

Юрченко Н.И.

Обзор статьи Pugno M.

«Does social media harm young people's well-being?
A suggestion from economic research»

Yurchenko N.I.

Review of the Pugno's article

“Does social media harm young people's well-being?
A suggestion from economic research”

*Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований
(Психологический институт), Москва, Россия*

Представлен обзор статьи профессора экономики Университета Кассино (Италия) Маурицио Пюньо «Does social media harm young people's well-being? A suggestion from economic research» («Вредят ли социальные сети благополучию молодых людей? Предложение из экономических исследований»).

Многие образовательные учреждения и эксперты обеспокоены тем, что использование социальных сетей представляет опасность для психического здоровья молодежи и оказывает негативное влияние на их удовлетворенность жизнью. Однако существующие обзоры по этой теме, по мнению Маурицио Пюньо, не дают однозначных ответов, поскольку не решают проблему установления причинно-следственных связей и различий в характере использования соцсетей.

В статье рассматриваются эмпирические исследования, которые более строго анализируют причинные связи и где использованы большие выборки и объективные данные, собранные на протяжении длительного времени. При этом проблема гетерогенности (различий в использовании соцсетей) остается неучтенной. Представленные исследования применяют метод «естественного эксперимента», позволяющий изучить доступность социальных медиа в разных регионах.

На основе данных из США, Великобритании, Германии, Италии и Испании автор делает вывод, что в целом использование социальных медиа негативно сказывается на благополучии и психическом здоровье молодежи.

Статья также предлагает новую теоретическую интерпретацию: вредность социальных медиа заключается в том, что они вытесняют полезные виды деятельности, направленные на достижение долгосрочных и общественно полезных целей. Это делает молодых людей более уязвимыми к зависимости от социальных медиа.

В результате исследования Пюньо подчеркивает необходимость интеграции различных методов и дисциплин для более глубокого изучения этой сложной и актуальной проблемы.

Ключевые слова: социальные сети, интернет, благополучие, причинно-следственная связь, зависимость, естественный эксперимент

Для цитирования: Юрченко, Н.И. Обзор статьи Pugno M. «Does social media harm young people's well-being? A suggestion from economic research» // Новые психологические исследования. 2025. № 2. С. 287–302. DOI: 10.51217/npsyresearch_2025_05_02_13

Введение

Представлен обзор статьи профессора экономики Университета Кассино (Италия) Маурицио Пюньо «Does social media harm young people's well-being? A suggestion from economic research» (перевод с английского: «Вредят ли социальные сети благополучию молодых людей? Предложение из экономических исследований»).

Социальные сети стали универсальным инструментом. Их можно использовать как телевизор – для развлечения, как газету – для получения информации, как телефон – для связи или обмена данными. Социальные сети обеспечивают быструю и широкую передачу данных, где применяются современные технологии, например, высокоскоростные гаджеты или искусственный интеллект. Поэтому неудивительно, что социальные сети добились огромного успеха, и миллиарды людей по всему миру быстро оценили их и научились ими пользоваться.

Благодаря универсальности социальных сетей люди были вынуждены изменить не только типы своей повседневной деятельности, но и способы ее организации, а иногда и сами цели. Это новшество, как и другие технологические достижения – телевидение, пресса, телефон, – должно было повлиять на благополучие людей.

Однако спустя около 20 лет популярности социальных сетей, можем ли мы с уверенностью сказать, что они улучшили жизнь людей?

В данной статье поднимается актуальная и широко обсуждаемая проблема: как использование социальных сетей влияет на благополучие (удовлетворенность жизнью) и психическое здоровье молодежи.

Несмотря на обилие исследований в смежных дисциплинах (психология, социология, информатика), автор отмечает, что убедительных и однозначных выводов до сих пор нет. Причиной этому являются методологические трудности – в частности, проблемы

с установлением причинно-следственных связей, ненадежные показатели использования соцсетей и высокая индивидуальная гетерогенность пользователей.

