	Социальная приспособляемость	0,271**	0,138*	0,213*	0,413**
	Социальная эргичность	0,103	0,178*	0,167*	0,186*
	Эмоциональная устойчивость	0,616**	0,368**	0,564**	0,554**
	Социальность общ.	0,408**	0,343**	0,456**	0,602**
Эскапизм	Неудовлетворенность и избегание	-0,128*	-0,193**	-0,123*	0,020
	Альтернативная социальная реальность	-0,352**	-0,139*	-0,280**	-0,199*
	Состояние Потока	-0,006	-0,129*	-0,079	0,120*
	Интегральный показатель уровня выраженности эскапизма	-0,195*	-0,199*	-0,197*	-0,013

Примечание: * – корреляция значима при $p < 0,05$; ** – корреляция значима при $p < 0,01$.

Таблица 3

Результаты корреляционного анализа связи между показателями активного фаббинга и фундаментальными экзистенциальными мотивациями (N = 316)

Фундамент. мотивации	Переменные	Номофобия (фаббер)	Межличностный конфликт (фаббер)	Самоизоляция (фаббер)	Подтверждение проблемы (фаббер)
1 ФЭЦ	Опора	0,192*	-0,049	0,060	0,149*
	Защищенность	0,314**	0,184*	0,213*	0,327**
	Пространство	0,275**	0,138*	0,256*	0,247*
2 ФЭЦ	Соотнесенность	0,083	-0,094	0,000	-0,042
	Время	0,112	0,009	-0,031	-0,064
	Близость	0,031	-0,151*	-0,075	-0,016
3 ФЭЦ	Заинтересованное внимание	0,026	-0,276**	-0,193*	0,0542
	Справедливое отношение	-0,084	-0,443**	-0,339**	-0,203*
	Признание ценности	0,025	-0,120*	-0,093	-0,138*

Фундамент. мотивации	Переменные	Номофобия (фаббер)	Межличностный конфликт (фаббер)	Самонзоляция (фаббер)	Подтверждение проблемы (фаббер)
4 ФЭЦ	Возможности для деятельности	-0,179*	-0,365**	-0,382**	-0,365**
	Включенность во взаимосвязи	0,154*	-0,163*	0,017	0,004
	Ценность в будущем	-0,142*	-0,467**	-0,367**	-0,201*
Экз. Исп.	Экзистенциальная исполненность общ.	0,094	-0,235*	-0,128*	-0,144*

Примечание: * — корреляция значима при $p < 0,05$; ** — корреляция значима при $p < 0,01$.

Экзистенция (1 ФЭЦ), характеризующая ощущения собственных возможностей бытия-в-мире, прямо пропорционально взаимосвязана со всеми показателями поведения активного фаббинга. Фундаментальная ценность жизни и отношений с людьми (2 ФЭЦ) имеет слабые связи с фаббингом, но стоит отметить, что при увеличении межличностного конфликта, связанного с фаббингом, снижается чувство близости с другими людьми. Третья фундаментальная ценность (3 ФЭЦ), ориентированная на ощущение собственной ценности, имеет прочные обратные пропорциональные связи с фаббингом, особенно с межличностным конфликтом и самоизоляцией. Чем больше у людей есть ощущение интереса к себе, справедливого отношения и признания, тем меньше они прибегают к самоизоляции посредством гаджета, а также к поведению фаббинга в целом. Обратные связи между выраженностью 4 ФЭЦ (смысл жизни, будущее) и фаббингом говорят о том, что у людей, которые часто прибегают к фаббингу, гораздо меньше ощущения возможностей для деятельности, ценности в будущем и осмысленности своей жизни в целом.

Обсуждение результатов

Исследование социально-демографических показателей фаббинга показало, что к поведению активного фаббинга чаще прибегают молодые люди. В нашей выборке фабберами чаще выступали женщины. Именно женщины в большей степени воспринимают фаббинг как норму общения, хотя также отмечают, что это иногда приводит к конфликтам. Наши результаты согласуются с данными израильского исследования, где женщины обнаружили большую склонность к поведению активного фаббинга, а также чаще проявляли эмоциональную реактивность в ситуации воспринимаемого фаббинга со стороны партнера [28].

