

Хузеева Г.Р.

Особенности цифровой повседневности и
проявления фаббинга у молодежи

Khuzeeva G.R.

Features of digital everyday life and
manifestations of phubbing among young people

Российский государственный гуманитарный университет, Москва, Россия

В статье рассматриваются особенности цифровой повседневности девушек 17–21 года. Пространственно-ситуационные и временные характеристики использования смартфона в повседневной жизни разнообразны. Одним из феноменов современной коммуникации является отвлечение на гаджет в процессе коммуникации, именуемое фаббинг. Проявления фаббинга можно рассматривать, с одной стороны, как одну из проблемных форм использования гаджета, вызванную зависимостью от смартфона, с другой стороны, как форму приемлемой повседневности в условиях смешанной реальности, которая становится нормой общения. Обнаружено, что в социальном пространстве проявление фаббинга подчиняется определенным нормам, обусловленным особенностями восприятия ситуации коммуникации и собеседника. Новые социальные контексты, порожденные виртуальным пространством, способствуют быстрой трансформации норм коммуникации, определяющих пространственно-временные параметры общения. Отвлечение на телефон встраивается в ткань общения как инструмент передачи вербальной и невербальной информации, как инструмент социальной перцепции и инструмент, характеризующий характер взаимодействия с людьми с учетом социального контекста. Результаты эмпирического исследования демонстрируют выраженную зависимость от смартфона и низкий уровень самоконтроля в его пространстве. Обнаружена связь проявления фаббинга с зависимостью от телефона и навыком самоконтроля в повседневной практике использования смартфона. Проявление фаббинга прямо коррелирует с зависимостью и обратно – с самоконтролем в пространстве использования смартфона. Выраженность использования телефона с целью общения связана с ценностью самоконтроля в структуре идентичности. Обнаружены связи некоторых особенностей идентичности, ценностной сферы и цифровой повседневности у девушек 17–21 года.

Ключевые слова: цифровая повседневность, фаббинг, зависимость от гаджета, самоконтроль, особенности идентичности

Для цитирования: Хузеева, Г.Р. Особенности цифровой повседневности и проявления фаббинга у молодежи // Новые психологические исследования. 2024. № 1. С. 127–142. DOI: 10.51217/npsyresearch_2024_04_01_06

Введение: постановка проблемы

Для понимания изменений, происходящих с личностью человека в транзитивном обществе наших дней, необходимо обратиться к анализу меняющихся социальных контекстов. Одной из таких переменных является зависимость современного человека от гаджетов, в частности, от смартфона. Нынешние гаджеты обладают широким спектром функций и могут рассматриваться в качестве внешнего инструмента, опосредующего поведение, общение и деятельность человека. Гаджет понимается как особое техническое приспособление, наделенное повышенной функциональностью и портативностью. Наиболее распространенными гаджетами являются карманный компьютер и смартфон с добавочными функциями. Смартфон повсеместно вошел в жизнь и его использование представляет собой одну из форм цифровой повседневности. Как любое культурное средство, инструмент, опосредующий поведение и деятельность человека, смартфон может оказывать конструктивное или деструктивное влияние на общение человека с другим человеком или группой людей. С одной стороны, смартфон предоставляет возможность общаться неограниченное количество времени, независимо от расстояния с собеседником, с другой стороны – может отвлекать человека во время общения с другими людьми. Т.Д. Марцинковская пишет, что трансформация различных сфер жизнедеятельности человека, связанная с цифровизацией, позволяет говорить о новой феноменологии цифровой повседневности (Марцинковская, 2023). Данное понятие широко используется во многих современных исследованиях, посвященных феномену смешанной реальности (Полева, 2022).

В пространстве цифровой повседневности возникают новые нормы и правила социального взаимодействия, которые принимаются большинством участников коммуникации. Одним из таких феноменов является фаббинг. Фаббинг – это новый феномен в непосредственной коммуникации двух и более участников, проявляющийся в пренебрежении собеседника к одному или нескольким ее участникам

путем отвлечения на гаджет. При этом выделяются различные роли. Фаббер – это человек, пренебрегающий непосредственным общением, предпочитая гаджет собеседнику, и имеющий трудности в коммуникации и «одержимость» телефоном. Фабби – человек, которого игнорируют в ходе общения, отвлекаясь на гаджет (Екимчик, Крюкова, 2022). «Фаббинг» подразумевает пренебрежение кем-то в процессе коммуникации, концентрацию на смартфоне и отвлечение от собеседника.

