Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology https://mir-nauki.com

2025, Том 13, № 6 / 2025, Vol. 13, Iss. 6 https://mir-nauki.com/issue-6-2025.html

URL статьи: https://mir-nauki.com/PDF/28PSMN625.pdf

5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

Ссылка для цитирования этой статьи:
Тишуков, М. Ю. Изучение уровня тревожности населения двух регионов Российской Федерации при использовании социальных сетей / М. Ю. Тишуков // Мир науки. Педагогика и психология. — 2025. — Т. 13. — № 6. — URL: https://mir-nauki.com/PDF/28PSMN625.pdf.

For citation:
Tishukov M.Yu. Study of the level of anxiety of the population of two regions of the Russian Federation due the use of social media. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2025;13(6): 28PSMN625. Available at: https://mir-nauki.com/PDF/28PSMN625.pdf. (In Russ., abstract in Eng.).

УДК 159.9.072.432

Тишуков Максим Юрьевич
АНОВО «Славяно-Греко-Латинская академия», Москва, Россия
Аспирант программы «Общая психология, психология личности, история психологии»
E-mail: tmax@inbox.ru
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-7220-960X
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=1247473

Изучение уровня тревожности населения двух регионов Российской Федерации при использовании социальных сетей

Аннотация. Введение: в условиях стремительного роста использования социальных сетей усиливаются опасения относительно их влияния на психическое здоровье, в частности на развитие тревожности. Несмотря на широкое распространение социальных сетей, исследования, посвящённые тревожности, возникающей непосредственно в процессе их использования, остаются ограниченными.

Цель: определить наличие тревожности, связанной с использованием социальных сетей, а также выявить её связь с социально-демографическими характеристиками и особенностями использования социальных сетей.

Методы: проведён анонимный поперечный онлайн-опрос в Google Forms среди жителей Ростовской области и Республики Крым. Для оценки тревожности были использованы вопросы, адаптированные из шкалы тревожности Спилбергера — Ханина под контекст использования социальных сетей. Статистический анализ включал χ^2-критерий, расчёт скорректированных остатков и V-коэффициент ассоциации Крамера.

Результаты: в исследовании приняли участие 314 человек. Наличие тревожности при использовании социальных сетей выявлено у 84,3 % респондентов. Женщины демонстрировали наличие тревожности статистически значимо чаще мужчин (88,3 % против 74,7 %, $p < 0,05$). Связь между полом и тревожностью оказалась умеренной ($V = 0,17$). Для остальных параметров — возраста, образования, семейного положения, профессионального статуса, трудового стажа, дохода, типа населённого пункта и частоты использования социальных сетей — значимых различий установлено не было.

Заключение: результаты указывают на высокую распространённость тревожности при использовании социальных сетей. Тревожность, связанная с использованием социальных сетей,

имеет многофакторный характер и в меньшей степени обусловлена социально-демографическими факторами.

Ключевые слова: тревожность; социальные сети; шкала Спилбергера — Ханина; социально-демографические параметры; Россия

Введение

В XXI веке произошел переход от традиционных средств массовой информации, включая газеты, журналы и телевидение, к новым — социальным сетям [1]. Большинство людей проводят несколько часов в день в социальных сетях, что свидетельствует о их глубокой интеграции в жизнь общества [2]. Во всем мире более 5 миллиардов человек пользуются социальными сетями[1]. За последние 10 лет стремительное развитие социальных сетей привело к значительным изменениям в способах общения и взаимодействия людей [3].

Несмотря на активный рост использования социальных сетей, существуют опасения по поводу потенциального влияния их использования на психическое здоровье [4]. Использование социальных сетей представляет значительные риски для психического здоровья, ввиду того, что люди чаще испытывают негативные последствия, такие как тревога, стресс и одиночество [5; 6]. Согласно исследованиям социальные сети также могут способствовать росту самоубийств, особенно среди молодежи [7].

Социальные сети — относительно новое явление, и исследования их потенциальной связи с развитием тревожности все еще ограничены. Цель нашего исследования состояла в изучении уровня тревожности при использовании социальных сетей в двух регионах Российской Федерации (РФ). Кроме того, мы стремились проанализировать распространённость наличия тревожности в контексте социально-демографических параметров пользователей и их модели использования социальных сетей.

Научная новизна исследования заключалась в разработке и апробации методологического подхода, включающего анкетирование респондентов — пользователей социальных сетей, с помощью разработанной авторами анкеты, основанной на шкале Спилбергера — Ханина и учитывающей социально-демографические параметры и модель использования социальных сетей, что позволило более детально изучить влияние данных параметров на наличие тревожности при использовании социальных сетей.

Методы

Исследование выполнено в формате анонимного поперечного онлайн-опроса, проходившего с 1 октября по 15 ноября 2024 года.

В выборку вошли пользователи социальных сетей в возрасте 15 лет и старше, проживающие на территории Ростовской области и Республики Крым. Минимально необходимый объём выборки для указанных регионов Российской Федерации был определён в 314 респондентов при доверительном уровне 95 % и предельной ошибке 5 %. Отбор участников осуществлялся методами снежного кома и удобной выборки [8].