Интересно, что чем старше люди, тем меньше они проявляют фаббинг в ситуации взаимодействия, но при этом они достаточно толерантно относятся к фаббингу в свою сторону, не вступая в конфликт и не всегда чувствуя себя отвергнутыми. Не было обнаружено достоверных различий между молодежью и более старшим поколением в том, как относиться к фаббингу: обе возрастные группы показали достаточно высокий уровень толерантности к этому явлению, и в опросе молодежь высказала даже более негативные суждения о фаббинге,

особенно в ситуации общения с романтическим партнером. Это согласуется с данными, которые говорят, что в жизнь людей зрелого возраста гаджеты вошли очень прочно, и они тоже не представляют своей жизни без смартфонов и возможности к ним постоянно обращаться. Такие различия и взаимосвязи можно объяснить тем, что в нашей выборке не было лиц старше 50 лет, которые, несомненно, внесли бы существенные сдвиги в результаты, так как для старшего поколения поведение фаббинга квалифицируется, скорее, как вариант невежливого и даже оскорбительного общения [23].

Люди с высшим образованием чаще прибегают к гаджетам и чаще проявляют поведение фаббинга в общении (так как обращаются к телефону чаще в рабочих ситуациях, с целью поиска и чтения полезной информации и т.д.). Они гораздо чаще указывают, что фаббинг — это норма современного социального взаимодействия, и меньше расстраиваются, конфликтуют, когда видят, что от общения с ними люди переключаются на телефон, переключаясь на него так же довольно часто.

Вторая гипотеза, посвященная взаимосвязи социабельности и коммуникабельности человека и его predispositions к фаббингу, полностью подтвердилась. Действительно, фабберы более контактные, более открыты для общения, социально адаптивны и эмоционально устойчивы в общении. Таким образом, люди, прерывая свое общение с партнером в пользу телефона, скорее, боятся упустить возможность контактов с другими людьми, хотят узнать какую-то новую для себя информацию, вовремя ответить на сообщение и т.д. Таким образом, с одной стороны, фаббинг нарушает близкий контакт с партнером, с которым происходит общение, но, с другой стороны, он как будто позволяет сохранять

постоянную связь с другими людьми, позволяя снизить тревогу, вызванную опасением упустить что-то важное, в том числе и в социальном взаимодействии.

Наше предположение, что фаббинг будет связан с эскапизмом, не подтвердилось. Полученные коэффициенты корреляции показывают, что активное поведение фаббинга обратно пропорционально связано с эскапизмом, с неудовлетворенностью и избеганием, а также с поиском человеком альтернативной социальной реальности. То есть фаббинг, по результатам нашего исследования, не является способом убления из реальной жизни в мир фантазий, развлечений и виртуальных отношений. По поводу взаимосвязи фаббинга и эскапизма мнения зарубежных ученых, исследовавших эти процессы, расходятся. Например, турецкие социальные психологи обнаружили такую прямую зависимость между фаббингом и эскапизмом, правда, опосредованную другой переменной — «страхом упустить что-то важное» (FOMO) (переменной-медиатором) [12]. В других исследованиях, наоборот, в большей мере подчеркивается связь поведения фаббинга с такой чертой личности, как «нейротизм», которая характеризуется повышенной тревожностью, неуверенностью в себе и страхом что-то упустить и, как следствие, чрезмерной включенностью в контакты [14]. Именно нейротизм и страх что-то упустить запускают поведение фаббинга, а эскапизм больше свойственен лицам с компьютерной и интернет-аддикцией, а также тем людям, кто использует телефон для компенсации скуки, дискомфорта, одиночества. Дополнительная беседа с респондентами показала, что люди прибегают к фаббингу, потому что проверяют сообщения и пропущенные звонки, а также комментируют на их посты в социальных сетях.

Редко кто в ситуации непосредственного общения с партнером отвлекается на чтение новостей, просмотр фильмов и компьютерные игры. Полученные данные позволяют нам несколько иначе посмотреть на явление фаббинга, как на нечто, не связанное с желанием убежать от реальности, одиночества, а связанное со стремлением к созданию более плотного контакта с социальной реальностью, более активного общения и интенсивного социального познания, а также страхом пропустить что-то для себя ценное и важное. Необходимо более детально изучать данные закономерности, возможно, с привлечением медиаторного анализа и моделирования различных социальных ситуаций фаббинга.

Фаббинг и проявленность различных фундаментальных мотиваций человека, составляющих его экзистенциальную исполненность, представляли разные варианты взаимосвязи. Были рассмотрены четыре уровня экзистенциальных взаимодействий человека: с миром (1 ФЭЦ); с ценностями жизни (2 ФЭЦ); с собственным бытием (3 ФЭЦ); с пониманием и осмысленностью будущего (4 ФЭЦ).