В современном социальном контексте «фаббинг» можно рассматривать как неотъемлемую часть коммуникации.

Смартфоны дают возможность общаться с отсутствующими людьми, играть в игры, смартфоны используются для развлечения и образования.

Наряду с положительным значением смартфонов в повседневности человека, обеспокоенность исследователей вызывает негативное воздействие на психическое и физическое здоровье, а также на качество социальных воздействий (Ivanova, Gorbaniuk, 2020). Так, в исследовании А. Иванова, О. Горбанюк (Ivanova, Gorbaniuk, 2020) показано, что зависимость от мобильного телефона и фаббинг положительно связаны с депрессией. При этом фаббинг рассматривается в качестве посредника во взаимосвязи между зависимостью от мобильного телефона и депрессией.

В исследовании В. Чотпитаясунонд, К.М. Доугла (Chotpitayasunondh, Douglas, 2016) отмечается, что все большее количество людей становятся проблемными пользователями смартфонов. Это следствие негативного влияния на качество общения между людьми, снижения уровня эмпатийных проявлений в ходе общения (Chotpitayasunondh, Douglas, 2016).

В исследовании было обнаружено, что интернет-зависимость, страх упустить что-то важное и самоконтроль вызваны зависимостью от смартфона. Авторами было установлено, что поведение фаббинга и опыт фабби предсказывает, в какой степени фаббинг воспринимался как нормативный. Выявлены различия в проявлениях фаббинга у мужчин и женщин. Частота фаббинга у женщин достоверно выше, чем у мужчин. В статье отмечается, что мужчины рассматривают смартфоны как устройства с инструментальными функциями, а женщины используют смартфоны как средство социального взаимодействия (Chotpitayasunondh, Douglas, 2016).

Таким образом, анализ современных работ показывает, что фаббинговое поведение, фабберы и фабби встречаются в современном

обществе довольно часто. Исследователи подчеркивают, что фаббинг является одним из проблемных проявлений использования смартфона, но при этом такое поведение стало нормативным.

Можно предположить, что проявления фаббинга в ходе общения определяются как особенностями участников (например, степенью зависимости от гаджета и проявлением самоконтроля в использовании гаджета), так и параметрами социального контекста (ситуация общения, возраст, социальные роли, характер межличностных отношений участников общения). Необходимо рассматривать явление фаббинга в ракурсе социального интеллекта, с позиции особенностей социальной перцепции и интеракции, фаббинг – это инструмент, средство коммуникации в рамках места и времени (хронотопа) отдельной коммуникации.

Эмпирическое исследование

Целью исследования является изучение особенностей цифровой повседневности, проявлений фаббинга у молодежи, а также связи характера проявления фаббинга и особенностей самосознания и самоконтроля.

Гипотеза исследования

Проявления фаббинга связано с зависимостью от гаджета и степенью самоконтроля использования гаджетов.

Существует связь проблемного использования гаджетов и особенностей самосознания и самоконтроля у девушек 17–21 года.

Выборка исследования

В исследовании приняли участие 76 человек в возрасте от 17 до 21 года. Методика проводилась в офлайн и онлайн формате, с использованием Googl Forms. Сбор фактических данных происходил с июня 2023 г. по сентябрь 2023 г.

Методы

Для изучения особенностей проявления фаббинга и использования смартфона был разработан авторский опросник, который включал 29 вопросов. За основу данной разработки был принят англоязычный опросник зависимости от смартфона «Smartphone Addiction Scale» (SAS) (Шейнов, 2020) и тест на определение Интернет-зависимости Кимберли Янга (Екимчик, Крюкова, 2022).

Данный опросник был направлен на выявление:

- Частоты использования гаджетов в повседневной жизни
- Цели использования гаджетов в повседневной жизни

- Характеристик предпочитаемого контента
- Особенности контроля использования телефона
- Активной-пассивной позиции (субъектная позиция в процессе использования гаджета или роль пассивного потребителя контента)
- Характера зависимости от гаджета
- Боязни пропустить что-то важное в телефоне
- Особенности проявления фаббинга в ходе коммуникации с друзьями, родителями, пожилыми людьми
- Оценки опыта фабби
- Особенности восприятия фаббинга.