Цель статьи – восполнить этот пробел, опираясь на серию экономических исследований, применяющих инновационный метод «естественного эксперимента». Этот метод позволяет изучить влияние соцсетей, анализируя разный по времени доступ к интернету и платформам в различных регионах, что способствует более надежной идентификации причинных связей и исключению искажений самоотчетов.

Основной вывод этих исследований, охватывающих США, Великобританию, Германию, Италию и Испанию, заключается в следующем: социальные сети в целом наносят вред благополучию молодежи, особенно девочек.

Пюньо интерпретирует данный вывод таким образом: вред возникает из-за вытеснения полезных видов деятельности (например, учебы и живого общения) занятиями, ориентированными на немедленное удовольствие. Это поведенческое смещение может перерасти во вредную зависимость.

При этом подчеркивается, что вытеснение связано не только со временем, но и с целями. Ведь социальные сети создаются и организуются крупными технологическими компаниями таким образом, чтобы привлекать пользователей к мгновенному взаимодействию, следуя принципу максимизации текущего трафика на цифровых платформах. В результате пользователи отказываются от деятельности, направленной на достижение будущих и просоциальных целей. Обсуждение потенциальной зависимости поможет объяснить как устойчивость этого замещения, так и его вредные, а, возможно, и самоподкрепляющиеся механизмы.

Некоторые исследователи, как говорится в статье, отмечают, что резкое увеличение использования социальных сетей идет рука об руку с ростом различных заболеваний и даже самоубийств среди молодежи.

Проблема вредной зависимости представляет собой вызов для экономической науки, поскольку демонстрирует, что люди могут сознательно выбирать вредное поведение. Экономисты объясняют это тем, что люди склонны выбирать настоящее («быть здесь и сейчас»), даже если они осознают последствия своего выбора для будущего.

Таким образом, статья вносит вклад, как в эмпирическое обоснование, так и в развитие теоретической базы обсуждаемой проблемы, подчеркивая необходимость междисциплинарного подхода и дальнейших исследований.

Проблема каузальности в связи между социальными медиа и благополучием

Исследования и обзоры, посвященные влиянию социальных медиа на благополучие, часто приходят к выводу, что их результаты не доказывают причинно-следственную связь. Указывается на необходимость устранения этого недостатка в будущих работах. Один из подходов к выявлению каузальности – использование лонгитюдных полевых данных, поскольку причины обычно предшествуют последствиям. Однако этот метод остается корреляционным, и на результаты могут влиять неучтенные факторы.

Лабораторные эксперименты – еще один шаг в сторону установления причинности, но они имеют серьезные ограничения: невозможность точно воспроизвести реальные социальные явления, небольшие выборки и ориентация на краткосрочные эффекты.

В связи с этим особую ценность представляет метод «естественных экспериментов» (the ‘natural experiments’ method). Он сочетает элементы лабораторного подхода с возможностью анализа реальных социальных процессов. Преимуществами метода являются использование репрезентативных выборок и возможность изучения долгосрочных последствий. Однако у метода есть ключевое ограничение – невозможность манипулировать инструментальной переменной, что снижает степень обобщения выводов.

В частности, в экономике для изучения причинной связи между использованием социальных медиа и уровнем благополучия применяют метод естественного эксперимента. Он основан на сравнении двух групп населения: одна имеет доступ к социальным медиа, а другая – нет, при этом группы максимально схожи по другим параметрам. В качестве инструментальной переменной выступает наличие технологической инфраструктуры, обеспечивающей доступ к соцсетям. Она влияет на вероятность их использования, но не зависит напрямую от благополучия, что позволяет исключить обратную причинность.

Дополнительным преимуществом этого метода является использование объективной инструментальной переменной, что позволяет избежать искажения данных, характерного для самоотчетов об использовании соцсетей. Кроме того, необходимость охвата различных регионов и временных промежутков способствует использованию крупных выборок и изучению отсроченных эффектов.

