

## РАЗРАБОТКА РУССКОЯЗЫЧНОЙ ВЕРСИИ ОПРОСНИКА ПРОБЛЕМНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ

**Н.А. СИРОТА\***,  
МГМСУ имени А.И. Евдокимова, Москва, Россия,  
sirotan@mail.ru

**Д.В. МОСКОВЧЕНКО\*\***,  
МГМСУ имени А.И. Евдокимова, Москва, Россия,  
xedin-90@mail.ru

**В.М. ЯЛТОНСКИЙ\*\*\***,  
МГМСУ имени А.И. Евдокимова, Москва, Россия,  
yaltonsky@mail.ru

### Для цитаты:

*Сирота Н.А., Московченко Д.В., Ялтонский В.М., Ялтонская А.В.* Разработка русскоязычной версии опросника проблемного использования социальных сетей // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 3. С. 33—55. doi: 10.17759/cpp.2018260303

\* *Сирота Наталья Александровна*, доктор медицинских наук, профессор, декан факультета клинической психологии, заведующая кафедрой клинической психологии, Московский государственный медико-стоматологический университет имени А.И. Евдокимова, Москва, Россия, e-mail: sirotan@mail.ru

\*\* *Московченко Денис Владимирович*, кандидат психологических наук, доцент кафедры клинической психологии, Московский государственный медико-стоматологический университет имени А.И. Евдокимова, Москва, Россия, e-mail: xedin-90@mail.ru

\*\*\* *Ялтонский Владимир Михайлович*, доктор медицинских наук, профессор кафедры клинической психологии факультета клинической психологии, Московский государственный медико-стоматологический университет имени А.И. Евдокимова, Россия, e-mail: yaltonsky@mail.ru

А.В. ЯЛТОНСКАЯ\*\*\*\*,

НИИ наркологии, филиал ФГБУ «ФМИЦ психиатрии и наркологии имени В.П. Сербского» Минздрава России, Москва, Россия,  
yaltonskayaa@gmail.com

Представлены результаты модификации и апробации опросника проблемного использования Facebook на русскоязычной выборке. Методика позволяет изучать различные аспекты проблемного использования социальных сетей, к которым относят предпочтение онлайн-общения в качестве ведущего, использование социальных сетей в качестве способа регуляции эмоций, постоянные размышления о социальных сетях, а также компульсивное посещение социальных сетей и негативные последствия частого обращения к социальным сетям. В исследовании приняли участие 900 человек, которые заполняли электронные анкеты, размещенные в социальных сетях. Средний возраст составил  $28,6 \pm 7,5$  лет. Показано, что русскоязычная версия опросника проблемного использования социальных сетей имеет хорошую внутреннюю согласованность. Установлена пятифакторная структура опросника, продемонстрированы его удовлетворительная надежность и валидность. Анализ значимости различий по когнитивным стратегиям регуляции эмоций, позитивному и негативному аффекту, личностной тревожности в выделенных группах подтверждает внешнюю валидность методики.

**Ключевые слова:** социальные сети, компульсивное использование социальных сетей, онлайн-общение, когнитивная регуляция эмоций, аффект, тревожность, негативные последствия использования социальных сетей.

За последние годы концепция интернет-зависимости проделала длинный путь, были разработаны клинические критерии для диагностики и лечения данной проблемы. В настоящее время проблема интернет-зависимости охватывает множество вопросов, связанных с контролем импульсов, таких как киберсексуальная зависимость, зависимость от киберотношений, компульсивный интернет-серфинг, компьютерные игры [10; 21; 25]. Несмотря на то, что зависимость от интернета является многогранной проблемой, все больше исследований показывают, что важную роль в формировании интернет-зависимого поведения играют социальные сети [26].

Социальные сети активно развивались в течение 10 последних лет. Появились такие социальные сети, как *Facebook*, *Twitter*, *Myspace*, которые

\*\*\*\* Ялтонская Александра Владимировна, кандидат медицинских наук, врач-психиатр, психотерапевт, старший научный сотрудник отделения профилактической наркологии, Научно-исследовательский институт наркологии, филиал ФГБУ «ФМИЦ психиатрии и наркологии имени В.П. Сербского» Минздрава России, Москва, Россия, e-mail: yaltonskayaa@gmail.com

известны пользователям во всем мире. Кроме того, существуют социальные сети, развиваемые на национальном уровне (например, «ВКонтакте», «Одноклассники»). Развиваются специализированные социальные сети, нацеленные на определенный контингент пользователей, или представляющие собой площадку для обмена мнениями или написания обзоров. Внедрение социальных сетей способствовало или наоборот изменением в способах общения и взаимодействия людей. Недавние исследования показали, что *Facebook*, *Twitter* используются подростками для формирования взаимоотношений со сверстниками [8; 15], а также реализации конкретных психологических потребностей, таких как саморепрезентация, социализация и эскапизм [2; 27]. Однако в последнее время некоторые исследователи стали связывать проблемное использование социальных сетей с эмоциональными расстройствами, симптомами депрессии, беспокойством и сниженной самооценкой [3; 9; 12]. Например, в одном из исследований было показано, что злоупотребление социальными сетями ассоциировано с такими психологическими проблемами, как тревога, депрессия, а также с академической неуспеваемостью и проблемами на работе [24]. Несмотря на то, что склонность к злоупотреблению социальными сетями в настоящее время не рассматривается как отдельная от интернет-зависимости проблема, поведенческие и социальные последствия уже обращают на себя внимание многих психологов [14; 23].

Несмотря на явный вклад социальных сетей в изменение настроения у пользователей, зависимость от социальных сетей, а также интернет-зависимость в целом — это недавние и недостаточно изученные явления, которые являются предметом дискуссии в психологической литературе [13; 16; 18]. Внимание исследователей привлекает тенденция активных пользователей социальных сетей пренебрегать другими аспектами своего социального функционирования, такими как общение с семьей и друзьями. Кроме того, у некоторых активных пользователей социальных сетей отсутствие подключения к интернету может вызывать симптомы, которые наблюдаются при абстинентном синдроме [22].

В настоящее время отсутствует четкое методологическое разграничение между зависимостью от социальных сетей и интернет-зависимостью. Стоит также отметить, что ни интернет-зависимость, ни зависимость от социальных сетей не были включены в последние руководства по классификации болезней, например, в DSM-5 [6]. Кроме того, по данным некоторых исследователей, проблемное использование социальных сетей часто характерно для лиц с психическими расстройствами [7; 20]. Поэтому остается неясным, является ли зависимость от социальных сетей самостоятельным расстройством или просто проявлением других психических проблем, таких как, например, расстройства личности, расстройства настроения, тревожные расстройства.