[1] Statista. Number of social media users worldwide from 2017 to 2028. (2024). Accessed: 25 March 2025: https://www.statista.com/statistics/278414/number-of-worldwide-social-network-users/.

Сбор данных

Опрос проводился в двух субъектах РФ — Ростовской области и Республике Крым. Ссылка на анкету (https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSerpL-TvKmntoAxS6F1-CWgR8L_3sJ-EoOnEWYGGe7CVgnlHQ/viewform?usp=sf_link) распространялась через различные социальные сети. Перед началом основного этапа исследования был проведён пилотный опрос: два автора получили отзывы от пяти опрошенных добровольцев, касающиеся времени заполнения и понятности формулировок. Результаты пилотажа в итоговый анализ не включались.

Анкета включала шесть тематических разделов. Первый раздел содержал вопросы о социально-демографических характеристиках и специфике использования социальных сетей: пол (мужской или женский), возраст (15–17, 18–24, 25–34, 35–44, 45–54 и старше 55 лет), уровень образования (среднее, неоконченное высшее, высшее, послевузовское), семейное положение (не состоит в браке, в браке, разведён/разведена, вдовец/вдова, в гражданском браке), профессиональный статус (работник государственного или частного сектора, студент, школьник, пенсионер, безработный), трудовой стаж (менее 1 года, 1–3 года, 4–6 лет, 7–10 лет, более 10 лет), уровень дохода (менее 20 000 рублей, 20 000–40 000 рублей, 40 000–60 000 рублей, более 60 000 рублей в месяц), тип населённого пункта (город, посёлок городского типа, село), а также частота использования социальных сетей (никогда, реже 1 раза в неделю, 1–2 раза в неделю, каждый день, несколько раз в день).

Во втором разделе оценивались индивидуальные показатели самооценки при использовании социальных сетей с помощью 10-пунктовой шкалы самоуважения Розенберга [9].

В третьем разделе анкеты оценивалась выраженность зависимости от социальных сетей с использованием адаптированной для целей данного исследования русскоязычной версии шкалы Social Media Disorder Scale, разработанной van den Eijnden и соавт. в 2016 году [10].

Четвёртый раздел анкеты был направлен на оценку уровня тревожности, возникающей при использовании социальных сетей. Для этого применялись вопросы, адаптированные из шкалы ситуативной тревожности Спилбергера — Ханина [11], модифицированные с учётом контекста исследования (табл. 1). В настоящей работе использовалась только ситуативная шкала тревожности, поскольку целью было выявление текущего эмоционального состояния, возникающего именно в процессе взаимодействия с социальными сетями. Личностная шкала, отражающая устойчивую предрасположенность к тревоге как личностной черте, не включалась в исследование, так как её применение могло бы исказить результаты за счёт смешения стабильных и ситуативных факторов. Такой подход позволил сфокусироваться на тревожности как на вариабельном, контекстно-зависимом состоянии, связанном с цифровым поведением. Исходная четырёхбалльная шкала ответов («почти никогда» — «почти всегда») была преобразована в пятибалльную за счёт добавления варианта ответа «редко». Это позволило повысить чувствительность шкалы и снизить эффект центральной тенденции, при котором участники склонны выбирать промежуточные варианты. Общий диапазон баллов по данному разделу анкеты составлял от 20 до 100. Для вопросов № 3, 4, 6, 7, 9, 12–14, 17 и 18 более высокие оценки отражали большую выраженность тревожности (1 балл — «почти никогда», 5 баллов — «почти всегда»). Для остальных вопросов (№ 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20) применялась обратная система начисления баллов. Итоговые значения интерпретировались следующим образом: 20–39 баллов — отсутствие тревожности, ≥ 40 баллов — наличие тревожности.

Пятый раздел включал авторский блок вопросов, направленных на изучение особенностей влияния социальных сетей на самооценку и личностную идентичность респондентов.

Заключительный, шестой раздел содержал два открытых вопроса, позволявших участникам поделиться своим субъективным мнением о влиянии социальных сетей на эмоциональное состояние и предложить возможные меры по снижению их негативного воздействия.

В рамках настоящей статьи был проведён анализ данных, полученных из первого и четвёртого разделов анкеты, включавших социально-демографические характеристики респондентов, а также показатели, отражающие особенности тревожности, возникающей при использовании социальных сетей. Результаты, основанные на совместном анализе материалов первого и второго разделов этой же анкеты, посвящённых изучению самооценки, а также первого и третьего разделов, направленных на оценку выраженности зависимости от социальных сетей, были опубликованы ранее в других научных работах [12; 13]. Данные, полученные из оставшихся двух разделов применённой анкеты, в настоящей статье не анализировались и планируются к рассмотрению в последующей публикации.

Этические нормы

Перед началом участия респонденты были проинформированы о целях и задачах исследования и дали информированное согласие на участие. При проведении исследования соблюдались принципы добровольности, конфиденциальности и анонимности ответов. Каждый участник имел возможность прекратить участие на любом этапе, уведомив исследовательскую группу по контактам, указанным в форме согласия.

Статистический анализ

Категориальные переменные представлены в виде абсолютных и относительных частот (n, %). Для их анализа использовался χ^2-критерий. Статистическая значимость различий принималась при $p < 0,05$. Для уточнения характера выявленных зависимостей дополнительно рассчитывались скорректированные остатки, что позволило выявить категории, значимо отклоняющиеся от ожидаемых значений (значимость фиксировалась при |остаток| > 1.96).