Главный недостаток метода – невозможность контролировать форму и способ использования социальных медиа. Например, нельзя

различить тех, кто использует соцсети для организации встреч, и тех, кто просто просматривает ленту. Это ограничивает возможности анализа мотивации и психологических характеристик пользователей, что важно для разработки индивидуальных мер вмешательства при проблемном использовании. Однако это ограничение менее критично, если цель – оценка общественных издержек и выгод, что характерно для экономических исследований. Поэтому использование метода естественных экспериментов в рамках экономического подхода выглядит обоснованным.

Современные экономические исследования об отрицательном влиянии социальных сетей на благополучие

В данном разделе рассматривается, как новейшие экономические исследования, сосредоточенные на вопросе причинно-следственной связи, находят отрицательное, значимое и существенное влияние использования социальных сетей на психическое здоровье и общее благополучие, особенно среди молодежи и в частности девушек.

Ранние исследования основывались на корреляциях и выборках малого объема, что не позволяло установить достоверную причинно-следственную связь.

В последнее время в экономике для решения этой проблемы активно применяются естественные эксперименты, которые используют внешние события или технологические изменения как инструменты для выявления эффекта социальных сетей. Однако существующие внеэкономические обзоры упускают экономические исследования и, следовательно, также вклад этого метода. Поэтому обзор, который представляет экономические исследования, использующие метод «естественных экспериментов», возможно, объединяя их с исследованиями, обращающими внимание на причинность, заполнил бы этот пробел.

Автор статьи представляет основные результаты пяти ключевых экономических исследований. Три из них опубликованы в ведущих экономических журналах, получивших сотни цитирований, а две другие – в ведущих рабочих материалах по экономике.

Результаты исследований каждой страны являются подтверждением результатов других стран (а именно: Соединенных Штатов, Великобритании, Западной Германии, Италии и Испании). Одинаковые результаты разных стран демонстрируют надежность исследования, хотя их обобщение для менее развитых стран требует особой осторожности.

Рассмотрим пять представленных исследований.

1. США (Брагъери и др.)

Инструментальная переменная: поэтапное внедрение Facebook в 775 колледжах США в 2000-х гг.

Выборка: 360000 студентов дневной формы обучения.

Материалы: 17 последовательных волн опроса на протяжении 2-х лет, собирающих данные о психическом и физическом здоровье студентов, а также демографические данные, данные об употреблении алкоголя и наркотиков и связанных с ними формах поведения.

Индикаторы благополучия: индексы психического здоровья, включающие самоотчеты о симптомах депрессии таких, как чувство безнадежности, перегрузки, усталости или затяжной грусти, к тому же серьезные размышления о совершении или попытке самоубийства, а также вопросы, связанные с анорексией, тревожным расстройством, булимией и сезонным аффективным расстройством.

Результаты: Facebook оказал отрицательное и значительное влияние на психическое здоровье. По силе негативный эффект Facebook сравним с 22% того, как сильно на психику влияет потеря работы. Особенно пострадали женщины.

2. Великобритания (МакДул и др.)

Инструментальная переменная: поэтапное внедрение фиксированного широкополосного интернета (BroadBand, BB) в 30000 локальных районах страны (2012–2017 гг.).

Выборка: 6300 детей в возрасте 10–15 лет.

Материалы: 5 последовательных волн опроса (2016–2018 гг.)

Индикаторы благополучия: удовлетворенность жизнью, учебой, посещением школы, семьей, друзьями и внешностью.

Результаты: доступ к BB оказывал отрицательное и статистически значимое влияние на благополучие. Наиболее сильный эффект наблюдался в отношении восприятия детьми своей внешности: при увеличении доступности BB на 1% средний балл по этому критерию снижался примерно на 0,6%. Снижение удовлетворенности жизнью оказалось значимым у детей в возрасте 13–15 лет и у тех, кто живет в городских районах. Наибольший ущерб наблюдался у девочек.