Несмотря на то, что социальные сети вызывают активный интерес со стороны исследователей как с методологической, так и с эмпирической стороны, в настоящее время в отечественной клинической психологии отсутствуют методики, позволяющие изучать проблемные аспекты использования социальных сетей.

**Целью** данной работы является модификация и апробация опросника проблемного использования Facebook на русскоязычной выборке.

## Метод

**Выборка.** В исследовании приняли участие 900 человек. Из них 670 женщин (74,44%) и 230 мужчин (25,56%). При заполнении электронной анкеты указывали на наличие высшего образования 69,56% (N=626); 12,78% (N=115) имели незаконченное высшее образование; 9,89% (N=89) — среднее-специальное образование; 7,77% (N=70) — среднее образование. Средний возраст составил  $28,6 \pm 7,5$  лет. Все обследованные являлись активными пользователями социальных сетей. Обследование проводилось анонимно с использованием технологии Google-форма. Электронные анкеты были размещены в социальных сетях — Facebook, ВКонтакте, Instagram.

**Процедура разработки методики.** За основу для русскоязычной версии опросника проблемного использования социальных сетей была взята методика «Шкала проблемного использования Facebook» [19], которая была переведена на русский язык в соответствии с протоколом ВОЗ, включающим прямой и обратный перевод текста опросника, оценку восприятия текста вопросов в фокус-группах, проведение экспертной оценки результатов с привлечением не менее трех специалистов в области психического здоровья. Поскольку русскоязычные пользователи используют различные социальные сети, такие как Facebook, ВКонтакте, Instagram, изначальные пункты методики были модифицированы.

Модификация шкалы проблемного использования Facebook предполагала изменение вопросов методики таким образом, чтобы ее можно было применить для изучения проблемного использования различных социальных сетей. Например, изначальный пункт опросника предполагал следующую формулировку: «Я заходил(а) в Facebook, чтобы с кем-то поговорить, когда мне было одиноко». При апробации русскоязычной версии пункты опросника были модифицированы путем замены слова «Facebook» на «Социальные сети»: «Я заходил(а) в социальную сеть, чтобы с кем-то поговорить, когда мне было одиноко». В результате модификации были изменены с 4-го по 15-й пункты, которые в оригинальной методике относятся к следу-

ющим шкалам: «Регуляция эмоций»; «Когнитивная поглощенность»; «Компульсивное использование»; «Негативные последствия». Пункты шкалы «Предпочтение онлайн-общения» (с 1-го по 3-й пункты) соответствуют оригинальной версии методики, поскольку в их формулировке отсутствовало слово «Facebook».

В рамках оценки распределения пунктов, надежности и внутренней структуры методики были осуществлены: расчет показателей описательной статистики, выявление факторной структуры опросника, анализ надежности и согласованности пунктов опросника.

**Методики.** Для оценки конвергентной и дискриминантной валидности использовались следующие методики: методика «Шкала позитивного аффекта и негативного аффекта» [4]; методика «Интегративный тест тревожности» [1]; методики «Опросник когнитивной регуляции эмоций» [11]; методика «Краткая версия шкалы эмоциональных схем Р. Лихи» [5].

## Результаты

### Особенности распределения баллов по шкалам опросника

Отвечая на пункты опросника, испытуемые используют всю шкалу ответов (от 1 до 7 баллов). Полученные результаты по распределению шкал и общего балла по опроснику представлены в табл. 1.

Таблица 1

### Особенности распределения баллов по шкалам и опроснику в целом

Шкалы	Асимметрия	Эксцесс	Критерий Колмогорова—Смирнова	Критерий Шапиро—Уилка	Эмпирический анализ распределения
Предпочтение онлайн-общения	1,006	0,281	$p=0,01$	$p=0,001$	Левая асимметрия
Регуляция эмоций	0,916	0,118	$p=0,01$	$p=0,001$	Левая асимметрия
Когнитивная поглощенность	0,881	0,041	$p=0,01$	$p=0,001$	Левая асимметрия
Компульсивное использование	0,840	- 0,248	$p=0,01$	$p=0,001$	Левая асимметрия
Негативные последствия	0,896	0,107	$p=0,01$	$p=0,001$	Левая асимметрия
Общий балл по методике	0,911	0,195	$p=0,05$	$p=0,001$	Левая асимметрия

Анализ полученных результатов показал, что распределение оценок испытуемых по методике не является нормальным. Иными словами, распределение ответов испытуемых характеризуется левосторонней асимметрией, что указывает на наличие социальной желательности при заполнении пунктов методики.

### Внутренняя структура методики

По результатам эксплораторного факторного анализа (метод главных компонент) было получено 5 субшкал, которые соответствуют англоязычной версии методики. Результаты эксплораторного факторного анализа и показатель внутренней согласованности представлены в табл. 2.

Таблица 2  
Эксплораторный факторный анализ методики и внутренняя согласованность шкал

Шкалы/вопросы	Предпочтение онлайн-общения	Регуляция эмоций	Когнитивная поглощенность	Компьюльсивное использование	Негативные последствия
1. Я предпочитаю общение в социальных сетях общению лицом к лицу	0,803	-	-	-	-
2. Общение в социальных сетях для меня более комфортно, чем общение в реальной жизни	0,834	-	-	-	-
3. Я предпочитаю общаться с людьми в социальных сетях, а не в реальности	0,872	-	-	-	-
4. Я заходил(а) в социальную сеть, чтобы с кем-то поговорить, когда мне было одиноко	-	0,780	-	-	-
5. Я заходил(а) в социальную сеть, чтобы мне стало лучше, когда я чувствовал(а) себя плохо	-	0,889	-	-	-
6. Я заходил(а) в социальную сеть, чтобы мне стало лучше, когда расстраивался/лась	-	0,864	-	-	-
7. Если я некоторое время не захожу в социальную сеть, меня начинают терзать мысли, что надо зайти	-	-	0,832	-	-
8. Если бы я потерял(а) доступ к социальным сетям, я не знал(а) бы что делать	-	-	0,867	-	-
9. Я поглощен(а) навязчивыми мыслями о том, что нужно зайти в социальную сеть, даже когда не сижу в Интернете	-	-	0,854	-	-