Прямо пропорциональные значимые связи фаббинга есть со всеми мотивациями взаимодействия с миром — 1 ФЭЦ. По-другому эту мотивацию называют «присутствие в этом мире». У людей, часто проявляющих фаббинг, высокие показатели по всем трем компонентам этой мотивации: защищенность, опора, пространство. Они лучше чувствуют опору в этом мире, видят пространство для себя и чувствуют себя достаточно защищенными.

Со второй фундаментальной мотивацией (2 ФЭЦ) не было значимых связей у тех, кто часто выступает в роли фаббера. Можно предположить, что фаббинг не связан с тем, насколько человек чув-

ствует себя включенным в эту жизнь. Есть только обратно пропорциональная связь между переменными «межличностный конфликт из-за фаббинга» и «близость», что может косвенно подтверждать, что фаббинг все-таки может приводить к отдалению и образованию дистанции между людьми при близких, референтных отношениях.

Третья фундаментальная мотивация (3 ФЭЦ) отвечает за ощущение человеком возможности проявляться в этом мире и быть собой. Люди, демонстрирующие поведение фаббера, в меньшей степени чувствуют заинтересованность в себе, в меньшей степени ощущают справедливость по отношению к себе и в целом чувствуют меньшую ценность своей жизни. По мнению А. Лэнгле, дефицитарность третьей фундаментальной мотивации часто связана с нарциссизмом личности [5]. Получается, что фабберы чаще проявляют нарциссические черты личности, одновременно сочетающие в себе характеристики собственной грандиозности и уязвимости. Это согласуется с данными австралийского исследования, которое подтвердило связь между нарциссизмом и фаббингом. По данным Рэйчил Грив и Эвиты Марч, уязвимые нарциссы, испытывая недостаток самооценки и самоуважения, могут испытывать чувство пустоты и стыда. Именно среди представителей уязвимого типа нарциссов преобладало поведение активного фаббинга [22].

Обратная связь между поведением фаббинга и четвертой фундаментальной мотивацией (4 ФЭЦ), отвечающей за осмысленность собственной жизни и перспективы в будущем, показывает, что фабберы в меньшей степени видят возможности для будущего, меньше задумываются о перспективах и смыслах своей жизни. Ориентированность на множественные

контакты и многозадачность смещает фокус внимания с глубинных контактов, обедняет возможности личности быть в контакте со своими собственными экзистенциальными потребностями.

Люди, имеющие низкие показатели экзистенциальной исполненности, гораздо чаще склонны проявлять поведение фаббинга. Дополняя выводы других исследователей о том, что фаббинг может мешать нам строить близкие и включенные отношения с другими людьми [17; 21; 25], можно добавить, что он также может осложнять выстраивание контакта человека с самим собой и своими глубинными потребностями.

В дальнейшем изучении фаббинга необходимо учитывать и социально-демографические переменные, и переменные социальности личности, и стремление человека быть в контакте с собой и другими.

Выводы

Поведение фаббинга выражено больше у женщин. Были обнаружены статистически достоверные связи между фаббингом и наличием высшего образования. Для подавляющего большинства выборки фаббинг является воспринимаемой нормой общения.

В исследовании удалось подтвердить предположение, что активное поведение фаббинга может быть связано с такими чертами личности, как социальность, стремление к разнообразным, непрерывным контактам, страх упустить возможности в общении, желание приспособиться к социальному взаимодействию в условиях многозадачности.

Можно отметить, что у активных фабберов в плане экзистенциальной реализации есть ощущение безопасности и доверия к миру, но при этом есть невротические и нарциссические черты, свя-

занные со страхом быть непризнанным, а также ощущением собственной недостаточной ценности, которые они пытаются компенсировать посредством дополнительного общения и самопрезентации себя посредством смартфона.

Снижение мотивации, направленной на будущее, снижение ценности осознания себя в этом мире могут говорить о недостаточно глубоком контакте с собой и своими фундаментальными потребностями. Можно предположить, что фаббинг позволяет создавать систему «слабых» социальных связей, нанося ущерб при этом «сильным и глубоким» социальным связям. Это согласуется с выводами А.А. Мироновой, которая констатирует, что «сильные связи» в условиях активного использования ИКТ ослабевают, но при этом наращивается социальный капитал, состоящий из «слабых связей» и более поверхностных контактов [6].