3. Западная Германия (Голлин)

Инструментальная переменная: поэтапное внедрение фиксированного широкополосного интернета (BroadBand, BB) в 401 районе страны (2008–2012 гг.).

Выборка: 25000 человек в возрасте 17–59 лет.

Материалы: 3 волны опроса (2008, 2010 и 2012 гг.)

Индикаторы благополучия: различные аспекты здоровья, сгруппированные в два индекса – физическое и психическое здоровье. Изучаемые аспекты психического здоровья включали жизненную активность, социальное поведение, реакции на эмоциональные проблемы и настроение.

Результаты: доступ к интернету через ВВ снижает психическое здоровье женщин, особенно в возрасте 17–30 лет, но не оказывает такого же воздействия на мужчин. У женщин из этой возрастной группы, имеющих доступ к ВВ, психическое здоровье ухудшается примерно на 1,4 стандартных отклонения, при этом наиболее страдают эмоциональное состояние и социальное поведение.

4. Италия (Донатти и др.)

Инструментальные переменные: внедрение фиксированного широкополосного интернета (BroadBand, ВВ) и мобильная технология 3G, примененные в 8100 муниципалитетах страны (2005–2011 гг.).

Выборка: свыше 63000 человек в возрасте от 6 до 27 лет, которые были госпитализированы в период с 2001 по 2013 год и выписаны с диагнозами депрессии или тревожного расстройства, наркозависимости, расстройства пищевого поведения, расстройства личности или нарушения сна.

Материалы: демографические данные на уровне муниципалитетов за период с 2002 по 2013 год, предоставленные Национальным институтом статистики Италии.

Индикаторы благополучия: диагнозы психических расстройств (2001–2013 гг.) по больничным выпискам.

Результаты: доступ к интернету увеличивает частоту диагнозов среди молодежи (6–16 лет в 2001 г.): депрессия, тревожность, наркозависимость, расстройства личности. У девочек также ярко выражены расстройство пищевого поведения и нарушение сна.

5. Испания (Аренас-Арройо и др.)

Инструментальные переменные: внедрение оптоволоконной технологии в 50 провинциях страны (2007–2019 гг.).

Выборка: подростки в возрасте 15–19 лет.

Индикаторы благополучия: диагнозы психических расстройств (расстройства питания, тревожные расстройства, СДВГ, расстройства настроения, расстройства личности, шизофрения, злоупотребление алкоголем и наркотиками, членовредительство и попытки самоубийства).

Результаты: значительное ухудшение психического здоровья, в частности увеличение числа тревожных расстройств, расстройств

настроения, злоупотребления наркотиками, членовредительства и попыток самоубийства. Увеличение доступа к оптоволокну приводит к росту случаев психических расстройств на 25%. Эти эффекты в основном наблюдаются у девочек.

Все рассмотренные экономические исследования используют качественные квазиэкспериментальные методы (естественные эксперименты) и независимо друг от друга приходят к одному выводу: использование социальных сетей существенно и отрицательно влияет на психическое благополучие молодежи, особенно девушек.

Предложенная интерпретация

Новая интерпретация негативного влияния социальных сетей на благополучие и психическое здоровье молодежи представлена в этой части статьи. Автор утверждает, что описываемое влияние не является прямолинейным, а осуществляется через сложную причинно-следственную цепочку, включающую множество механизмов и факторов.

Пюньо предлагает теоретическую модель, которая объединяет два аспекта:

1. Сторона предложения – платформы, разработанные технологическими компаниями, стремящимися максимизировать трафик и прибыль от рекламы.

2. Сторона спроса – пользователи, особенно дети и молодежь, чья восприимчивость и уровень зрелости делают их особенно уязвимыми.

Платформы имеют следующие ключевые особенности:

1. Низкая стоимость использования – доступность соцсетей особенно важна для молодежи, не имеющей дохода.