Шкалы/вопросы	Предпочтение онлайн-общения	Регуляция эмоций	Когнитивная поглощенность	Компьютерное использование	Негативные последствия
10. Мне сложно контролировать, сколько времени я провожу в социальных сетях	-	-		0,77	-
11. Я считаю, что мне нелегко контролировать мое пребывание в социальных сетях	-	-		0,75	-
12. Мне тяжело противостоять непреодолимому желанию зайти в социальную сеть, когда я занят чем-то вне Интернета	-	-		0,79	-
13. Социальные сети усложнили мне жизнь	-	-	-	-	0,74
14. Из-за того, что я проводил много времени в социальных сетях, я пренебрегал/ла своей социальной жизнью и различными мероприятиями	-	-	-	-	0,58
15. Пользование социальными сетями привело к проблемам в моей жизни	-	-	-	-	0,58
Внутренняя согласованность ( $\alpha$ -Кронбаха)	0,84	0,86	0,71	0,85	0,79

Для проверки применимости пятифакторной модели к данным был проведен конфирматорный факторный анализ. Были получены следующие результаты:  $\chi^2(85) = 114,50$ ;  $p < ,001$ ; CFI = 0,991; GFI = 0,996; RMSEA = 0,022 [0,009—0,031]. Несмотря на то, что критерий относительного согласия модели (CFI) несколько выше допустимых значений, другие показатели указывают на то, что данные факторы могут быть использованы в качестве шкал методики. Альфа Кронбаха шкал методики в целом соответствует высоким значениям. Показатели  $\alpha$ -Кронбаха по шкалам варьируют от 0,79 (достаточный уровень) до 0,86 (хороший уровень).

Таким образом, концептуальная модель хорошо согласуется с полученными данными, а выделенные факторы могут быть использованы как шкалы русскоязычной версии опросника с хорошими показателями внутренней согласованности.

### **Связь социально-демографических характеристик со шкалами опросника проблемного использования социальных сетей**

Результаты корреляционного анализа показали, что шкала «Регуляция эмоций» статистически достоверно отрицательно связана с возрастом испытуемых ( $r = -0,316$ ;  $p = 0,001$ ), а также образованием ( $r = -0,205$ ;  $p = 0,05$ ). Иными словами, чем выше возраст испытуемых и полученное

образование, тем меньше социальные сети используются как способ регуляции эмоций и, соответственно, наоборот. Шкала «Когнитивная поглощенность» статистически достоверно отрицательно связана с возрастом ( $r=-0,327$ ;  $p=0,001$ ) и образованием ( $r=-0,204$ ;  $p=0,001$ ).

Полученные результаты указывают на то, что возраст и образование способствуют снижению чрезмерной вовлеченности в социальные сети и навязчивые размышления о них. Более высокий уровень образования, в свою очередь, связан со снижением по шкале «Компульсивное использование» ( $r=-0,150$ ;  $p=0,04$ ). В свою очередь, возраст статистически достоверно отрицательно связан со шкалой «Негативные последствия» ( $r=-0,180$ ;  $p=0,01$ ). Пол испытуемых не был связан со шкалами проблемного использования социальных сетей.

По результатам попарного сравнения *post hoc* методов Шеффе ( $F=8,2$ ;  $df = 2$ ;  $p < 0,01$ ) было выявлено, что более низкие показатели по шкалам «Когнитивная поглощенность», «Регуляция эмоций», «Компульсивное использование» характерны для испытуемых с более высоким уровнем образования, а также для испытуемых старшего возраста. Попарное сравнение *post hoc* методов Шеффе подтверждает результаты корреляционного анализа данных.

### **Результаты кластерного анализа и оценка различий**

Для проверки чувствительности методики к выявлению лиц с проблемным использованием социальных сетей нами был использован двухэтапный кластерный анализ (Информационный критерий Акаикэ, Log-правдоподобия). По результатам проведенного анализа было выделено две группы. Силуэтная мера связности и разделения кластеров — 0,6, что указывает на достаточную надежность, а также уместность классификации на основе методики «Опросник проблемного использования социальных сетей».

По результатам кластерного анализа было выделено две группы. Первая группа, включавшая в себя 260 респондентов ( $N=260$ ), была обозначена как «Пользователи с проблемным использованием социальных сетей». Вторая группа, включавшая в себя 640 респондентов ( $N=640$ ), была обозначена как «Пользователи, считающие, что у них нет проблем с использованием социальных сетей».

В выделенных группах были проанализированы различия между группами по шкалам опросника. Характеристики сравнения групп с использованием критерия Манна—Уитни представлены в табл. 3.

Пользователи с проблемным использованием социальных сетей предпочитают онлайн социальное общение в качестве ведущего, они используют социальные сети как способ регуляции эмоционального состояния. Наряду с этим, для них характерна тенденция размышлять о собственных страницах в социальных сетях, что проявляется в компуль-

Таблица 3

**Различия между группами пользователей по шкалам методики  
 «Опросник проблемного использования социальных сетей»**

Шкалы	Значение критерия Манна—Уитни	Кластер 1. Пользователи с проблемным использованием социальных сетей (N=260)		Кластер 2. Пользователи, считающие, что у них нет проблем с использованием социальных сетей (N=640)		Р
		Средний ранг	Сумма рангов	Средний ранг	Сумма рангов	
Предпочтение онлайн-общения	1588,00	124,10	7199,00	74,50	9091,00	0,001
Регуляция эмоций	727,00	138,91	8060,00	67,40	8230,00	0,001
Когнитивная по- глощенность	217,50	147,73	8569,50	63,20	7720,50	0,001
Компульсивное использование	197,50	148,00	8589,50	63,10	7700,50	0,001
Негативные по- следствия	393,00	144,70	8394,00	64,70	7896,00	0,001

сивном стремлении чаще возвращаться в социальные сети. Кроме того, пользователи с проблемным использованием социальных сетей указывают на негативные последствия, связанные с активным использованием социальных сетей (например, «Использование социальными сетями привело к проблемам в моей жизни»).

Таким образом, методика чувствительна к выявлению пользователей, склонных набирать более высокие баллы по шкалам проблемного использования социальных сетей.

**Оценка конвергентной и дискриминантной валидности методики**

*Позитивный и негативный аффект у пользователей социальных сетей.*

В группе пользователей с проблемным использованием социальных сетей было выявлено наличие статистически достоверно более высокого уровня негативного аффекта (табл. 4).