Для оценки силы связи применялся коэффициент ассоциации Крамера (V). Его значения интерпретировались в диапазоне от 0 до 1, где 0 указывает на отсутствие связи, а 1 — на максимально выраженную зависимость между переменными.

Статистическая обработка данных проводилась с использованием пакета **IBM SPSS Statistics**, версия 26.0 (IBM Corp., Armonk, NY, USA).

Результаты

Социально-демографическая структура выборки представлена в таблице 2. В опросе приняли участие 314 человек. Женщины составили 71 % (n = 223) выборки, мужчины — 29 % (n = 91). Наибольшая доля участников приходилась на возрастную группу 18–24 года — 53,2 % (n = 167), далее следовала группа 25–34 лет — 17.8 % (n = 56). По уровню образования большинство респондентов имели неоконченное высшее (36,6 %; n = 115) или высшее (35 %; n = 110) образование; ещё 23,6 % (n = 74) указали среднее образование. В семейной структуре преобладали не состоящие в браке — 61,5 % (n = 193), состояли в браке 31,6 % (n = 99), разведённые составляли 5,4 % (n = 17), вдовствующие — 1,5 % (n = 5). По профессиональному статусу доминировали студенты — 54,8 % (n = 178). Работники частного и государственного секторов распределились сопоставимо — 19,7 % (n = 62) и 17.5 % (n = 55) соответственно. Наибольшая доля участников имела трудовой стаж менее трёх лет: 27,7 % (n = 87) — менее одного года и 32,2 % (n = 101) — от одного до трёх лет. Стаж 4–6 лет отметили 18.5 % (n = 58), более 10 лет — 15.6 % (n = 49). По уровню дохода распределение оказалось двусторонним: группы с доходом менее 20 000 рублей в месяц (31.5 %; n = 99) и более 60 000 рублей в месяц (37,9 %; n = 119) были представлены примерно одинаково. Большинство респондентов (84,1 %)

проживают в городах. Ежедневное использование социальных сетей указали 96,6 % (n = 303) участников, из них 45 % (n = 141) заходят в соцсети несколько раз в день. Только 3,4 % (n = 11) сообщили о редком или эпизодическом использовании социальных платформ.

Анализ результатов исследования показал, что у 84,3 % респондентов наблюдалось наличие тревожности при использовании социальных сетей. Среди лиц женского пола наличие тревожности наблюдалось значительно чаще, чем среди мужчин (74,3 % опрошенных с наличием тревожности). В каждой возрастной группе доля респондентов, испытывающих тревожность, была пропорциональна доле этой возрастной категории от общего числа участников исследования. По уровню образования и семейному положению выраженных различий также выявлено не было. Среди профессиональных групп наибольшие показатели тревожности выявлены у безработных (100 %) и школьников (66 %), тогда как среди остальных групп доля респондентов с тревожностью при использовании социальных сетей соответствовала доли группы от общего числа опрошенных. У респондентов со стажем работы менее одного года, от одного года до трёх лет и от трёх до шести лет тревожность выявлялась чаще, чем у лиц с более длительным трудовым опытом — 88,5 %, 80,2 % и 89,7, соответственно. Чаще других тревожность имели респонденты с доходом 40 000–60 000 рублей в месяц (91 %). Особенностей в распределении респондентов с наличием тревожности по типу населённого пункта не выявлено. По частоте использования социальных сетей чаще остальных групп страдали наличием тревожности опрошенные, пользовавшиеся социальными сетями 1–2 раза в неделю (62,5 %).

Результаты χ^2-анализа подтвердили статистически значимую связь только между полом и наличием тревожности при использовании социальных сетей ($p < 0,05$). Женщины достоверно чаще демонстрировали наличие тревожности, чем мужчины (скорректированные остатки ±3). Также согласно коэффициенту V Крамера наблюдалась умеренная связь между двумя данными переменными (V Крамера = 0,17, $p < 0,05$). Для остальных параметров — возраста, уровня образования, семейного положения, профессии, стажа работы, уровня дохода, места проживания и частоты использования социальных сетей — статистически значимых различий выявлено не было (табл. 3).

Обсуждение

В последние годы распространенность психических расстройств, в частности тревоги и депрессии, возросла. Целью нашего исследования было определение уровня тревожности при использовании социальных сетей среди респондентов из двух регионов Российской Федерации — Ростовской области и Республики Крым, а также распространённость наличия тревожности в контексте социально-демографических параметров пользователей и их модели использования социальных сетей.

Набор участников осуществлялся с использованием комбинации методов «снежного кома» и удобной выборки. В общей совокупности 84,3 % опрошенных продемонстрировали наличие тревожности, связанной с использованием социальных сетей, что указывает на высокую распространённость данного феномена в выборке. Статистически значимая связь была установлена между наличием тревожности и полом участников исследования ($p < 0,05$): женщины чаще демонстрировали тревожные реакции, чем мужчины.