Для изучения особенностей содержания самосознания и ценности самоконтроля, использовались методики:

Методики Куна МакПартленда «Кто я?» (Идентичность и социализация..., 2015);

Методика «Успешный человек» (лаборатория Т.Д. Марцинковской) (Идентичность и социализация..., 2015).

Для первичной обработки данных применялась программа Microsoft Excel. Для вторичной обработки данных – пакет прикладных программ статистической обработки данных SPSS Statistics, в частности – коэффициент корреляции Спирмена и непараметрический метод сравнительного статистического анализа с привлечением критерия Манна-Уитни.

Результаты и обсуждение

Первый этап исследования был направлен на изучение особенностей использования телефона и феноменологии проявления фаббинга в повседневной жизни девушек 17–21 года.

Рассмотрим полученные результаты.

В среднем девушки 17–21 года тратят на гаджеты 6,5 часов в день, при этом 80% выборки уделяет гаджетам 5 и более часов, 23% респондентов проводят время за гаджетами более 10 часов в день. То есть, время, проведенное в телефоне и другом гаджете, является частью повседневной жизни большинства молодых людей 17–21 года.

Изучение осознанного использования смартфона в повседневной жизни показало, что 40% респондентов отслеживают время, проведенное за телефоном, тогда как 60% респондентов отметили, что сознательно не контролируют, не отслеживают время, проведенное за гаджетом.

Изучение особенностей мотивации и целей использования гаджетов девушками 17–21 года показало, что респонденты в равной степени используют гаджеты с целью развлечения (55%) и отдыха (55% респондентов), работы и учебы (55%), общения (66%), познания (30%).

Отвечая на вопрос о предпочтениях в контенте, 30% респондентов ответили, что они просматривают новости в телефоне. При этом некоторые респонденты отметили, что целенаправленно не смотрят новости, так для них данный контент является причиной повышения тревоги. 25% респондентов интересует познавательный контент, к которому девушки относят научную литературу, основы программирования, книги, материалы для саморазвития, познавательные лекции. Развлекательный контент выделяют 47% респондентов, отмечая, что интерес представляют шутки, мемы, блоги, сериалы, анимэ, ресурсы YouTube и TikTok, 22% выделяют в качестве развлекательного контента компьютерные игры. Также 44% респондентов выделяют в качестве интересующего контента свое хобби, к которому относят сферу спорта, музыки, кулинарные рецепты, сферу красоты и здоровья.

Девушки различаются степенью активности – пассивности в пространстве использования гаджетов.

На вопрос «Как часто, исходя из собственных целей, Вы создаете новые продукты в пространстве Интернет (например, создание своего сайта, использование программ дизайна для оформления помещения, одежды и т.д.); по десятибалльной шкале 24% респондентов отметили свою активную позицию контент – мейкера – выше 5 баллов, 76% – ниже 5 баллов. На вопрос: «Как часто Вы являетесь пассивным потребителем Интернет контента (например, просмотр TikTok, новостей и т.д.)» – 70% выборки обозначили свою позицию выше 5 баллов, 30% – ниже 5 баллов. Таким образом, в выборке девушек 17–21 года преобладает низкий уровень субъектности, большинство выборки (70%) являются потребителями определенного цифрового контекста и занимают пассивную позицию в пространстве гаджета. Только 30% выборки проявляют субъектную позицию и используют гаджет как пространство собственной активности, самовыражения, самопознания и самореализации.

Особенности проявления фоббинга

Изучение характера отвлечения на телефон во время общения показало, что большинство респондентов считает приемлемым отвлекаться на гаджеты во время встреч и разговора. 70% респондентов

отмечают, что редко отвлекаются на телефон во время беседы, 30% часто просматривают телефон во время разговора с друзьями и родителями. Другой результат был получен при ответе на вопрос использования телефона во время разговора с пожилыми людьми. 90% респондентов отмечают, что не используют (или используют крайне редко) телефон во время разговора с пожилыми людьми. Только 10% показали, что иногда используют телефон во время разговора с пожилыми людьми. Можно предположить, как и в любом социальном пространстве, проявление фаббинга подчиняется определенным нормам, связанным с особенностями восприятия ситуации коммуникации и собеседника. В ситуации фаббинга как процесса коммуникации смартфон выполняет роль «виртуального собеседника», «включаясь» в процесс коммуникации.