Для пользователей с проблемным использованием социальных сетей характерен повышенный уровень негативного аффекта как состояния субъективно переживаемого страдания, негативной вовлеченности.

По результатам исследования *личностной тревожности* было выявлено, что для пользователей с проблемным использованием социальных сетей в большей степени характерен более высокий уровень личностной тревожности с преобладанием астенического и фобического компонентов.

Таблица 4

**Различия между группами пользователей по шкалам методики  
 «Шкала позитивного аффекта и негативного аффекта»**

Шкалы	Значение критерия Манна—Уитни	Кластер 1. Пользователи с проблемным использованием социальных сетей (N=260)		Кластер 2. Пользователи, считающие, что у них нет проблем с использованием социальных сетей (N=640)		p
		Средний ранг	Сумма рангов	Средний ранг	Сумма рангов	
Позитивный аффект	3178,00	84,29	4889,00	93,45	11401,0	0,27
Негативный аффект	2495,50	108,47	6291,50	81,95	9998,50	0,001

Пользователи с проблемным использованием социальных сетей чаще склонны переживать чувство угрозы без какого-либо основания для этого, чаще чувствуют себя неуверенными, а также склонны к повышенной утомляемости, пассивности, усталости (табл. 5).

Таблица 5

**Различия между группами пользователей по шкалам методики  
 «Интегративный тест тревожности»**

Шкалы	Значение критерия Манна—Уитни	Кластер 1. Пользователи с проблемным использованием социальных сетей (N=260)		Кластер 2. Пользователи, считающие, что у них нет проблем с использованием социальных сетей (N=640)		p
		Средний ранг	Сумма рангов	Средний ранг	Сумма рангов	
Общий показатель тревожности	2717,50	104,65	6069,50	83,77	10220,50	0,01
Эмоциональный дискомфорт	2965,50	100,37	5821,50	85,81	10468,50	0,06
Астенический компонент	2734,00	104,36	6053,00	83,91	10237,00	0,01
Фобический компонент	2796,50	103,28	5990,50	84,42	10299,50	0,03
Тревожная оценка перспективы	2988,50	99,97	5798,50	86,00	10491,50	0,10
Социальная защита	2980,00	100,12	5807,00	85,93	10483,00	0,13

Исследование когнитивной регуляции эмоций показало, что для пользователей с проблемным использованием социальных сетей характерны такие стратегии когнитивной регуляции эмоций, как «Самообвинение», «Обвинение других», «Катастрофизация», «Руминации» (табл. 6).

Таблица 6  
 Различия между группами пользователей по шкалам методики  
 «Опросник когнитивной регуляции эмоций»

Шкалы	Значение критерия Манна—Уитни	Кластер 1. Пользователи с проблемным использованием социальных сетей (N=260)		Кластер 2. Пользователи, считающие, что у них нет проблем с использованием социальных сетей (N=640)		p
		Средний ранг	Сумма рангов	Средний ранг	Сумма рангов	
Самообвинение	2725,50	104,51	6061,50	83,84	10228,50	0,01
Принятие	2983,00	85,20	5804,00	101,66	10486,00	0,08
Руминации	2796,50	103,28	5990,50	84,42	10299,50	0,01
Позитивное мышление	3472,00	89,36	5183,00	91,04	11107,00	0,84
Планирование	3355,50	87,35	5066,50	91,04	11223,50	0,64
Положительный пересмотр	3202,50	96,28	5584,50	87,75	10705,50	0,42
Помещение в перспективу	3364,00	93,50	5423,00	89,07	10867,00	0,78
Катастрофизация	2763,50	103,85	6023,50	84,15	10266,50	0,01
Обвинение других	2891,00	101,66	5896,00	85,20	10394,00	0,05

Иными словами, пользователи с проблемным использованием социальных сетей статистически достоверно чаще склонны винить себя в каких-либо событиях, считать себя ответственными за происходящие стрессовые ситуации. Однако для них также характерно возлагать вину и ответственность за произошедшее на других людей. Выраженность негативного мышления в группе с проблемным использованием социальных сетей также выше — пользователи склонны преувеличивать негативные переживания и реальные последствия событий, а также чаще возвращаются к размышлениям о пережитых ситуациях и связанных с ними отрицательных эмоциях.

Исследование эмоциональных схем показало, что пользователи с проблемным использованием социальных сетей склонны патологизировать

свои эмоциональные переживания. Например, они более склонны рассматривать сильные эмоциональные переживания как неконтролируемые и требующие подавления. Кроме того, для них характерна убежденность в том, что собственные эмоции являются зазорными, неправильными, неуместными, а также то, что их эмоции не будут приниматься другими людьми, будут обесценены, либо проигнорированы (табл. 7).

Таблица 7

**Различия между группами пользователей по шкалам методики «Краткая версия шкалы эмоциональных схем Р. Лихи»**

Шкалы	Значение критерия Манна—Уитни	Кластер 1. Пользователи с проблемным использованием социальных сетей (N=260)		Кластер 2. Пользователи, считающие, что у них нет проблем с использованием социальных сетей (N=640)		p
		Средний ранг	Сумма рангов	Средний ранг	Сумма рангов	
Инвалидация эмоций другими	2473,00	108,86	6314,00	81,77	9976,00	0,001
Недостаточная осмысленность эмоций	2692,00	105,09	6095,00	83,57	10195,00	0,001
Чувство вины за собственные эмоции	2647,50	105,85	6139,50	83,20	10150,50	0,001
Упрощенное представление об эмоциях	2908,00	89,36	5879,00	85,34	10411,00	0,569
Обесценивание эмоций	3263,00	95,24	5524,00	88,25	10766,00	0,348
Страх потери контроля при переживании сильных эмоций	2355,00	110,90	6432,00	80,80	9858,00	0,001
Эмоциональное оцепенение	2574,00	107,12	6213,00	82,60	10077,00	0,001
Склонность к рационализации чувств	3039,50	99,09	5747,50	86,41	10542,50	0,176
Прогнозируемая длительность эмоций	2902,50	99,46	5884,50	85,29	10405,50	0,53

Шкалы	Значение критерия Манна—Уитни	Кластер 1. Пользователи с проблемным использованием социальных сетей (N=260)		Кластер 2. Пользователи, считающие, что у них нет проблем с использованием социальных сетей (N=640)		p
		Средний ранг	Сумма рангов	Средний ранг	Сумма рангов	
Недостаточная согласованность собственных эмоций с эмоциями других	3062,50	98,70	5724,50	86,60	10565,50	0,153
Ингибирование собственных эмоций	2595,50	106,75	6191,50	82,77	10098,50	0,001
Склонность к руминациям	2438,50	109,46	6348,50	81,49	9941,50	0,001
Низкая эмоциональная экспрессивность	3524,50	90,27	5235,50	90,61	11054,50	0,861
Обвинение других	2630,00	106,16	6157,00	83,06	10133,00	0,001

Таким образом, методика оказалась чувствительна к проявлениям негативного аффекта, а также малоадаптивным стратегиям когнитивной регуляции эмоций, что указывает на клиническую близость параметров методики и проявлений эмоциональной дисрегуляции. Отсутствие различий между группами по позитивному аффекту, а также адаптивным стратегиям когнитивной регуляции эмоций указывает на специфическую направленность методики — выявление различных аспектов проблемного использования социальных сетей.