Связь между фаббингом и личностными характеристиками можно объяснить в рамках *теории использования и удовлетворения*. Эта теория утверждает, что посредством социальных сетей и общения через смартфон люди удовлетворяют определенные потребности. С этой точки зрения люди очень часто прибегают к гаджетам для удовлетворения таких потребностей, как поддержание своих контактов, повышение самооценки, поиск развлечений, получение восхищения и т.д. Фаббинг в этом контексте позволяет людям с высоким уровнем коммуникабельности и с дефицитным ощущением собственного Я удовлетворить свои потребности в признании, уважении, любви. Принятие, признание, интерес к себе они могут гораздо быстрее получить в результате более контролируемого и поверхностного онлайн-общения.

Всестороннее исследование, учитывающее выявленные связи, а также более детальное изучение этих связей с учетом социокультурного контекста имеют важное значение для более глубокого понимания явления фаббинга.

Результаты исследования раскрывают роль личностных особенностей человека, побуждающих его к поведению фаббинга, что позволит психологам понимать природу фаббинга, а также прояснить изменения некоторых социальных норм, принятых в общении в условиях многозадачности человека и цифровизации общества.

Ограничения исследования. Данное исследование имеет некоторые ограничения. Во-первых, стоит отметить, что ис-

следование было проведено в основном на жителях крупных городов Российской Федерации, что может вносить некоторую специфику в образ жизни и особенности социальной интеракции респондентов. В исследовании не участвовали люди старше 50 лет, что, как мы отмечали выше, внесло некоторую специфику в интерпретацию связей, относящихся к возрасту респондентов. В-третьих, в связи с тем, что было проведено перекрестное (корреляционное) исследование, мы не можем говорить об однозначных причинно-следственных связях между исследуемыми показателями. В дальнейшем планируется прояснить некоторые полученные связи, дополнив количественные методы исследования качественными.

Литература

1. *Айсина Р.М., Нестерова А.А.* Киберсоциализация молодежи в информационно-коммуникационном пространстве современного мира: эффекты и риски // Социальная психология и общество. 2019. Т. 10. № 4. С. 42–57. DOI:10.17759/sps.2019100404
2. *Богачева Т.И.* Исследование социальности как личностной характеристики лидера: построение опросника и его валидизация // Экспериментальная психология. 2021. Том 14. № 4. С. 76–89. DOI:10.17759/exppsy.2021140404
3. *Бойкина Е.Э.* Современные лики социального остракизма: гостинг, орбитинг, фаббинг, культура отмены // Современная зарубежная психология. 2022. Том 11. № 2. С. 131–140. DOI:10.17759/jmfp.2022110212
4. *Крюкова Т.Л., Екимчик О.А.* Фаббинг как угроза благополучию близких отношений // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Том 27. № 3. С. 61–76. DOI:10.17759/spp.2019270305
5. *Лэнгле А.* Person. Экзистенциально-аналитическая теория личности. М.: Генезис, 2020. 159 с.
6. *Миронова А.А.* Использование информационно-коммуникационных технологий и социальный капитал: природа взаимосвязи // Социальная психология и общество. 2022. Том 13. № 1. С. 5–21. DOI:10.17759/sps.2022130101
7. *Нестерова А.А., Заигралина А.А.* Влияние фаббинга на качество романтических отношений молодых людей // Социальная психология: вопросы теории и практики: Материалы VI Международной научно-практической конференции памяти М.Ю. Кондратьева (г. Москва, 12–13 мая 2021 года). М.: МГППУ, 2021. С. 401–404.
8. *Теславская О.И., Савченко Т.Н.* Субъективное качество жизни и психологическая адаптация у лиц с низким, средним и высоким уровнем эскапизма // Экспериментальная психология. 2019. Т. 12. № 2. С. 162–176. DOI:10.17759/exppsy.2019120212
9. *Шумский В.Б., Уколова Е.М., Осин Е.Н., Лупандина Я.Д.* Диагностика экзистенциальной исполненности: оригинальная русскоязычная версия теста экзистенциальных мотиваций // Психология. Журнал высшей школы экономики. 2016. Т. 13. № 4. С. 763–788.