2. Функциональный дизайн – направлен на удержание внимания через уведомления, изображения и ленты новостей.

3. Гибкость применения – соцсети используются для развлечений, общения, самопрезентации и получения информации.

4. Легкость установления контактов способствует социальному сравнению и давлению.

Однако важно обратить внимание на особенности молодежи:

1. Недостаток зрелости в эмоциональной регуляции.

2. Склонность к социальному влиянию.

3. Высокая чувствительность к одобрению окружающих.

В этой связи возникает следующая причинно-следственная цепочка: низкая стоимость использования соцсетей и психологическая

незрелость пользователей (особенно детей и молодежи) приводит к интенсивному использованию соцсетей, что в свою очередь становится причиной гедонистического стремления к немедленному удовольствию.

В результате снижается интерес к долгосрочным целям таким, как образование и развитие навыков. Соцсети вытесняют деятельность, развивающую способности и личностный рост. Постепенно исчезает стремление к будущему – способности не развиваются, цели становятся размытыми. Социальное сравнение себя с другими и завышенные ожидания от себя вызывают хроническое недовольство. Это снижает устойчивость и может привести к ухудшению психического здоровья. Возникает порочный круг: соцсети становятся формой самотерапии, обещая кратковременное удовольствие, однако у пользователей возникает вредная зависимость, при которой соцсети вытесняют полезную деятельность.

Автор подчеркивает, что соцсети – это особый тип зависимости. Они не всегда вредны сами по себе, но становятся таковыми, когда замещают развивающую и целеустремленную активность. У взрослых есть опыт и самоконтроль, чтобы противостоять зависимости, у молодежи – нет. Повторяющееся потребление удовольствия формирует предпочтения настоящего и подрывает развитие будущих способностей. Это особенно опасно с точки зрения поведенческой экономики, где зависимость может нарушать рациональные выборы.

Автор ссылается на нобелевских лауреатов в экономике (Сен, Беккер, Стиглиц, Хекман, Канеман), подчеркивая, что проблема зависимости и снижения благополучия молодежи имеет глубокие экономические и поведенческие корни.

Экономические исследования о вытеснении полезной активности социальными сетями

В рамках предлагаемой интерпретации негативного воздействия социальных сетей на благополучие молодежи ключевым механизмом признается вытеснение полезной активности – прежде всего, деятельности, направленной на будущее и социальное участие, – действиями, ориентированными на настоящее и индивидуальное удовлетворение. Хотя анализ временных затрат представляет интерес, он недостаточен. Качественные характеристики вытесненной деятельности важнее, но значительно труднее поддаются эмпирическому измерению.

Образование – основная деятельность, ориентированная на будущее. Исследования подтверждают, что доступ к соцсетям и интернету снижает академическую вовлеченность:

1. У студентов колледжей в США использование Facebook отрицательно связано с академической успеваемостью из-за ухудшенного психического здоровья (Брагьери и др.).

2. У немецких школьников (10–15 лет) широкополосный интернет снижает показатели удовлетворенности учебной и посещаемости школы (МакДул и др.).

Ряд работ показывает, что интернет замещает участие молодежи в общественно-значимой деятельности:

1. В Великобритании по мере внедрения фиксированного широкополосного интернета уменьшается участие в скаутских организациях, политических партиях и волонтерских объединениях (Джерачи и др.).

2. В Италии с использованием модели двухшаговых наименьших квадратов обнаружено, что соцсети понижают уровень доверия к незнакомцам, соседям и полиции (на основе данных 24000 домохозяйств) (Сабатини и Саррачино).

3. Сабатини и Саррачино также фиксируют, что, несмотря на положительное влияние на личные встречи, негативный эффект, оказываемый на доверие, этим не компенсируется.

4. Использование смартфонов негативно влияет на качество общения, даже при увеличении его продолжительности (Ротонди и др.).