На вопрос: «Обращаетесь ли вы к гаджету во время разговора с другими людьми, если тема разговора вам малоинтересна?», 40 % респондентов ответили, что очень редко, 60 % ответили, что часто и очень часто отвлекаются на телефон во время малоинтересного разговора.

Только 20% респондентов используют отвлечение на телефон во время встречи с другими людьми как способ выражения отношения к другому человеку (например, как способ выражения негативных эмоций). При этом 80% девушек ответили, что считают неприемлемым использовать отвлечение на телефон как инструмент трансляции отрицательных эмоций по отношению к другому человеку.

Было обнаружено, что 89% респондентов считают, что во время деловых встреч отсутствие телефона повышает качество и улучшает контакт в ходе общения с другими людьми.

Таким образом, отвлечение на телефон встраивается в ткань общения как инструмент передачи вербальной и невербальной информации, как инструмент социальной перцепции и инструмент, определяющий характер взаимодействия с людьми с учетом социального контекста (возраст, характер общения). При этом 89% респондентов отмечают, что во время деловых встреч отсутствие телефона повышает качество и улучшает контакт в ходе общения с другими людьми.

Несмотря на то, что явление «фаббинга» сформировалось достаточно недавно, данный процесс опосредуется быстро формирующимися нормами. Новые социальные контексты, связанные с виртуальным пространством, способствуют трансформации норм коммуникации, определяющих пространственно-временные параметры общения.

Можно говорить об устоявшейся норме того, что фаббинг рассматривается как приемлемая форма поведения в процессе общения. 85% респондентов отмечают, что гаджеты редко мешают общаться. Опыт фабби, когда человек сам является объектом проявления фаббинга со стороны другого человека, рассматривается не так однозначно. На вопрос: «Раздражает ли Вас, если в ходе разговора Ваш собеседник часто отвлекается на гаджет?», 42% девушек отмечают, что их редко раздражает опыт фабби, при этом 39% очень часто раздражает, если в разговоре собеседник отвлекается на гаджет. Налицо некоторое противоречие между восприятием опыта фаббинга и опыта фабби среди девушек 17–21 года.

Большинство девушек рассматривает «фаббинг» как приемлемую форму общения, однако многие соглашаются, что отсутствие фаббинга повышает качество коммуникации, и признают, что фаббинг является одной из форм проблемного использования смартфона.

Таким образом, фаббинг является прямым следствием проблемного использования смартфона, но данная форма поведения рассматривается как приемлемая, и его феномен встраивается в ткань повседневной коммуникации людей, формируя нормативные рамки проявления фаббинга (времени и контекста).

Особенности проявления самоконтроля и зависимости от смартфона.

Изучая место гаджетов в укладе повседневной жизни молодежи, можно отметить, что 47% девушек считают, что им крайне сложно остаться без смартфона или социальных сетей на несколько дней, 50% респондентов отмечают, что часто не могут оторваться от телефона во время приема пищи, 31% выборки регулярно, а 50% девушек часто держат в руках или обращаются к телефону во время ходьбы.

Результаты опроса показали, что телефон занимает значимое место в повседневной, обыденной жизни человека и сопровождает его повсеместно, включая процесс приема пищи, ходьбы, общения и ведение повседневных дел. Некоторые респонденты отмечают, что испытывают дискомфорт, когда телефона нет в руках. 70% респондентов регулярно или очень часто обращаются к телефону при звуковых оповещениях с телефона несмотря на беседу в это время с другим человеком.