Пандемия COVID-19 существенно повлияла на эпидемиологию психических расстройств [14]. Изменения, вызванные пандемией, такие как снижение физической активности, усиление социальной изоляции и значительный прирост времени, проведённого в социальных сетях, способствовали росту числа психических расстройств. Широко распространенное чувство страха и неопределенности, связанное с пандемией, усугубилось мерами изоляции, что привело к росту числа случаев тревожности и депрессии среди населения [15].

Результаты проведённого исследования показали, что тревожность при использовании социальных сетей наблюдается у большинства респондентов. Это согласуется с данными международных исследований, где доля пользователей, демонстрирующих выраженные симптомы тревоги, колеблется от 63,6 % до 76,7 % среди активных пользователей социальных сетей [16–18]. В частности, в своём исследовании Osman установил, что 76,7 % молодых пользователей (97,4 % респондентов в возрасте 18–23 лет) имели тревожность на фоне интенсивного взаимодействия в соцсетях [16]. Malebari с соавт. обнаружили, что у 63,6 % опрошенных студентов (преимущественно в возрасте 18–25 лет), активно использующих социальные сети, наблюдалась тревожность. В исследовании Al Bahhawi с соавт. 65,7 % респондентов страдали от наличия тревожности при использовании социальных сетей [18]. Эти данные подтверждают, что высокая эмоциональная вовлечённость в цифровую среду является значимым предиктором тревожных состояний.

Согласно результатам нашего исследования женщины статистически значимо чаще демонстрируют тревожность при использовании социальных сетей по сравнению с мужчинами (74,3 % опрошенных с наличием тревожности в нашем исследовании), что согласуется с данными литературы [17–20]. В исследовании Ranabhat и Marion тревожность при использовании социальных сетей была выявлена у 22,1 % женщин и 19 % мужчин, при этом женщины статистически значимо чаще демонстрировали тревожную реакцию ($p < 0,05$) [19]. Malebari с соавт. показали, что среди саудовских пользователей социальных сетей женщины имели на 8,1 % более высокий уровень тревожности, чем мужчины ($p < 0,05$), в условиях взаимодействия с визуальным контентом [17]. Эти различия могут быть объяснены тем, что женщины имеют большую эмоциональную вовлечённость, склонность к социальному сравнению и зависимость от обратной связи со стороны аудитории [21; 22]. Также повышенная распространенность тревожных расстройств у женщин может быть связана со сложным взаимодействием женских гормонов, в частности с колебанием уровня прогестерона и эстрогена в различные фазы менструального цикла [23].

В то же время анализ других социально-демографических параметров не выявил статистически значимых различий, что совпадает с результатами других исследований [17; 20]. Отсутствие существенных различий по возрасту, уровню образования, семейному положению и месту проживания может указывать на универсальный характер тревожности, вызванной взаимодействием с социальными сетями, вне зависимости от социального статуса и жизненного этапа респондентов [24; 25]. Это подтверждает предположение о том, что психологические эффекты цифрового взаимодействия имеют глобальный характер и проявляются в широком диапазоне возрастных и социальных групп.

Интересные тенденции были отмечены при рассмотрении профессиональной принадлежности и трудового стажа. Наибольшие показатели тревожности наблюдались у безработных и школьников, что может быть связано с неустойчивостью социального положения и более высокой зависимостью от онлайн-среды как источника признания и коммуникации [26; 27]. Повышенные уровни тревожности среди респондентов с малым трудовым стажем, вероятно, отражают адаптационные трудности и стремление к самопрезентации в сети, характерные для молодых специалистов [28; 29].

При рассмотрении дохода, в нашем исследовании наибольшую тревожность имели респонденты с доходом 40 000–60 000 рублей в месяц (91 %), но статистическая значимая разница зафиксирована не была. Al Bahhawi с соавт. и Malebari с соавт. также не обнаружили статистически значимой связи между уровнем дохода и наличием тревожности [17; 18].

По частоте использования социальных сетей: чаще остальных тревожность имели опрошенные, пользовавшиеся соцсетями 1–2 раза в неделю (62,5 %). Это отличается от ожиданий, основанных на литературе, согласно которой более частое использование социальных

сетей коррелирует с высокой тревожностью [30]. Однако, стоит отметить, что в исследовании Ranabhat и Marion также чаще всего имели тревожность респонденты, пользовавшиеся социальными сетями несколько дней в неделю [19]. Возможно, меньшая частота использования социальных сетей в нашей выборке и выборке из исследования Ranabhat и Marion отражает особый профиль пользователей, которые заходят нерегулярно, но испытывают тревожность при каждой сессии.

Ограничения

Проведённое исследование имеет ряд ограничений, которые следует учитывать при интерпретации полученных результатов. Во-первых, определённая вероятность систематического смещения данных могла возникнуть вследствие использования методов «снежного кома» и удобной выборки, а также зависимости от самоотчётных данных, предоставленных участниками. Эти обстоятельства потенциально ограничивают репрезентативность выборки и могут влиять на обобщаемость результатов. Во-вторых, нельзя исключать влияние неконтролируемых сопутствующих факторов, которые могли исказить или ослабить выявленные взаимосвязи между наличием тревожности, связанной с использованием социальных сетей, и анализируемыми социально-демографическими параметрами. В-третьих, следует учитывать, что часть респондентов могла испытывать трудности с точным осознанием и выражением собственных эмоциональных состояний. Это могло привести как к занижению, так и к завышению оценок уровня тревожности, что, в свою очередь, повлияло на достоверность самооценочных данных. Перечисленные обстоятельства могут ограничивать точность и надёжность полученных результатов. Тем не менее, настоящее исследование вносит значимый вклад в развитие научных представлений о феномене тревожности, связанной с использованием социальных сетей. Для окончательного подтверждения выявленных закономерностей необходимы дальнейшие исследования, включая систематические обзоры и мета-анализы, основанные на объединении данных из различных выборок и международных исследований, что позволит уточнить совокупность факторов, определяющих формирование тревожности в контексте цифрового взаимодействия.