## Обсуждение

Целью настоящего исследования являлась модификация и апробация опросника проблемного использования социальных сетей на русскоязычной выборке. Процедура модификации позволила адаптировать методику под исследование различных социальных сетей (например, *Facebook*, *ВКонтакте*, *Instagram*), что больше соответствует реалиям использования онлайн-сервисов для построения, отражения и организации социальных взаимоотношений в русскоязычном интернет-пространстве.

С практической точки зрения, данное исследование представляет новый психодиагностический инструмент, который может быть использован исследователями и специалистами в области психического здоровья для более глубокого изучения уровня сформированности проблемного использования социальных сетей. Кроме того, данное исследование позволяет изучать конкретные факторы проблемного использования социальных сетей: предпочтение онлайн-общения, регуляция эмоций, когнитивная поглощенность, компульсивное использование, негативные последствия.

Проведенное исследование также способствует дальнейшему продвижению исследований в области проблемного использования социальных сетей, а также разработке когнитивно-поведенческой модели, объясняющей механизмы формирования неадаптивного использования данных онлайн-сервисов. Полученные при разработке методики результаты, указывающие на наличие дефицита в навыках регуляции эмоций, а также повышенную негативную эмоциональность у пользователей с проблемным использованием социальных сетей, подтверждаются другими исследованиями, рассматривающими пребывание на веб-сайтах, обеспечивающих выстраивание социальных взаимоотношений, как потенциально проблемное поведение [17].

Опросник проблемного использования социальных сетей имеет некоторые ограничения, требующие дальнейшего исследования. Например, данная методика не позволяет изучать конкретные проявления проблемного использования социальных сетей. Иными словами, методика не позволяет ответить на вопросы исследователей о том, почему конкретный пользователь набирает высокий балл по конкретной шкале методики. К таким конкретным проявлениям можно отнести выкладывание постов, участие в играх, просмотр ленты новостей и т. д., Кроме того, дальнейшие работы должны быть направлены на выявление других психометрических характеристик методики, включая устойчивость к тестированию (ретестовая надежность), а также кросс-культурную инвариантность факториальной структуры с использованием случайно выбранных выборок. Наряду с этим, дальнейшие исследования могут быть направлены на проверку применимости методики к исследованию пользователей социальных сетей пожилого возраста.

Несмотря на эти ограничения, разработанный опросник проблемного использования социальных сетей открывает перспективы для дальнейшего изучения психологической адаптации у активных пользователей социальных сетей. Дальнейшие исследования могут быть направлены в сторону изучения эксплицитных и имплицитных эмоциональных переживаний у пользователей социальных сетей, дефицита навыков эмоциональной регуляции. Кроме того, открытым остается во-

прос относительно роли социальных сетей в регуляции эмоций — являются ли социальные сети способом избегания болезненных эмоций или новым способом их выражения через интернет-пространство.

## **Выводы**

Результаты проведенного исследования продемонстрировали хорошую внутреннюю согласованность русскоязычной версии опросника проблемного использования социальных сетей. Применение двухэтапного кластерного анализа показало, что методика является надежным и валидным инструментом для выявления проблемного использования социальных сетей. Корреляционный анализ позволил выявить наличие связей между параметрами проблемного использования социальных сетей и социально-демографическими показателями, что указывает на чувствительность методики к социально-демографическим показателям. Кроме того, методика позволяет разделять группы пользователей на лиц с проблемным использованием социальных сетей и на лиц, считающих, что у них нет проблем с использованием социальных сетей. Выделенные группы характеризовались различиями в преобладании негативного аффекта, выборе стратегий когнитивной регуляции эмоций, отношении к собственным эмоциям (выраженность эмоциональных схем).

В целом, методика может применяться для диагностики проблемного использования социальных сетей, в частности, таких параметров, как предпочтение социальных сетей в качестве способа общения, использование социальных сетей как способа регуляции эмоций, навязчивое желание зайти в социальные сети (когнитивная поглощенность), импульсивное использование социальных сетей, наличие негативных последствий их использования.

## Приложение

### Опросник проблемного использования социальных сетей

*Инструкция.* В зависимости от Вашего опыта использования социальных сетей, пожалуйста, обведите вариант ответа, отражающий степень Вашего согласия с каждым из представленных ниже утверждений.

1. Я предпочитаю общение в социальных сетях общению лицом к лицу.

Полностью не согласен			Нейтрально			Полностью согласен
1	2	3	4	5	6	7

2. Общение в социальных сетях для меня более комфортно, чем общение в реальной жизни.

Полностью не согласен			Нейтрально			Полностью согласен
1	2	3	4	5	6	7

3. Я предпочитаю общаться с людьми в социальных сетях, а не в реальности.

Полностью не согласен			Нейтрально			Полностью согласен
1	2	3	4	5	6	7

4. Я заходил(а) в социальную сеть, чтобы с кем-то поговорить, когда мне было одиноко.

Полностью не согласен			Нейтрально			Полностью согласен
1	2	3	4	5	6	7

5. Я заходил(а) в социальную сеть, чтобы мне стало лучше, когда я чувствовал(а) себя плохо.

Полностью не согласен			Нейтрально			Полностью согласен
1	2	3	4	5	6	7

6. Я заходил(а) в социальную сеть, чтобы мне стало лучше, когда расстраивался/лась.

Полностью не согласен			Нейтрально			Полностью согласен
1	2	3	4	5	6	7

7. Если я некоторое время не захожу в социальную сеть, меня начинают терзать мысли, что надо зайти.