При этом только в 53 % всех ответов отмечается частое обращение к телефону во время отдыха (пикник, день рождения, вечеринка, прогулка), 47% респондентов во время отдыха реже обращаются к телефону, что может свидетельствовать о том, что обращение к телефону часто используется как форма эскапизма, как способ отвлечения от

реальной жизни. Только 20% респондентов говорят об опасении пропустить что-нибудь важное в ленте новостей. У 55% выборки выражено стремление проводить время в гаджетах. 52% выборки обозначают, что часто беспричинно листают увиденное в сети, что говорит о некоторой форме полевого поведения в пространстве гаджета и низких параметрах самоконтроля. 17% респондентов пишут, что регулярно или очень часто замечали за собой постоянное переключение между вкладками и приложениями. 42% респондентов отмечают, что часто смартфон оказывается у них в руке после пробуждения, только 13% выделяют, что крайне редко берут в руки телефон после пробуждения.

Хронотоп (пространственно-временные параметры) использования гаджета носит размытый характер: более 50% отмечают высокую степень зависимости, не отслеживают время использования и контент, беспричинно листая предлагаемую информацию. 79% девушек отмечают, что не делают себе «детокс» (выходные) от гаджетов, только 13% иногда, а 8% часто устраивают дни без гаджетов. (Некоторые девушки отмечают, что хотели бы ввести такую практику.) Для 78% респондентов гаджет редко является источником стресса. Только для 13% регулярно, а для 9% девушек очень часто гаджет выступает источником стресса. Напротив, 92% респондентов считают, что гаджет является источником антистресса, источником отдыха. Лишь 8% написали, что редко телефон позволяет им отдыхать.

Многие респонденты демонстрируют выраженную зависимость от гаджета. При том что многие рассматривают зависимость от гаджета и проявления фоббинга как проблемную форму поведения, 92% респондентов считают, что смартфон в повседневной жизни выполняет релаксационную функцию, функцию антистресса. Большинство респондентов являются пассивными потребителями контента.

Второй этап исследования был направлен на определение особенностей самосознания и ценности самоконтроля и саморегуляции у девушек 17–21 года. Для решения данной задачи использовалась методика Куна МакПартленда «Кто я?» и методика «Успешный человек» (лаборатория Т.Д. Марцинковской) (Идентичность и социализация..., 2015).

В содержании идентичности у девушек преобладает личностная идентичность (70% всех определений), 30% характеристик относятся к описанию социальной идентичности.

У девушек преобладает положительное восприятие собственной идентичности. У 18% девушек встречаются такие амбивалентные характеристики, как «невнимательная», «язвительная», «тревожная», «капризная», «закрытая», «печальная», «ленивая», «не любознательная». В содержание идентичности девушек встречаются характеристики самоидентификации, связанные с цифровым пространством. Например, «активный пользователь сети», «умение работать с информацией», «критичность». 33% выборки определяют себя через такие качества саморегуляции и самоконтроля, как «ответственная», «целеустремленная», «организованная», «умею ставить и достигать цели», «усидчивая», «терпеливая», «формирующая себя личность», «постоянно развивающаяся личность», 50% выборки определяют себя через качества общительности и коммуникабельности.

В описании образа успешности 67% девушек отмечают важность саморегуляции и самоконтроля. Девушки подчеркивают значимость таких качеств успешности, как: «умение планировать», «ответственность», «гибкость», «стессоустойчивость», «прогнозирование», «регуляция себя», «многозадачность», «самозанятость», «самодисциплина», «целеустремленность». То есть, ценности самоконтроля и самоуправления играют важную роль в структуре ценностей у девушек 17–21 года. Большая роль в представлениях об успешности отводится навыкам коммуникации, открытости, умению ладить с другими людьми.

Таким образом, в содержании идентичности и ценностной сфере у девушек 17–21 года важная роль отводится навыкам самоконтроля, активной жизненной позиции и коммуникативным навыкам. При этом можно отметить, что имеется расхождение между реальным и идеальным образом идентичности. Если в описании реальной идентичности коммуникативные характеристики преобладают над характеристиками саморегуляции, самоконтроля и активной жизненной позицией, то в образе идеальной идентичности навыки самоконтроля, планирования и саморегуляции преобладают над навыками общения. Также наблюдается противоречие между значимостью саморегуляции в представлениях о реальной и идеальной идентичности и низкими показателями самоконтроля в сфере использования гаджетов.