10. *Abi Doumit C., Malaeb D., Akel M., Salameh P., Obeid S., Hallit S.* Association between Personality Traits and Phubbing: The Co-Moderating Roles of Boredom and Loneliness // *Healthcare*. 2023. Vol. 11. P. 915. DOI:10.3390/healthcare11060915
11. *Ajooba K.F., Ambarwati K.D.* Phubbing Behavior and Satisfaction of Romantic relationships in Early adult dating: a correlational study // *Journal of Community Mental Health and Public Policy*. 2023. Vol. 6. № 1. P. 24–33.
12. *Akyol N.A., Ergin D.A., Krettmann A.K., Essau C.A.* Is the relationship between problematic mobile phone use and mental health problems mediated by fear of missing out and escapism? // *Addictive behaviors reports*. 2021. Vol. 14. P. 100384. DOI:10.1016/j.abrep.2021.100384
13. *Aljasir S.* Present but absent in the digital age: testing a conceptual model of phubbing and relationship satisfaction among married couples // *Human Behavior and Emerging Technologies*. 2022. Vol. 2022. P. 1–11. DOI:10.1155/2022/1402751
14. *Al-Saggaf Y.* Partner Phubbing // *The Psychology of Phubbing*. SpringerBriefs in Psychology. Springer, Singapore. 2022. P. 21–31. DOI:10.1007/978-981-19-7045-0_3
15. *Al-Saggaf Y., MacCulloch R.* Phubbing and social relationships: Results from an Australian sample // *Journal of Relationships Research*. 2019. Vol. 10. P. e10. DOI:10.1017/jrr.2019.9
16. *Arenz A., Schnauber-Stockmann A.* Who “phubs”? A systematic meta-analytic review of phubbing predictors [Electronic resource] // *Mobile Media & Communication*. 2023. DOI:10.1177/20501579231215678
17. *Chmielik M.M., Blachnio A.* Till phone do us part: The role of phubbing in relationship satisfaction and self-esteem // *Journal for Perspectives of Economic Political and Social Integration*. 2021. Vol. 27. № 2. P. 91–112. DOI:10.18290/PEPSI-2021-0009
18. *Chotpitayasunondh V., Douglas K.M.* How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone // *Computers in Human Behavior*. 2016. Vol. 63. P. 9–18. DOI:10.1016/j.chb.2016.05.018
19. *Chotpitayasunondh V., Douglas K.M.* Measuring phone snubbing behavior: Development and validation of the Generic Scale of Phubbing (GSP) and the Generic Scale of Being Phubbed (GSBP) // *Computers in Human Behavior*. 2018. Vol. 88. P. 5–17. DOI:10.1016/J.CHB.2018.06.020
20. *David M.E., Roberts J.A.* Phubbed and alone: Phone snubbing, social exclusion, and attachment to social media // *Journal of the Association for Consumer Research*. 2017. Vol. 2. P. 155–163.
21. *Garrido E.C., Issa T., Esteban P.G., Delgado S.C.* A descriptive literature review of phubbing behaviors // *Heliyon*. 2021. Vol. 7. № 5. P. 1–10. DOI:10.1016/j.heliyon.2021.e07037
22. *Grieve R., March E.* ‘Just checking’: Vulnerable and grandiose narcissism subtypes as predictors of phubbing // *Mobile Media & Communication*. 2020. Vol. 9. № 2. P. 195–209. DOI:10.1177/2050157920942276
23. *Kadylak T., Makki T.W., Francis J., Cotten S.R., Rikard R.V., Sah Y.J.* Disrupted copresence: older adults’ views on mobile phone use during face-to-face interactions // *Mobile Media & Communication*. 2018. Vol. 6. № 3. P. 331–349. DOI:10.1177/20501579187581
24. *Miller-Ott A., Kelly L.* The presence of cell phones in romantic partner face-to-face interactions: An expectancy violation theory approach // *Southern Communication Journal*. 2015. Vol. 80. № 4. P. 253–270. DOI:10.1080/1041794X.2015.1055371
25. *Misra S., Cheng L., Genevieve J., Yuan M.* The iphone effect: The quality of in-person social interactions in the presence of mobile devices // *Environment and Behavior*. 2016. Vol. 48. № 2. P. 275–298. DOI:10.1177/0013916514539755
26. *Nazir T., Bulut S.* Phubbing and What Could Be Its Determinants: A Dugout of Literature // *Psychology*. 2019. Vol. 10. P. 819–829. DOI:10.4236/psych.2019.106053
27. *Parmaksiz I.* Relationships between phubbing and the five factor personality traits // *Kastamonu Education Journal*. 2021. Vol. 29. № 4. P. 32–42. DOI:10.24106/KEFDERGI.795620