Полностью не согласен			Нейтрально			Полностью согласен
1	2	3	4	5	6	7

8. Если бы я потерял(а) доступ к социальным сетям, я не знал(а) бы что делать.

Полностью не согласен			Нейтрально			Полностью согласен
1	2	3	4	5	6	7

9. Я поглощен(а) навязчивыми мыслями о том, что нужно зайти в социальную сеть, даже когда не сижу в Интернете.

Полностью не согласен			Нейтрально			Полностью согласен
1	2	3	4	5	6	7

10. Мне сложно контролировать, сколько времени я провожу в социальных сетях.

Полностью не согласен			Нейтрально			Полностью согласен
1	2	3	4	5	6	7

11. Я считаю, что мне нелегко контролировать мое пребывание в социальных сетях.

Полностью не согласен			Нейтрально			Полностью согласен
1	2	3	4	5	6	7

12. Мне тяжело противостоять непреодолимому желанию зайти в социальную сеть, когда я занят чем-то вне Интернета.

Полностью не согласен			Нейтрально			Полностью согласен
1	2	3	4	5	6	7

13. Социальные сети усложнили мне жизнь.

Полностью не согласен			Нейтрально			Полностью согласен
1	2	3	4	5	6	7

14. Из-за того, что я проводил(ла) много времени в социальных сетях, я пренебрегал(ла) своей социальной жизнью и различными мероприятиями.

Полностью не согласен			Нейтрально			Полностью согласен
1	2	3	4	5	6	7

15. Пользование социальными сетями привело к проблемам в моей жизни.

Полностью не согласен			Нейтрально			Полностью согласен
1	2	3	4	5	6	7

## ЛИТЕРАТУРА

1. *Бизюк А.П., Вассерман Л.И., Иовлев Б.В.* Применение интегративного теста тревожности. СПб: НИПНИ имени В.М. Бехтерева. 1997. 23 с.
2. *Емелин В.А., Рассказова Е.И., Тхостов А.Ш.* Информационные технологии в структуре идентичности человека: возможности и ограничения рисуночной методики [Электронный ресурс] // Психологические исследования. 2016. Т. 9. № 45. С. 3. URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2016v9n45/1233-emelin45.html> (дата обращения: 28.10.2017).
3. *Ерицян К.Ю., Антонова Н.А., Марудова Н.М.* Проблемное использование Интернета в контексте интернет-коммуникации [Электронный ресурс] // Вестник СПбГУ. Серия 16: Психология. Педагогика. 2013. № 2. С. 15—16. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/problemnoe-ispolzovanie-interneta-v-kontekste-internet-kommunikatsii> (дата обращения: 28.10.2017).
4. *Осин Е.Н.* Измерение позитивных и негативных эмоций: разработка русскоязычного аналога методики PANAS // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т.9. № 4. С. 91—110.
5. *Сирота Н.А., Московченко Д.В., Ялтонский В.М., Кочетков Я.А., Ялтонская А.В.* Психодиагностика эмоциональных схем: результаты апробации русскоязычной краткой версии шкалы эмоциональных схем Р. Лихи // Обзорение психиатрии и медицинской психологии имени В.М. Бехтерева. 2016. № 1. С. 76—83.
6. *Block J.J.* Issues for DSM-V: Internet Addiction // American Journal of Psychiatry. 2008. Vol. 165 (3). P. 306—307. doi:10.1176/appi.ajp.2007.07101556
7. *Caplan S.E.* Preference for online social interaction: A theory of problematic Internet use and psychosocial well-being // Communication Research. 2003. Vol. 30. P. 625—648. doi:10.1177/0093650203257842
8. *Doornwaard S.M., Moreno M.A., van den Eijnden R.J., Vanwesenbeeck I., Ter Bogt T.F.* Young adolescents' sexual and romantic reference displays on Facebook // Journal of Adolescent Health. 2014. Vol. 55 (4). P. 535—541. doi:10.1016/j.jadohealth.2014.04.002
9. *Echeburúa E., de Corral P.* Addiction to new technologies and to online social networking in young people: A new challenge // Adicciones. 2010. Vol. 22 (2). P. 91—95.
10. *Elphinston R.A., Noller P.* Time to face it! Facebook intrusion and the implications for romantic jealousy and relationship satisfaction // Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking. 2011. Vol. 14 (11). P. 631—635. doi:10.1089/cyber.2010.0318
11. *Garnefski N., Kraaij V., Spinhoven P.* Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems // Personality and Individual Differences. 2001. Vol. 30 (8). P. 1311—1327. doi:10.1016/S0191-8869(00)00113-6
12. *Griffiths M.D.* Facebook addiction: concerns, criticism, and recommendations — a response to Andreassen and colleagues // Psychological Reports. 2012. Vol. 110 (2). P. 518—527. doi:10.2466/01.07.18.PR0.110.2.518-520
13. *Griffiths L.J., Parsons T.J., Hill A.J.* Self-esteem and quality of life in obese children and adolescents: a systematic review // International Journal of Pediatric Obesity. 2010. Vol. 5 (4). P. 282—304. doi:10.3109/17477160903473697