Заключение

Результаты проведённого исследования показали, что значительная часть респондентов — 84,3 % — демонстрирует наличие тревожности, связанной с использованием социальных сетей. При этом у женщин данный показатель статистически значимо выше, чем у мужчин, что согласуется с результатами многочисленных исследований, выполненных в различных странах, и подтверждает устойчивую гендерную тенденцию повышенной уязвимости женщин к тревожным состояниям в контексте цифрового взаимодействия.

Анализ других социально-демографических факторов — возраста, уровня образования, семейного положения, рода деятельности, трудового стажа, уровня дохода, типа населённого пункта и частоты использования социальных сетей — не выявил статистически значимой корреляции с наличием тревожности. Это указывает на многофакторный и в значительной степени индивидуальный характер данного феномена, который, вероятно, определяется преимущественно личностными особенностями, а не социальным положением.

Несмотря на определённые ограничения исследования, его результаты представляют собой значимый вклад в развитие научных представлений о влиянии социальных сетей на развитие тревожности. Полученные данные подтверждают актуальность дальнейших исследований, направленных на выявление психологических механизмов формирования тревожности, связанной с цифровой коммуникацией, а также на разработку и внедрение эффективных программ профилактики и психокоррекции данного состояния.

ЛИТЕРАТУРА

1. Gastrow, M. Science and the Social Media in an African Context: The Case of the Square Kilometre Array Telescope / M. Gastrow // Science Communication. — 2015. — Vol. 37. — Science and the Social Media in an African Context. — № 6. — P. 703–722.
2. Dean of the Faculty of Foreign Languages — Social Sciences, Ba Ria — Vung Tau University, Vietnam. Exploring the Impact of Social Media on Mental Health from a Psychological Perspective: A Review of the Contemporary Literature / Dean of the Faculty of Foreign Languages — Social Sciences, Ba Ria — Vung Tau University, Vietnam, H. Xuan Vu. — Text : electronic // International Journal of Current Science Research and Review. — 2023. — Vol. 06. — Exploring the Impact of Social Media on Mental Health from a Psychological Perspective. — № 10. — URL: https://ijcsrr.org/single-view/?id=12502&pid=12822 (date accessed: 12.11.2025).
3. Developing health status index using factor analysis / M. Mohamad, H. Juahir, N.A.M. Ali [et al.] // Journal of Fundamental and Applied Sciences. — 2018. — Vol. 9. — № 2S. — P. 82.
4. The Impact of Using Social Media on the Mental Health of Adolescents / Ramkhamhaeng Advent International School, Bangkok, Thailand, P. Titisuk, Y. Vajarapongse [et al.]. — Text : electronic // International Journal of Current Science Research and Review. — 2023. — Vol. 06. — № 06. — URL: https://ijcsrr.org/single-view/?id=10685&pid=10500 (date accessed: 15.11.2025).
5. Is social media bad for mental health and wellbeing? Exploring the perspectives of adolescents / M. O'Reilly, N. Dogra, N. Whiteman [et al.] // Clinical Child Psychology and Psychiatry. — 2018. — Vol. 23. — Is social media bad for mental health and wellbeing? — № 4. — P. 601–613.
6. Transgender Adolescents' Uses of Social Media for Social Support / E. Selkie, V. Adkins, E. Masters [et al.] // Journal of Adolescent Health. — 2020. — Vol. 66. — № 3. — P. 275–280.
7. Braghieri, L. Social Media and Mental Health / L. Braghieri, R. Levy, A. Makarin // American Economic Review. — 2022. — Vol. 112. — № 11. — P. 3660–3693.
8. Berndt, A.E. Sampling Methods / A.E. Berndt // Journal of Human Lactation. — 2020. — Vol. 36. — № 2. — P. 224–226.
9. Rosenberg, M. Society and the Adolescent Self-Image / M. Rosenberg. — Princeton University Press, 1965. — URL: https://www.degruyter.com/document/doi/10.1515/9781400876136/html (date accessed: 24.11.2024). — Text : electronic.
10. Van Den Eijnden, R.J.J.M. The Social Media Disorder Scale / R.J.J.M. Van Den Eijnden, J.S. Lemmens, P.M. Valkenburg // Computers in Human Behavior. — 2016. — Vol. 61. — P. 478–487.
11. Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (Form Y1 — Y2). Vol. IV / C. Spielberger, R. Gorsuch, R. Lushene, [et al.] journalAbbreviation: Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press; — 1983.
12. Tishukov M.Yu., Khrameshin S.N. Social networks' effect on personal self-esteem among the population in two regions of the Russian Federation. / Tishukov M.Yu., Khrameshin S.N. — Vol. 6. — № 8. — P. 259–272.
13. Tishukov M.Yu. The addiction among the population in two regions of the Russian Federation on the use of social networks. / Tishukov M.Yu. — 2025. — Vol. 13. — № 5. — URL: https://mir-nauki.com/PDF/77PSMN525.pdf (date accessed: 20.01.2026). — Text: electronic.