28. Peleg O., Boniel-Nissim M. Exploring the personality and relationship factors that mediate the connection between differentiation of self and phubbing // *Scientific Reports*. 2024. Vol. 14. № 1. P. 6572. DOI:10.1038/s41598-024-55560-1
29. Sansevere K.S., Ward N. Linking phubbing behavior to self-reported attentional failures and media multitasking // *Future Internet*. 2021. Vol. 13. № 4. P. 100. DOI:10.3390/FI13040100
30. Schuster K., Lindermayer T., van Putten L., Clark J., Diefenbach S. Does It All Harm the Same? – An Empirical Exploration of Opportunities to Reduce the Negative Psychological Effects of Phubbing // *Psychology*. 2023. Vol. 14. P. 910–931. DOI:10.4236/psych.2023.146049
31. Sun J., Samp J.A. ‘Phubbing is happening to you’: examining predictors and effects of phubbing behaviour in friendships // *Behaviour & Information Technology*. 2022. Vol. 41. № 12. P. 2691–2704. DOI:10.1080/0144929X.2021.1943711
32. Suwinyattichaiyorn T., Generous M.A. “Who’s Doing the Phubbing?” Exploring individual factors that predict phubbing behaviors during interpersonal interactions // *Ohio Communication Journal*. 2019. Vol. 57. P. 105–114.
33. Williams K.D. Ostracism // *Annual Review of Psychology*. 2007. Vol. 58. P. 425–452. DOI:10.1146/annurev.psych.58.110405.085641
34. Wirth J., Sacco D., Hugenberg K., Williams K. Eye Gaze as Relational Evaluation: Averted Eye Gaze Leads to Feelings of Ostracism and Relational Devaluation // *Personality & social psychology bulletin*. 2010. Vol. 36. № 7. P. 869–882. DOI:10.1177/0146167210370032

References

1. Aisina R.M., Nesterova A.A. Kibersotsializatsiya molodezhi v informatsionno-kommunikatsionnom prostranstve sovremennogo mira: efekty i riski [Cyber socialization of youth in the information and communication space of the modern world: effects and risks]. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo = Social Psychology and Society*, 2019. Vol. 10, no. 4, pp. 42–57. DOI:10.17759/sps.2019100404 (In Russ.).
2. Bogacheva T.I. Issledovanie sotsiabel'nosti kak lichnostnoi kharakteristiki lidera: postroenie oprosnika i ego validizatsiya [Study of Sociality as a Personal Characteristic of a Leader: Construction of a Questionnaire and its Validation]. *Ekspieriment'naya psikhologiya = Experimental Psychology*, 2021. Vol. 14, no. 4, pp. 76–89. DOI:10.17759/exppsy.2021140404 (In Russ.).
3. Boikina E.E. Sovremennye liki sotsial'nogo ostrakizma: gosting, orbiting, fabbing, kul'tura otmeny [Modern Faces of Social Ostracism: Ghosting, Orbiting, Phubbing, Cancel Culture]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya = Journal of Modern Foreign Psychology*, 2022. Vol. 11, no. 2, pp. 131–140. DOI:10.17759/jmfp.2022110212 (In Russ.).
4. Kryukova T.L., Ekimchik O.A. Fabbing kak ugroza blagopoluchiyu blizkikh otnoshenii [Phubbing as a Possible Threat to Close Relationships' Welfare]. *Konsul'tatsionnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2019. Vol. 27, no. 3, pp. 61–76. DOI:10.17759/cpp.2019270305 (In Russ.).
5. Lenge A. Person. Ekzistentsial'no-analiticheskaya teoriya lichnosti [Person. Existential-analytical theory of personality]. Moscow: Publ. “Genezis”, 2020. 159 p. (In Russ.).
6. Mironova A.A. Ispol'zovanie informatsionno-kommunikatsionnykh tekhnologii i sotsial'nyi kapital: priroda vzaimosvyazi [The Use of Information and Communication Technologies and Social Capital: the Nature of the Correlation]. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo = Social Psychology and Society*, 2022. Vol. 13, no. 1, pp. 5–21. DOI:10.17759/sps.2022130101 (In Russ.).
7. Nesterova A.A., Zaigralina A.A. Vliyanie fabbinga na kachestvo romanticheskikh otnoshenii molodykh lyudei [The influence of phubbing on the quality of romantic relationships of young people]. Materialy VI Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii pamyati M.Yu. Kondrat'eva “*Sotsial'naya psikhologiya: voprosy teorii i praktiki*” (Moskva, 12–13 maya 2021 goda). [Proceedings of the VI International Scientific and Practical Conference in memory of M.Yu. Kondratieva “*Social psychology: issues of theory and practice*”]. Moscow: Publ. MGPPU, 2021, pp. 401–404. (In Russ.).