Также отрицательно воздействует Интернет на участие в действиях, способствующих благополучию:

1. Дети стали меньше заниматься спортом, реже посещают кружки, молодежные клубы, волонтерские инициативы, художественные и музыкальные занятия (МакДул и др.).

2. Интернет ухудшает навыки социализации у женщин (Голин).

3. Интернет уменьшает желание проводить время с другими людьми (Аренас-Арройо и др.).

Социальные сети усиливают сравнение и формируют нереалистичные материальные ожидания, что снижает субъективное благополучие:

1. Использование интернета повышает материальные притязания – минимальный необходимый доход, определяемый пользователями, растет, но связан с меньшей удовлетворенностью жизнью (Ломани).

2. Студенты из социально неблагополучных групп особенно уязвимы: у них негативный эффект соцсетей выше (Брагьери и др.).

Пользователи не адаптируются, а наоборот – еще более углубленно вовлекаются в сравнение и конкуренцию.

В исследовании Бурштын и др. экспериментально показано, что TikTok оказывает негативное влияние, поскольку создает межпользовательское давление. Пользователи предпочли бы, чтобы платформа не существовала, но продолжают ею пользоваться, как из-за страха упустить что-то важное (fear of missing out – FOMO), так и в силу социальной зависимости.

Автор статьи подчеркивает важность разграничения эффектов соцсетей для разных возрастных групп. Для взрослых доступ к интернету может быть положительным фактором. Использование естественного эксперимента в исследовании Джонсон и Персико показало, что доступ к высокоскоростному интернету повышает шансы трудоустройства и улучшает благополучие взрослых.

Анализ современных экономических исследований поддерживает гипотезу о том, что вред социальных сетей для молодежи связан не столько с продолжительностью времени их использования, сколько с тем, какую деятельность они вытесняют. Эти замены включают снижение вовлеченности в образование, социальные институты и развитие навыков, а также рост социальной конкуренции, тревожности и недовольства. Таким образом, влияние соцсетей зависит от социального контекста и возраста пользователей. Несмотря на наличие положительных аспектов (например, улучшение общения), доминируют негативные долгосрочные последствия, особенно у детей и молодежи.

Экономические исследования зависимости от социальных сетей

Хотя вопрос о признании интернет-зависимости в качестве отдельного психопатологического расстройства долго оставался спорным, Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) в 2018 году признала, но только игровое расстройство (digital gaming disorder) официальным диагнозом. Однако поведение пользователей в социальных сетях демонстрирует черты, характерные для зависимости, что вызывает интерес у экономистов, особенно в контексте поведенческой экономики.

Согласно экономическим исследованиям, использование социальных сетей характеризуется двумя признаками зависимости:

1. **Формирование привычки (habit formation):** текущее использование усиливает желание использовать соцсети в будущем; при ограничении возникает эффект «снятия» или дискомфорта.

2. Проблемы самоконтроля: люди используют соцсети больше, чем они бы сами себе рекомендовали, а затем в результате испытывают сожаление.

Эти эффекты были выявлены с помощью рандомизированных контролируемых экспериментов с участием больших выборок (сотни и тысячи пользователей).

Проведенные экспериментальные исследования дали следующие результаты:

1. Эксперимент примерно с 2000 участников (Олкотт и др.). Использование соцсетей ограничивалось на 3 недели. Пользователи, прошедшие ограничение: а) продолжили сниженное использование и спустя 6 недель; б) были готовы платить за продолжение ограничений, что указывает на проблемы самоконтроля; в) предсказывали свою зависимость и трудности, но занижали их масштабы.

2. Исследование с большей выборкой и более длительным периодом ограничений (Олкотт и др.). Установлены: а) улучшения в субъективном благополучии (повышение счастья и удовлетворенности жизнью, снижение тревожности и депрессии); б) подтверждение гипотез о зависимости и самоконтроле.