Статистический анализ полученных данных

Ранговая корреляция Спирмена была рассчитана для оценки взаимосвязей между переменными. Были получены следующие результаты. Показатели времени в гаджете связаны прямой корреляцией с пассивной позицией потребителя контента (0,516, при $p < 0,01$): чем

больше времени проводит человек в гаджете, тем более выражено у него желание проводить время в телефоне (0,475, при $p < 0,01$). Также, показатели времени в гаджетах прямо связаны с тенденцией реагировать на любые оповещения, которые приходят в телефон (0,377, при $p < 0,05$), с высокой оценкой качества общения без телефона (0,388, при $p < 0,05$) и восприятием гаджета как источника расслабления, отвлечения и отдыха (0,352, при $p < 0,05$).

Были обнаружены связи степени самоконтроля в сфере использования смартфона и зависимости от гаджета. Так, отслеживание времени, проведенного в телефоне, самоконтроль обратно связаны с выраженностью зависимости от гаджета (-0,407, при $p < 0,05$).

Чем более выражен контроль времени, проведенного в гаджете, тем ниже восприятие телефона как источника релаксации и антистресса (-0,426, при $p < 0,05$).

Чем выше самоконтроль в сфере использования гаджета, тем менее выражено проявления фоббинга (-0,327, при $p < 0,05$). Чем чаще респондент является пассивным потребителем контента (пассивное поведение в телефоне), тем выше проявление зависимости от гаджета (0,428, при $p < 0,05$).

То есть, обнаружена прямая связь зависимости от гаджета, проявления фоббинга и низкими показателями самоконтроля.

Чем выше показатели восприятия телефона как источника стресса, тем больше выражено отрицательное отношение к фоббингу и опыту фобби (0,428, при $p < 0,05$) и выше реакция на оповещения (0,395, при $p < 0,05$). Было обнаружено, что, чем более выражено восприятие телефона как источника антистресса и отдыха, тем выше зависимость от смартфона (0,560, при $p < 0,01$). Можно предположить, что в данном случае речь идет проявлениях эскапизма, отвлечения от реальности.

Также, в рамках исследования определялась связь параметров проявления зависимости от гаджета, характера проявления фоббинга и особенностей образа реальной и идеальной идентичности. Значимых связей между зависимостью от телефона, проявлениями фоббинга и выраженностью качеств самоконтроля в образе реальной и идеальной идентичности обнаружено не было. Была обнаружена связь между характером использования смартфона и параметрами идентичности. Так, выраженность использования телефона с целью общения и коммуникации положительно связана с принятием себя (0,464, при $p < 0,01$) и ценностями самоконтроля, самодисциплины (0,337, при $p < 0,05$).

Также был проведен U-тест Манна-Уитни, чтобы определить, существуют ли различия в группах с разной степенью самоконтроля в сфере использования смартфона. Группы респондентов, которые отслеживают и не отслеживают время, проведенное за гаджетом, значительно различаются по таким параметрам использования смартфона, как степень активности, характер реакции на оповещения. Члены группы респондентов, которые не контролируют время, проведенное в телефоне, чаще являются пассивными потребителями контента, чаще реагируют на оповещения и рассматривают гаджет как источник расслабления, отдыха и отвлечения.

Выводы

Время, проведенное в телефоне, является частью повседневной жизни большинства молодых людей 17–21 года. Смартфон занимает значимое место и сопровождает человека повсеместно, включая процесс приема пищи, ходьбы, общения и ведения повседневных дел.

Большинство девушек отмечают, что чаще являются потребителями определенного цифрового контента и занимают пассивную позицию в пространстве гаджета. Только 30% выборки проявляют субъектную позицию, и для них гаджет – пространство собственной активности, самовыражения, самопознания и самореализации. Смартфоны используются с целью развлечения и отдыха, работы и учебы, общения и познания.

Изучение особенностей проявления фэббинга показало, что большинство считает приемлемым отвлечение на гаджеты во время встреч и разговоров. Нормы проявления фэббинга различаются в зависимости от социального контекста. Например, возраста респондента (в общении с пожилыми людьми используется крайне редко) и ситуации общения (малоинтересная беседа).

Отмечается некоторое противоречие восприятия фэббинга у девушек 17–21 года. Большинство девушек рассматривает «фэббинг» как приемлемую форму общения, при этом многие соглашаются, что отсутствие фэббинга повышает качество коммуникации.