14. Koc M., Gulyagci S. Facebook addiction among Turkish college students: the role of psychological health, demographic, and usage characteristics // *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2013. Vol. 16 (4). P. 279—284. doi:10.1089/cyber.2012.0249
15. Kross E., Verduyn P., Demiralp E., Park J., Lee D.S., Lin N., Shablack H., Jonides J., Ybarra O. Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults // *PLoS One*. 2013. Vol. 14 (8). doi:10.1371/journal.pone.0069841
16. Kuss D.J., Griffiths M.D. Online social networking and addiction — a review of the psychological literature // *International Society Doctors for the Environment*. 2011. Vol. 8 (9). P. 3528—3552. doi:10.3390/ijerph8093528
17. Kwiatkowska A., Ziolkó E., Krysta K., Muc-Wierzgon M., Brodziaak A., Krupka-Matuszczyk I., Przybylo J. Internet addiction and its social consequences // *European Neuropsychopharmacology*. 2007. Vol. 17 (4). P. 559—560. doi:10.1016/S0924-977X(07)70869-6
18. La Barbera D., La Paglia F., Valsavoia R. Social network and addiction // *Studies in Health Technology*. 2009. Vol. 144. P. 33—36.
19. Marino C., Vieno A., Altoè G., Spada M.M. Factorial validity of the Problematic Facebook Use Scale for adolescents and young adults // *Journal of Behavioral Addictions*. 2017. Vol. 6 (1). P. 5—10. doi:10.1556/2006.6.2017.004
20. Mehdizadeh S. Self-presentation 2.0: narcissism and self-esteem on Facebook // *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2010. Vol. 13 (4). P. 357—364. doi:10.1089/cyber.2009.0257
21. Murali V., George S. Lost online: an overview of internet addiction // *Advances in Psychiatric Treatment*. 2007. Vol. 13 (1). P. 24—30. doi:10.1192/apt.bp.106.002907
22. Ryan T., Chester A., Reece J., Xenos S. The uses and abuses of Facebook: A review of Facebook addiction // *Journal of Behavioral Addictions*. 2014. Vol. 3 (3). P. 133—148. doi:10.1556/JBA.3.2014.016
23. Ryan T., Reece J., Chester A., Xenos S. Who gets hooked on Facebook? An exploratory typology of problematic Facebook users // *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*. 2016. Vol. 10 (3). P. 1—25. doi:10.5817/CP2016-3-4
24. Satici S.A., Uysal R. Well-being and problematic Facebook use // *Computers in Human Behavior*. 2015. Vol. 49. P. 185—190. doi:10.1016/j.chb.2015.03
25. Shapira N.A., Lessig M.C., Goldsmith T.D., Szabo S.T., Lazoritz M., Gold M.S., Stein D.J. Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria // *Depression and anxiety*. 2003. Vol. 17 (4). P. 207—216. doi:10.1002/da.10094
26. Young K.S. Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder // *Cyberpsychology and Behavior*. 1998. Vol. 1 (3). P. 237—244. doi:10.1089/cpb.1998.1.237
27. Zizi P. The Self Online: The Utility of Personal Home Pages // *Journal of Broadcasting & Electronic Media*. 2002. Vol. 46 (3). P. 346—368. doi:10.1207/s15506878jobem4603\_3

## DEVELOPMENT OF THE RUSSIAN VERSION OF THE PROBLEMATIC SOCIAL NETWORKS USE SCALE

N.A. SIROTA\*,  
A.I. Yevdokimov Moscow State University of Medicine and Dentistry,  
Moscow, Russia,  
sirotan@mail.ru

D.V. MOSKOVCHENKO\*\*,  
A.I. Yevdokimov Moscow State University of Medicine and Dentistry,  
Moscow, Russia,  
xedin-90@mail.ru

V.M. YALTONSKY\*\*\*,  
A.I. Yevdokimov Moscow State University of Medicine and Dentistry,  
Moscow, Russia,  
yaltonsky@mail.ru

A.V. YALTONSKAYA\*\*\*\*,  
Serbsky Federal Medical Research Center of Psychiatry and Narcology,  
Moscow, Russia,  
yaltonskayaa@gmail.com

We present the results of modification and approbation of the Problematic Facebook (Social Networks) Use Scale on the Russian sample. The scale assesses various aspects of social networks use including preferring online communication among other

### **For citation:**

Sirota N.A., Moskovchenko D.V., Yaltonsky V.M., Yaltonskaya A.V. Development of the Russian Version of the Questionnaire for the Problematic Use of Social Networks. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2018. Vol. 26, no. 3, pp. 33—55. doi: 10.17759/cpp.2018260303. (In Russ., abstr. in Engl.).

\* *Sirota Natalya Alexandrovna*, Doctor in Medicine, Professor, Dean of the Department of Clinical Psychology, Head of the Chair of Clinical Psychology, A.I. Yevdokimov Moscow State University of Medicine and Dentistry, Moscow, Russia, e-mail: sirotan@mail.ru

\*\* *Moskovchenko Denis Vladimirovich*, Ph.D. (Psychology), Assistant professor, Department of Clinical Psychology, A.I. Yevdokimov Moscow State University of Medicine and Dentistry, Moscow, Russia, e-mail: xedin-90@mail.ru

\*\*\* *Yaltonsky Vladimir Mikhailovich*, Doctor in Medicine, Professor, A.I. Yevdokimov Moscow State University of Medicine and Dentistry, Moscow, Russia, e-mail: yaltonsky@mail.ru

\*\*\*\* *Yaltonskaya Alexandra Vladimirovna*, M.D., Psychiatrist, Psychotherapist, Senior Research Associate, Department of Preventive Addiction, Research Institute on Addiction, Department for Preventive Narcology, Serbsky Federal Medical Research Center of Psychiatry and Narcology, Moscow, Russia, e-mail: yaltonskayaa@gmail.com

types, using social networks to regulate emotions, constant thinking about social networks and frequent compulsive social network visits and their negative consequences. The study involved 900 people who filled out electronic forms posted in the leading Russian social networks — Facebook, Vkontakte, Instagram. The mean age was  $28.6 \pm 7.5$ . It is shown that the Russian version of Problematic Social Networks Use Scale has good internal consistency. It consists of five factors and has good reliability and validity scores. Significant differences in cognitive emotion regulation strategies, positive and negative affect and personal anxiety in the low- and high-use groups confirm the external validity of the scale.

**Keywords:** social networks, compulsive use of social networks, online communication, cognitive regulation of emotions, affect, anxiety, negative consequences of using social networks.