14. Prevalence of depression and its associated factors among patients with confirmed COVID-19 in Makkah, Saudi Arabia / E. Alqurashi, A. Aldobyany, A. Touman [et al.] // Frontiers in Psychiatry. — 2022. — Vol. 13. — P. 863215.
15. Mendes, R. Fear of COVID-19, Mental Health and Resilient Coping in Young Adult Male Inmates: A Portuguese Cross-Sectional Study / R. Mendes, W.C. Baccon, C. Laranjeira // International Journal of Environmental Research and Public Health. — 2023. — Vol. 20. — Fear of COVID-19, Mental Health and Resilient Coping in Young Adult Male Inmates. — № 8. — P. 5510.
16. Osman, W.A. Social media use and associated mental health indicators among University students: a cross-sectional study / W.A. Osman // Scientific Reports. — 2025. — Vol. 15. — Social media use and associated mental health indicators among University students. — № 1. — P. 9534.
17. Prevalence of depression and anxiety among university students in Jeddah, Saudi Arabia: exploring sociodemographic and associated factors / A.M. Malebari, S.O. Alamoudi, T.I. AL-Alawi [et al.] // Frontiers in Public Health. — 2024. — Vol. 12. — Prevalence of depression and anxiety among university students in Jeddah, Saudi Arabia. — P. 1441695.
18. Depression, anxiety, and stress and their association with khat use: a cross-sectional study among Jazan University students, Saudi Arabia / T. Al Bahhawi, O.B. Albasheer, A.M. Makeen [et al.] // Neuropsychiatric Disease and Treatment. — 2018. — Vol. Volume 14. — Depression, anxiety, and stress and their association with khat use. — P. 2755–2761.
19. Ranabhat, C.L. Use of social media increases the risk of anxiety depression globally: results from 113 countries. Use of social media increases the risk of anxiety depression globally / C.L. Ranabhat, J.W. Marion. — In Review, 2024. — URL: https://www.researchsquare.com/article/rs-4664537/v1 (date accessed: 10.11.2025). — Text: electronic.
20. Screening for depression, anxiety, and obsessive–compulsive disorders among secondary school students in Al-Hasa Region, Saudi Arabia / A. Khan, A. Alalawi, M. Alalawi [et al.] // Journal of Family and Community Medicine. — 2021. — Vol. 28. — № 1. — P. 28.
21. Fardouly, J. Social Media and Body Image Concerns: Current Research and Future Directions / J. Fardouly, L.R. Vartanian // Current Opinion in Psychology. — 2016. — Vol. 9. — Social Media and Body Image Concerns. — P. 1–5.
22. Is Facebook[2] creating 'iDisorders'? The link between clinical symptoms of psychiatric disorders and technology use, attitudes and anxiety / L.D. Rosen, K. Whaling, S. Rab [et al.] // Computers in Human Behavior. — 2013. — Vol. 29. — Is Facebook[2] creating 'iDisorders'? — № 3. — P. 1243–1254.
23. University of Texas Health Science Center at Houston. Sex Differences in Anxiety Disorders: A Review / University of Texas Health Science Center at Houston, I. Jalnapurkar // Psychiatry, Depression & Anxiety. — 2018. — Vol. 4. — Sex Differences in Anxiety Disorders. — P. 1–9.
24. The associations between problematic Facebook[2] use, psychological distress and well-being among adolescents and young adults: A systematic review and meta-analysis / C. Marino, G. Gini, A. Vieno, M.M. Spada // Journal of Affective Disorders. — 2018. — Vol. 226. — The associations between problematic Facebook[2] use, psychological distress and well-being among adolescents and young adults. — P. 274–281.

[2] Социальная сеть признана экстремистской организацией запрещена на территории Российской Федерации.

25. Keles, B. A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents / B. Keles, N. McCrae, A. Grealish // International Journal of Adolescence and Youth. — 2020. — Vol. 25. — A systematic review. — № 1. — P. 79–93.

26. Frison, E. Toward an Integrated and Differential Approach to the Relationships Between Loneliness, Different Types of Facebook[2] Use, and Adolescents' Depressed Mood / E. Frison, S. Eggermont // Communication Research. — 2020. — Vol. 47. — № 5. — P. 701–728.

27. Huang, C. Time Spent on Social Network Sites and Psychological Well-Being: A Meta-Analysis / C. Huang // Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking. — 2017. — Vol. 20. — Time Spent on Social Network Sites and Psychological Well-Being. — № 6. — P. 346–354.

28. Andreassen, C.S. The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey / C.S. Andreassen, S. Pallesen, M.D. Griffiths // Addictive Behaviors. — 2017. — Vol. 64. — The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem. — P. 287–293.