8. Teslavskaya O.I., Savchenko T.N. Sub"ektivnoe kachestvo zhizni i psikhologicheskaya adaptatsiya u lits s nizkim, srednim i vysokim urovnem eskapizma [Subjective quality of life and psychological adaptation of individuals with low, normal and high level of escapism]. *Ekspierimental'naya psikhologiya = Experimental psychology*, 2019. Vol. 12, no. 2, pp. 162–176. DOI:10.17759/exppsy.2019120212 (In Russ.).
9. Shumskii V.B., Ukolova E.M., Osin E.N., Lupandina Ya.D. Diagnostika ekzistentsial'noi ispolnennosti: original'naya russkoyazychnaya versiya testa ekzistentsial'nykh motivatsii [Measuring Existential Fulfillment: An Original Russian Version of Test of Existential Motivations]. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki = Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 2016. Vol. 13, no. 4, pp. 763–788.
10. Abi Doumit C., Malaeb D., Akel M., Salameh P., Obeid S., Hallit S. Association between Personality Traits and Phubbing: The Co-Moderating Roles of Boredom and Loneliness. *Healthcare*, 2023, no. 11, p. 915. DOI:10.3390/healthcare11060915
11. Ajooba K.F., Ambarwati K.D. Phubbing Behavior and Satisfaction of Romantic relationships in Early adult dating: a correlational study. *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 2023. Vol. 6, no. 1, pp. 24–33.
12. Akyol N.A., Ergin D.A., Krettmann A.K., Essau C.A. Is the relationship between problematic mobile phone use and mental health problems mediated by fear of missing out and escapism? *Addictive behaviors reports*, 2021, no. 14, p. 100384. DOI:10.1016/j.abrep.2021.100384
13. Aljasir S. Present but absent in the digital age: testing a conceptual model of phubbing and relationship satisfaction among married couples. *Human Behavior and Emerging Technologies*, no. 2022, pp. 1–11. DOI:10.1155/2022/1402751
14. Al-Saggaf Y. Partner Phubbing. *The Psychology of Phubbing*. Singapore: Springer, 2022, pp. 21–31. DOI:10.1007/978-981-19-7045-0_3
15. Al-Saggaf Y., MacCulloch R. Phubbing and social relationships: Results from an Australian sample. *Journal of Relationships Research*, 2019, no. 10. pp. e10. DOI:10.1017/jrr.2019.9
16. Arenz A., Schnauber-Stockmann A. Who “phubs”? A systematic meta-analytic review of phubbing predictors [Electronic resource]. *Mobile Media & Communication*, 2023. DOI:10.1177/20501579231215678
17. Chmielik M.M., Błachnio A. Till phone do us part: The role of phubbing in relationship satisfaction and self-esteem. *Journal for Perspectives of Economic Political and Social Integration*, 2021. Vol. 27, no. 2, pp. 91–112. DOI:10.18290/PEPSI-2021-0009
18. Chotpitayasunondh V., Douglas K.M. How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 2016, no. 63, pp. 9–18. DOI:10.1016/j.chb.2016.05.018
19. Chotpitayasunondh V., Douglas K.M. Measuring phone snubbing behavior: Development and validation of the Generic Scale of Phubbing (GSP) and the Generic Scale of Being Phubbed (GSBP). *Computers in Human Behavior*, 2018, no. 88, pp. 5–17. DOI:10.1016/J.CHB.2018.06.020
20. David M.E., Roberts J.A. Phubbed and alone: Phone snubbing, social exclusion, and attachment to social media. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2017, no. 2, pp. 155–163.
21. Garrido E.C., Issa T., Esteban P.G., Delgado S.C. A descriptive literature review of phubbing behaviors. *Heliyon*, 2021. Vol. 7, no. 5, pp. 1–10. DOI:10.1016/j.heliyon.2021.e07037
22. Grieve R., March E. ‘Just checking’: Vulnerable and grandiose narcissism subtypes as predictors of phubbing. *Mobile Media & Communication*, 2020. Vol. 9, no. 2, pp. 195–209. DOI:10.1177/2050157920942276
23. Kadylak T., Makki T.W., Francis J., Cotten S.R., Rikard R.V., Sah Y.J. Disrupted copresence: older adults' views on mobile phone use during face-to-face interactions. *Mobile Media & Communication*, 2018. Vol. 6, no. 3, pp. 331–349. DOI:10.1177/20501579187581
24. Miller-Ott A., Kelly L. The presence of cell phones in romantic partner face-to-face interactions: An expectancy violation theory approach. *Southern Communication Journal*, 2015. Vol. 80, no. 4, pp. 253–270. DOI:10.1080/1041794X.2015.1055371