## REFERENCES

1. Bizyuk A.P., Vasserman L.I., Iovlev B.V. *Primenenie integrativnogo testa trevozhnosti [Application of the integrative anxiety test]*. Saint Petersburg: NIPNI im. V.M. Bekhtereva. 1997. 23 p.
2. Emelin V.A., Rasskazova E.I., Tkhostov A.Sh. *Informatsionnye tekhnologii v strukture identichnosti cheloveka: vozmozhnosti i ogranicheniya risunochnoi metodiki [Elektronnyi resurs] [Information technologies in the structure of human identity: the possibilities and limitations of the picture technique]*. *Psikhologicheskie issledovaniya [Psychological Studies]*, 2016. Vol. 9 (45), p. 3. Available at: <http://psystudy.ru/index.php/num/2016v9n45/1233-emelin45.html> (Accessed 28.10.2017) (In Russ., abstr. in Engl.).
3. Eritsyun K.Yu., Antonova N.A., Marudova N.M. *Problemnoe ispol'zovanie Interneta v kontekste internet-kommunikatsii [Elektronnyi resurs] [Problem use of the Internet in the context of Internet communication]*. *Vestnik SPbGU. Seriya 16: Psikhologiya. Pedagogika [Bulletin of St. Petersburg State University. Series 16: Psychology. Pedagogy]*, 2013, no. 2, pp. 15—16. Available at: <http://cyberleninka.ru/article/n/problemnoe-ispolzovanie-interneta-v-kontekste-internet-kommunikatsii> (Accessed 28.10.2017).
4. Osin E.N. *Izmerenie pozitivnykh i negativnykh emotsii: razrabotka russkoyazychnogo analoga metodiki PANAS [Measurement of positive and negative emotions: development of a Russian-language analogue of the PANAS methodology]*. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki [Psychology. Journal of Higher School of Economics]*, 2012. Vol. 9 (4), pp. 91—110.
5. Sirota N.A., Moskovchenko D.V., Yaltonskii V.M., Kochetkov Ya.A., Yaltonskaya A.V. *Psikhodiagnostika emotsional'nykh skhem: rezul'taty aprobatsii russkoyazychnoi kratkoi versii shkaly emotsional'nykh skhem R. Likhii [Psikhodiagnostika emotsional'nykh skhem: rezul'taty aprobatsii russkoyazychnoy kratkoy versii shkaly emotsional'nykh skhem R. Likhii]. Obozrenie psikiatrii i meditsinskoj psikhologii imeni V.M. Bekhtereva [Review of psychiatry and medical psychology named after V.M. Bekhterev]*, 2016, no. 1, pp. 76—83.
6. Block J.J. *Issues for DSM-V: internet addiction*. *American Journal of Psychiatry*, 2008. Vol. 165 (3), pp. 306—307. doi:10.1176/appi.ajp.2007.07101556.

7. Caplan S.E. Preference for online social interaction: A theory of problematic Internet use and psychosocial well-being. *Communication Research*, 2003. Vol. 30, pp. 625—648. doi:10.1177/0093650203257842.
8. Doornwaard S.M., Moreno M.A., van den Eijnden R.J., Vanwesenbeeck I., Ter Bogt T.F. Young adolescents' sexual and romantic reference displays on Facebook. *Journal of Adolescent Health*, 2014. Vol. 55 (4), pp. 535—541. doi:10.1016/j.jadohealth.2014.04.002.
9. Echeburúa E., de Corral P. Addiction to new technologies and to online social networking in young people: A new challenge. *Adicciones*, 2010. Vol. 22 (2), pp. 91—95.
10. Elphinston R.A., Noller P. Time to face it! Facebook intrusion and the implications for romantic jealousy and relationship satisfaction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 2011. Vol. 14 (11), pp. 631—635. doi:10.1089/cyber.2010.0318
11. Garnefski N., Kraaij V., Spinhoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 2001. Vol. 30 (8), pp. 1311—1327. doi:10.1016/S0191-8869(00)00113-6
12. Griffiths M.D. Facebook addiction: concerns, criticism, and recommendations — a response to Andreassen and colleagues. *Psychological Reports*, 2012. Vol. 110 (2), pp. 518—527. doi:10.2466/01.07.18.PR0.110.2.518-520
13. Griffiths L.J., Parsons T.J., Hill A.J. Self-esteem and quality of life in obese children and adolescents: a systematic review. *International Journal of Pediatric Obesity*, 2010. Vol. 5 (4), pp. 282—304. doi:10.3109/17477160903473697
14. Koc M., Gulyagci S. Facebook addiction among Turkish college students: the role of psychological health, demographic, and usage characteristics. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 2013. Vol. 16 (4), pp. 279—284. doi:10.1089/cyber.2012.0249
15. Kross E., Verduyn P., Demiralp E., Park J., Lee D.S., Lin N., Shablack H., Jonides J., Ybarra O. Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PLoS One*, 2013. Vol. 14 (8). doi: 10.1371/journal.pone.0069841
16. Kuss D.J., Griffiths M.D. Online social networking and addiction--a review of the psychological literature. *International Society Doctors for the Environment*, 2011. Vol. 8 (9), pp. 3528—3552. doi: 10.3390/ijerph8093528
17. Kwiatkowska A., Ziolk E., Krysta K., Muc-Wierzgon M., Brodziak A., Krupka-Matuszczyk I., Przybylo J. Internet addiction and its social consequences. *European Neuropsychopharmacology*, 2007. Vol. 17 (4), pp. 559—560. doi:10.1016/S0924-977X(07)70869-6
18. La Barbera D., La Paglia F., Valsavoia R. Social network and addiction. *Studies in Health Technology*, 2009. Vol. 144, pp. 33—36.
19. Marino C., Vieno A., Altoè G., Spada M.M. Factorial validity of the Problematic Facebook Use Scale for adolescents and young adults. *Journal of Behavioral Addictions*, 2017. Vol. 6 (1), pp. 5—10. doi: 10.1556/2006.6.2017.004
20. Mehdizadeh S. Self-presentation 2.0: narcissism and self-esteem on Facebook. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 2010. Vol. 13 (4), pp. 357—364. doi: 10.1089/cyber.2009.0257
21. Murali V., George S. Lost online: an overview of internet addiction. *Advances in Psychiatric Treatment*, 2007. Vol. 13 (1), pp. 24—30. doi:10.1192/apt.bp.106.002907

22. Ryan T., Chester A., Reece J., Xenos S. The uses and abuses of Facebook: A review of Facebook addiction. *Journal of Behavioral Addictions*, 2014. Vol. 3 (3), pp. 133—148. doi:10.1556/JBA.3.2014.016
23. Ryan T., Reece J., Chester A., Xenos S. Who gets hooked on Facebook? An exploratory typology of problematic Facebook users. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 2016. Vol. 10 (3), pp. 1—25. doi:10.5817/CP2016-3-4
24. Satici S.A., Uysal R. Well-being and problematic Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 2015. Vol. 49, pp. 185—190. doi:10.1016/j.chb.2015.03
25. Shapira N.A., Lessig M.C., Goldsmith T.D., Szabo S.T., Lazoritz M., Gold M.S., Stein D.J. Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and anxiety*, 2003. Vol. 17 (4), pp. 207—216. doi:10.1002/da.10094
26. Young K.S. Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behavior*, 1998. Vol. 1 (3), pp. 237—244. doi:10.1089/cpb.1998.1.237
27. Zizi P. The Self Online: The Utility of Personal Home Pages. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 2002. Vol. 46 (3), pp. 346—368, doi: 10.1207/s15506878jobem4603\_3