3. Москера и др. и Хунг подтвердили наличие эффектов привыкания и самоконтроля при использовании соцсетей.

4. При попытках сократить использование интернета респонденты сообщают о повышенной тревожности (Аренас-Арройо и др.).

5. Продолжительное использование соцсетей: а) ухудшает психическое здоровье; б) увеличивает (хотя и незначимо) использование антидепрессантов и обращений за помощью по поводу депрессии (Брагьери и др., МакДул и др.).

Важный вывод состоит в том, что негативное воздействие соцсетей зависит от исходного психоэмоционального и семейного фона:

1. Рост обращений к медицинским службам значим у студентов с изначально повышенным риском психических расстройств (Брагьери и др.).

2. Особенно уязвимы девочки, испытывающие конфликты с отцами, что демонстрирует роль семейного контекста (Аренас-Арройо и др.).

Экономические исследования показывают, что использование социальных сетей может обладать признаками поведенческой зависимости, особенно в форме:

- а) формирования устойчивой привычки;
- б) проблем с саморегуляцией.

Хотя такие черты зависимости, как тяга (craving) и толерантность (tolerance) еще недостаточно изучены, уже установленные механизмы вызывают беспокойство, особенно относительно уязвимых групп пользователей.

Уникальность этой зависимости в том, что она не универсальна, а в значительной степени определяется психологическим и социальным фоном пользователя. Однако, как подчеркивают авторы, эти результаты пока носят предварительный характер и требуют дальнейших исследований.

Заключение

В заключительном разделе статьи подводятся итоги анализа современного экономического подхода к изучению влияния социальных сетей на благополучие молодежи. На основе серии экономических исследований, отобранных с применением новой исследовательской стратегии, делается вывод о существенном и устойчивом негативном влиянии использования социальных сетей на психическое и общее благополучие молодых людей. Эти выводы становятся особенно актуальными в свете усиливающихся тревог в образовательных кругах и среди специалистов по молодежному здоровью.

Ключевая методологическая новизна состоит в использовании «естественных экспериментов», то есть анализе последствий внедрения технологий, необходимых для доступа к социальным сетям (например, широкополосного интернета), как внешнего и неконтролируемого изменения условий.

Такой подход обладает рядом преимуществ:

- а) позволяет выявлять причинно-следственные связи, а не просто корреляции;
- б) избегает искажений, связанных с субъективной самооценкой пользователей;
- в) обеспечивает доступ к крупным и репрезентативным выборкам, а также к долгосрочным эффектам.

Тем не менее, одним из недостатков подхода является слабое отражение разнообразия моделей и интенсивности использования соцсетей отдельными индивидами.

Статья предлагает теоретическую интерпретацию обнаруженных эмпирических результатов, сосредотачиваясь на двух основных механизмах:

1. Вытеснение полезной активности – социальные сети отвлекают внимание пользователей от деятельности, направленной на будущее (например, образование, волонтерство, формирование навыков), концентрируя внимание на немедленном потреблении контента.

2. Формирование зависимости – хроническое стремление к мгновенному удовольствию и отказ от долгосрочных целей ведут к вредной зависимости, особенно среди молодых людей с еще не сформированной системой саморегуляции.

Маурицио Пьюньо подчеркивает, что платформенные компании руководствуются не стремлением к повышению благополучия пользователей, а максимизацией прибыли, используя поведенческие уязвимости, включая склонность людей к настоящему (*present bias*). Усиление монополий и слабое развитие пользовательской цифровой грамотности создают рыночный дисбаланс, в результате которого общее благополучие скорее снижается, чем увеличивается.

Хотя статья не предлагает конкретных политических решений, обозначены два направления воздействия:

1. С точки зрения предложения – восстановление конкуренции в сфере цифровых платформ с целью удовлетворения разнообразных пользовательских потребностей.