29. Satici, S.A. Well-being and problematic Facebook[2] use / S.A. Satici, R. Uysal // Computers in Human Behavior. — 2015. — Vol. 49. — P. 185–190.

30. Grund, T.U. Social Media Use and Adolescent Depressive Symptoms: The Moderating Roles of Gender and Parental Monitoring / T.U. Grund, H. Krüger, I. Pascu. — Text : electronic // International Journal of Mental Health and Addiction. — 2025. — Social Media Use and Adolescent Depressive Symptoms. — URL: https://link.springer.com/10.1007/s11469-025-01566-3 (date accessed: 11.11.2025).

Tishukov Maxim Yuryevich
Slavic-Greek-Latin Academy, Moscow, Russia
E-mail: tmax@inbox.ru
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-7220-960X
RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=1247473

Study of the level of anxiety of the population of two regions of the Russian Federation due the use of social media

Abstract. Background: the rapid growth of social media usage has intensified concerns regarding its impact on mental health, particularly the development of anxiety. Despite the widespread use of social media, studies specifically focused on anxiety arising directly during their use remain limited.

Objective: to identify the presence of anxiety associated with social media use and to examine its relationship with socio-demographic characteristics and patterns of social media usage.

Methods: an anonymous cross-sectional online study was conducted via Google Forms among residents of the Rostov Region and the Republic of Crimea. Anxiety was assessed using questions adapted from the State-Trait Anxiety Inventory (STAI) scale to fit the context of social media use. Statistical analysis included the χ^2 test, adjusted residuals, and Cramér's V coefficient of association.

Results: a total of 314 people participated in the study. Anxiety related to social media use was identified in 84,3 % of respondents. Women demonstrated significantly higher levels of anxiety compared to men (88,3 % vs. 74,7 %, $p < 0,05$). The association between gender and anxiety was moderate ($V = 0,17$). No significant differences were found for age, education level, marital status, employment status, work experience, income, type of settlement, or frequency of social media use.

Conclusion: the findings indicate a high prevalence of anxiety associated with social media use. This type of anxiety appears to be multifactorial and less dependent on socio-demographic characteristics.

Keywords: anxiety; social media; State-Trait Anxiety Inventory (STAI); socio-demographic parameters; Russia

Приложение

Таблица 1

Вопросы, входящие в четвёртый раздел анкеты, используемой в исследовании, с вариантами ответа к ним

Вопрос	Варианты ответа
1. Как часто Вы чувствуете себя спокойным, когда пользуетесь социальными сетями?	1. Почти никогда 2. Редко 3. Иногда 4. Часто 5. Почти всегда
2. Как часто Вы чувствуете себя в безопасности, когда проводите время в социальных сетях?	
3. Как часто Вы чувствуете себя напряженным или тревожным, когда пользуетесь социальными сетями?	
4. Как часто Вы испытываете чувство сожаления, когда проводите время в социальных сетях?	
5. Как часто Вы чувствуете себя свободным, когда пользуетесь социальными сетями?	
6. Как часто Вы чувствуете себя расстроенным, когда проводите время в социальных сетях?	
7. Как часто Вас волнуют возможные жизненные неудачи, когда пользуетесь социальными сетями?	
8. Как часто Вы чувствуете себя полным сил, когда проводите время в социальных сетях?	
9. Как часто Вы чувствуете себя встревоженным, когда пользуетесь социальными сетями?	
10. Как часто Вы испытываете чувство внутреннего удовлетворения, когда проводите время в социальных сетях?	
11. Как часто Вы чувствуете себя уверенным, когда пользуетесь социальными сетями?	
12. Как часто Вы нервничаете, когда проводите время в социальных сетях?	
13. Как часто Вы не находите себе места, когда пользуетесь социальными сетями?	
14. Как часто Вы чувствуете себя взвинченным, когда проводите время в социальных сетях?	
15. Как часто Вы не чувствуете скованности и напряжённости, когда пользуетесь социальными сетями?	
16. Как часто Вы чувствуете себя довольным, когда проводите время в социальных сетях?	
17. Как часто Вы озабочены использованием социальных сетей?	
18. Как часто Вы чувствуете себя излишне возбуждённым, когда проводите время в социальных сетях?	
19. Как часто Вы испытываете радость, когда пользуетесь социальными сетями?	
20. Испытываете ли Вы положительные эмоции, когда проводите время в социальных сетях?	

Составлено автором

Таблица 2

Социально-демографические параметры и параметр, касающийся частоты использования социальных сетей, опрошенного населения