Более 80% респондентов проводят с гаджетами свыше 5 часов в день, только 40% выборки отслеживает время, проведенное в гаджетах. Показатели времени, проведенного в гаджете, имеют прямую корреляцию с позицией потребителя контента. Контроль времени, проведенного в телефоне, обратно связан с зависимостью от гаджета и восприятием гаджета как источника отдыха.

Восприятие телефона как источника антистресса и отдыха коррелирует с высокими показателями зависимости от смартфона. Можно предположить, что в данном случае речь идет о проявлениях эскапизма, отвлечения от реальности. Восприятие телефона как источника стресса связано с отрицательным отношением к фэббингу и опыту фэбби.

У 50% респондентов отмечается высокая степень зависимости от гаджета и низкий уровень самоконтроля в процессе его использования. Чем выше самоконтроль в сфере использования гаджета, тем меньше выражено проявление фэббинга. Чем чаще респондент является пассивным потребителем контента (полевое поведение в телефоне), тем выше проявление зависимости от гаджета.

В содержании идентичности и ценностной сфере у девушек 17–21 года важная роль отводится навыкам самоконтроля, активной жизненной позиции и коммуникативным навыкам.

Имеется расхождение между реальным и идеальным образом идентичности. В описании реальной идентичности коммуникативные характеристики преобладают над характеристиками самоконтроля и активной жизненной позицией, а в образе идеальной идентичности навыки самоконтроля, планирования и саморегуляции преобладают над навыками общения. Отмечается противоречие между значимостью саморегуляции в структуре представлений о реальной и идеальной идентичности и низкими показателями самоконтроля в сфере использования гаджетов у девушек 17–21 года.

Существует связь между характером использования смартфона и параметрами идентичности. Выраженность использования телефона с целью общения и коммуникации положительно связана с ценностями самоконтроля, самодисциплины.

Таким образом, как и в любом социальном пространстве, проявление фэббинга подчиняется определенным нормам, связанным с особенностями восприятия ситуации коммуникации и собеседника. В ситуации фэббинга смартфон выполняет роль «виртуального собеседника», «включаясь» в процесс коммуникации.

Несмотря на то, что явление «фэббинга» сформировалось достаточно недавно, данный процесс уже опосредуется формирующимися нормами. Новые социальные контексты, связанные с виртуальным пространством, способствуют быстрой трансформации норм коммуникации, определяющих пространственно-временные параметры общения. Отвлечение на телефон встраивается в ткань общения как инструмент передачи вербальной и невербальной

информации, как инструмент социальной перцепции и инструмент, определяющий характер взаимодействия с людьми с учетом социального контекста (возраст, характер общения).

Фаббинг является прямым следствием проблемного использования смартфона, при этом в пространстве социальной перцепции данный феномен рассматривается как приемлемая форма поведения. Представленное исследование носит проблемный характер и требует более широкого воплощения на большей выборке и с учетом различных социальных контекстов. Также необходимо изучать влияние фаббинга на качество повседневной социальной жизни человека.

Литература

- Екимчик, О.А., Крюкова, Т.А. Адаптация методик измерения фаббинга в близких отношениях: шкала фаббинга Карадага и шкала партнерского фаббинга Робертса // Консультативная психология и психотерапия. 2022. Том 30. № 3. С. 112–128. DOI: 10.17759/cpp.2022300307
- Идентичность и социализация в современном мире: Сборник методик / Под ред. Т.Д. Марцинковской. М.: МПГУ, 2015.
- Марцинковская, Т.Д. Цифровая повседневность в хрупком и изменчивом мире // Новые психологические исследования. 2023. № 4. С. 10–28. DOI: 10.51217/npsyresearch_2023_03_04_01
- Полева, Н.С. Психология транзитивности: виды пространства и психологический хронотоп // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2022. № 4. С. 14–29.
- Шейнов, В.П. Адаптация и валидизация опросника «Шкала зависимости от смартфона» для русскоязычного социума // Системная психология и социология. 2020 № 3 (35). С. 75–84 DOI: 10.25688/2223-6872.2020.35.3.6
- Ivanova, A., Gorbaniuk, O., Blachnio, A., Przepiórka, A., Mraka, N, Polishchuk, V., Gorbaniuk, J. Mobile Phone Addiction, Phubbing, and Depression Among Men and Women: A Moderated Mediation Analysis // Journal of Psychiatric Quarterly. 2020. Vol. 91. No. 3. P. 655–668. DOI: 10.1007/s11126-020-09723-8.
- 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.