2. С точки зрения спроса – усиление образовательных инициатив, направленных на повышение цифровой осведомленности, развитие критического мышления и акцент на будущеориентированных и просоциальных целях. Особенно важно ограничение доступа к соцсетям для детей и подростков, что уже доказало свою эффективность в отдельных случаях.

Автор признает, что проведенный анализ не охватывает всего спектра механизмов воздействия соцсетей на благополучие. В рамках экономики внимание сосредоточено на макроэффектах: от повышения шансов на трудоустройство до издержек, связанных с лечением психических расстройств и потерей человеческого капитала. Для более глубокого понимания индивидуальных различий в реакции на соцсети (что именно, как и зачем используется) необходимы другие методологические подходы, выходящие за пределы «естественных экспериментов».

В то же время подчеркивается важность междисциплинарных исследований, способных объединить экономический, поведенческий, социологический и психологический анализы для более полного ответа на вопрос о влиянии социальных сетей на человека.

Благодарность

Статья выполнена в рамках госзадания, FNRE-2024-0016 «Психологические эффекты цифровизации образовательной среды: возможности когнитивного и личностного развития и риски социализации».

Литература

Pugno, M. Does social media harm young people's well-being? A suggestion from economic research // *Academia Mental Health and Well-Being*. 2025. No. 2. DOI: <https://doi.org/10.20935/MHealthWellB7581>

Сведения об авторах

Наталья И. Юрченко, магистр психологии, Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований (Психологический институт), Москва, Россия; 125009, Россия, Москва, ул. Моховая, д. 9, стр. 4; yurchenko_natalya@icloud.com

Yurchenko N.I.

Review of the Pugno's article

“Does social media harm young people's well-being?
A suggestion from economic research”

*Federal Scientific Center for Psychological and Interdisciplinary Research
(Psychological Institute), Moscow, Russia*

This article provides a review of the article by Maurizio Pugno, professor of economics at the University of Cassino (Italy), “Does social media harm young people's well-being? A suggestion from economic research.”

Many educational institutions and experts are concerned that the use of social networks poses a danger to the mental health of young people and has a negative impact on their life satisfaction. However, according to Maurizio Pugno, existing reviews on this topic do not provide clear answers, since they do not solve the problem of establishing cause-and-effect relationships and differences in the nature of social network use.

The article examines empirical studies that more rigorously analyze causality and use large samples and objective data collected over a long period of time. At the same time, the problem of heterogeneity (differences in the use of social networks) remains unaccounted for. The presented studies use the “natural experiment” method, which allows us to study the availability of social media in different regions. Based on data from the US, UK, Germany, Italy and Spain, the author concludes that social media use has a negative overall impact on the well-being and mental health of young people.

The article also offers a new theoretical interpretation: the harmfulness of social media is that it displaces useful activities aimed at achieving long-term and

socially useful goals. This makes young people more vulnerable to social media addiction.

As a result of the study, Pugno emphasizes the need to integrate different methods and disciplines to study this complex and pressing issue in greater depth.

Key words: social media, internet, well-being, causality, addiction, natural experiment

For citation: Yurchenko, N.I. (2025). Review of the Pugno's article "Does social media harm young people's well-being? A suggestion from economic research". *New Psychological Research*, No. 2, 287–302. DOI: 10.51217/npsyresearch_2025_05_02_13

Acknowledgment

The article was prepared within a state task, project FNRE-2024-0016 "Psychological effects of digitalization of the educational environment: opportunities for cognitive and personal development and socialization risks".

References

Pugno, M. (2025). Does social media harm young people's well-being? A suggestion from economic research. *Academia Mental Health and Well-Being*, 2. DOI: <https://doi.org/10.20935/MHealthWellB7581>

Information about the author

Natalya I. Yurchenko, Master of Psychology, Federal Scientific Center for Psychological and Interdisciplinary Research (Psychological Institute), Moscow, Russia; bld. 9–4, Mokhovaya str., Moscow, Russia, 125009; yurchenko_natalya@icloud.com