Изученные параметры	Количество	Процентное соотношение
Пол		
Мужской	91	29
Женский	223	71
Возраст		
15–17 лет	20	6,4
18–24 года	167	53,2
25–34 года	56	17,8
35–44 года	42	13,4
45–54 года	25	8
Старше 54 лет	4	1,2
Уровень образования		
Среднее	74	23,6
Неоконченное высшее	115	36,6
Высшее	110	35
Послевузовское	15	4,8
Семейное положение		
Холост/незамужем	193	61,5
В браке	79	25,2
Разведён/разведена	17	5,4
Вдовец/вдова	5	1,5
В гражданском браке	20	6,4
Род деятельности		
Работник государственного сектора	55	17,5
Работник частного сектора	62	19,7
Пенсионер	3	1
Студент	172	54,8
Школьник	9	2,9
Безработный	13	4,1
Трудовой стаж		
Менее 1 года	87	27,7
1–3 года	101	32,2
4–6 лет	58	18,5
7–10 лет	19	6
Более 10 лет	49	15,6
Уровень дохода		
Менее 20 000 рублей в месяц	99	31,5
20 000–40 000 рублей в месяц	52	16,6
40 000–60 000 рублей в месяц	44	14
Более 60 000 рублей в месяц	119	37,9
Населённый пункт проживания		
Город	264	84,1
Посёлок городского типа	27	8,6
Село	23	7,3
Частота использования социальных сетей		
Никогда	2	0,6
Реже одного раза в неделю	1	0,3
1–2 раза в неделю	8	2,5
Каждый день	162	51,6
Несколько раз в день	141	45

Составлено автором

Таблица 3

Сравнение социально-демографических параметров и параметра, касающегося частоты использования социальных сетей, между опрошенными с наличием или отсутствием тревожности при использовании социальных сетей. n, общее количество опрошенного населения, OR, отношение шансов

Параметры	Наличие тревожности от социальных сетей		Скорректированный остаток	χ^2 (p-value)	V Крамера (p-value)
Пол, n					
Мужской	Да	68	-3	9 (p < 0,05)	0,17 (p < 0,05)
	Нет	23	3		
Женский	Да	197	3		
	Нет	26	-3		
Возраст, n					
15–17 лет	Да	16	-0,6	1 (p = 0,96)	0,05 (p = 0,96)
	Нет	4	0,6		
18–24 года	Да	141	0		
	Нет	26	0		
25–34 года	Да	47	-0,1		
	Нет	9	0,1		
35–44 года	Да	37	0,7		
	Нет	5	-0,7		
45–54 года	Да	21	-0,1		
	Нет	4	0,1		
Старше 55 лет	Да	3	-0,5		
	Нет	1	0,5		
Уровень образования, n					
Среднее	Да	62	-0,2	0,64 (p = 0,89)	0,05 (p = 0,89)
	Нет	12	0,2		
Неоконченное высшее	Да	96	-0,3		
	Нет	19	0,3		
Высшее	Да	95	0,7		
	Нет	15	-0,7		
Послевузовское	Да	12	-0,5		
	Нет	3	0,5		
Семейное положение, n					
Холост/незамужем	Да	161	-0,6	0,79 (p = 0,94)	0,05 (p = 0,94)
	Нет	32	0,6		
В браке	Да	69	0,8		
	Нет	10	-0,8		
Разведён/разведена	Да	14	-0,2		
	Нет	3	0,2		
Вдовец/вдова	Да	4	-0,3		
	Нет	1	0,3		
В гражданском браке	Да	17	0,1		
	Нет	3	-0,1		
Профессия, n					
Работник государственного сектора	Да	48	0,6	6,3 (p = 0,3)	0,14 (p = 0,3)
	Нет	7	-0,6		
Работник частного сектора	Да	50	-0,9		
	Нет	12	0,9		
Пенсионер	Да	2	-0,9		
	Нет	1	0,9		
Студент	Да	146	0,3		
	Нет	26	-0,3		
Школьник	Да	6	-1,5		
	Нет	3	1,5		
Безработный	Да	13	1,6		
	Нет	0	-1,6		

Параметры	Наличие тревожности от социальных сетей		Скорректированный остаток	χ^2 (p-value)	V Крамера (p-value)
Стаж работы, n					
Менее 1 года	Да	77	1,2	4,5 (p = 0,33)	0,12 (p = 0,33)
	Нет	10	-1,2		
1–3 года	Да	81	-1,4		
	Нет	20	1,4		
4–6 лет	Да	52	1,2		
	Нет	6	-1,2		
7–10 лет	Да	16	0		
	Нет	3	0		
Более 10 лет	Да	39	-1		
	Нет	10	1		
Уровень дохода, n					
Менее 20000 рублей в месяц	Да	82	-0,5	2,2 (p = 0,5)	0,08 (p = 0,5)
	Нет	17	0,5		
20 000–40 000 рублей в месяц	Да	45	0,5		
	Нет	7	-0,5		
40 000–60 000 рублей в месяц	Да	40	1,3		
	Нет	4	-1,3		
Более 60 000 рублей в месяц	Да	98	-0,8		
	Нет	21	0,8		
Населённый пункт проживания, n					
Город	Да	222	-0,3	1 (p = 0,6)	0,06 (p = 0,6)
	Нет	42	0,3		
Посёлок городского типа	Да	22	-0,4		
	Нет	5	0,4		
Село	Да	21	0,9		
	Нет	2	-0,9		
Частота использования социальных сетей, n					
Никогда	Да	2	0,6	3,5 (p = 0,47)	0,1 (p = 0,47)
	Нет	0	-0,6		
Реже одного раза в неделю	Да	1	0,4		
	Нет	0	-0,4		
1–2 раза в неделю	Да	5	-1,7		
	Нет	3	1,7		
Каждый день	Да	138	0,4		
	Нет	24	-0,4		
Несколько раз в день	Да	119	0		
	Нет	22	0		

Составлено автором