25. Misra S., Cheng L., Genevie J., Yuan M. The iphone effect: The quality of in-person social interactions in the presence of mobile devices. *Environment and Behavior*, 2016. Vol. 48, no. 2, pp. 275–298. DOI:10.1177/0013916514539755
26. Nazir T., Bulut S. Phubbing and What Could Be Its Determinants: A Dugout of Literature. *Psychology*, 2019, no. 10, pp. 819–829. DOI:10.4236/psych.2019.106053
27. Parmaksiz I. Relationships between phubbing and the five factor personality traits. *Kastamonu Education Journal*, 2021. Vol. 29, no. 4, pp. 32–42. DOI:10.24106/KEFDERGI.795620
28. Peleg O., Boniel-Nissim M. Exploring the personality and relationship factors that mediate the connection between differentiation of self and phubbing. *Scientific Reports*, 2024. Vol. 14, no. 1, pp. 6572. DOI:10.1038/s41598-024-55560-1
29. Sansevere K.S., Ward N. Linking phubbing behavior to self-reported attentional failures and media multitasking. *Future Internet*, 2021. Vol. 13, no. 4, pp. 100. DOI:10.3390/FI13040100
30. Schuster K., Lindermayer T., van Putten L., Clark J., Diefenbach S. Does It All Harm the Same? – An Empirical Exploration of Opportunities to Reduce the Negative Psychological Effects of Phubbing. *Psychology*, 2023, no. 14, pp. 910–931. DOI:10.4236/psych.2023.146049
31. Sun J., Samp J.A. ‘Phubbing is happening to you’: examining predictors and effects of phubbing behaviour in friendships. *Behaviour & Information Technology*, 2022. Vol. 41, no. 12, pp. 2691–2704. DOI:10.1080/0144929X.2021.1943711
32. Suwinyattichaiporn T., Generous M.A. “Who’s Doing the Phubbing?” Exploring individual factors that predict phubbing behaviors during interpersonal interactions. *Ohio Communication Journal*, 2019, no. 57, pp. 105–114.
33. Williams K.D. Ostracism. *Annual Review of Psychology*, 2007, no. 58, pp. 425–452. DOI:10.1146/annurev.psych.58.110405.085641
34. Wirth J., Sacco D., Hugenberg K., Williams K. Eye Gaze as Relational Evaluation: Averted Eye Gaze Leads to Feelings of Ostracism and Relational Devaluation. *Personality & social psychology bulletin*, 2010. Vol. 36, no. 7, pp. 869–882. DOI:10.1177/0146167210370032

Информация об авторах

Нестерова Альбина Александровна, доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры социальной и педагогической психологии, ФГАОУ ВО «Государственный университет просвещения» (ФГАОУ ВО ГУП), г. Мытищи, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7830-9337>, e-mail: anesterova77@rambler.ru

Феклисова Анастасия Александровна, аспирант кафедры социальной и педагогической психологии, ФГАОУ ВО «Государственный университет просвещения» (ФГАОУ ВО ГУП), г. Мытищи, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-4237-0048>, e-mail: feklisovanastasya@mail.ru

Information about the authors

Albina A. Nesterova, Doctor of Psychology, Professor of the Department of Social and Pedagogical Psychology, State University of Education, Mytishchi, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7830-9337>, e-mail: anesterova77@rambler.ru

Anastasia A. Feklisova, PhD student, Department of Social and Pedagogical Psychology, State University of Education, Mytishchi, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-4237-0048>, e-mail: feklisovanastasya@mail.ru

Получена 28.02.2023

Принята в печать 29.06.2024

Received 28.02.2023

Accepted 29.06.2024