Сведения об авторе

Гузелия Р. Хузеева, кандидат психологических наук, доцент, Российский государственный гуманитарный университет, Москва, Россия; 125047, Россия, Москва, Миусская пл., д. 6; guzeliya.h@yandex.ru

Khuzeeva G.R.

Features of digital everyday life and
manifestations of phubbing among young people

Russian State University for the Humanities, Moscow, Russia

The features of the digital everyday life of girls aged 17–21 are discussed in the article. The spatial, situational and temporal characteristics of smartphone use in everyday life are varied. One of the phenomena of modern communication associated with distraction by a gadget during communication is phubbing. Manifestations of phubbing can be considered, on the one hand, as one of the problematic forms of gadget use associated with smartphone addiction, on the other hand, as a form of acceptable everyday life in mixed reality, which is becoming the norm of communication. It was discovered that in the social space the manifestation of phubbing is subject to certain norms, determined by the peculiarities of perception of the communication situation and the interlocutor. New social contexts associated with virtual space contribute to the rapid transformation of communication norms that determine the spatiotemporal parameters of communication. Distraction on the phone is built into the fabric of communication as a tool for transmitting verbal and non-verbal information, as a tool for social perception and a tool that determines the nature of interaction with people, taking into account the social context. The results of the empirical study demonstrate a pronounced dependence on the smartphone and a low level of self-control in the space of using the gadget. A connection was found between the manifestation of phubbing and telephone addiction and the skill of self-control in the daily practice of using a smartphone. The manifestation of phubbing is directly related to addiction and inversely related to self-control in the space of smartphone use. The severity of telephone use for communication purposes is associated with the value of self-control in the identity structure. Connections between some features of identity, the value sphere and digital everyday life among girls aged 17–21 were discovered.

Key words: digital everyday life, phubbing, gadget addiction, self-control, identity features

For citation: Khuzeeva, G.R. (2024). Features of digital everyday life and manifestations of phubbing among young people. *New Psychological Research*, No. 1, 127–142. DOI: 10.51217/npsyresearch_2024_04_01_06

References

- Chotpitayasunondh, V., Douglas, K.M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9–18.
- Ekimchik, O.A., Kryukova, T.L. (2022). Adaptation of methods for measuring phubbing in close relationships: the Karadag phubbing scale and the

Roberts partner phubbing scale. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya*, 30(3), 112–128. DOI: 10.17759/cpp.2022300307

Ivanova, A., Gorbaniuk, O., Blachnio, A., Przepiórka, A., Mraka N, Polishchuk, V., Gorbaniuk, J. (2020). Mobile Phone Addiction, Phubbing, and Depression Among Men and Women: A Moderated Mediation Analysis. *Journal of Psychiatric Quarterly*, 91(3), 655–668. DOI: 10.1007/s11126-020-09723-8.

Martsinkovskaya, T.D. (2023). Digital everyday life in a brittle and changing world. *Novye psikhologicheskie issledovaniya*, 4, 10–28. DOI: 10.51217/npsyresearch_2023_03_04_01

Martsinkovskaya, T.D. (Ed.). (2015). *Identity and socialization in the modern world: Collection of methods*. Moscow: MPGU.

Poleva, N.S. (2022). Psychology of transitivity: types of space and psychological chronotope. *Vestnik RGGU. Seriya «Psikhologiya. Pedagogika. Obrazovanie*, 4, 14–29.

Sheinov, V.P. (2020). Adaptation and validation of the questionnaire “Smartphone addiction scale”background” for the Russian-speaking society. *Sistemnaya psikhologiya i sotsiologiya*, 3(35), 75–84. DOI: 10.25688/2223-6872.2020.35.3.6

Information about the author

Guzeliya R. Khuzeeva, Ph.D (Psychology), associate professor, Russian State University for the Humanities, Moscow, Russia; bld. 6, Miusskaya Square, Moscow, Russia, 125047; *guzeliya.b@yandex.ru*