

## **Фаббинг и субъективное благополучие личности в близких отношениях**

**Научный руководитель – Екимчик Ольга Александровна**

***Крылова Анастасия Дмитриевна***

*Студент (бакалавр)*

Костромской государственной университет, Кострома, Россия

*E-mail: anastaskrvol@gmail.com*

Являясь неотъемлемым атрибутом жизни человека, межличностные отношения играют большую роль во всех сферах жизнедеятельности. При этом качество этих отношений зависит от общения и уровня достигнутого понимания.

Отношения, являясь составляющей сущности личности, во многом определяют индивидуальное благополучие личности [1]. Близкие отношения - существенный фактор психологического благополучия личности, задающий эмоциональное направление ее мировосприятия, оказывающий влияние на переживание счастья и удовлетворенности жизнью.

В связи с компьютеризацией современного общества, направленной на улучшение качества жизни людей, появляется новый социальный феномен, способный повлиять на удовлетворенность личности, - фаббинг. Фаббинг - социальное явление, характеризующееся пренебрежением партнера посредством гаджета в процессе коммуникации.

Последствия влияния злоупотребления смартфонами на взаимодействия и взаимоотношения между людьми у ученых вызывает беспокойство. Исследования показывают, что во время бесед, при которых партнеры отвлекаются на мобильные телефоны, наблюдается более низкий уровень эмпатического интереса, уровень качества доверия и сочувствия также становится более низким [3].

В своем исследовании Робертс и Дэвид, изучая американцев, установили, что фаббинг влияет не только на удовлетворенность отношениями, но и на удовлетворенность жизнью. Данный феномен становится причиной конфликтов между партнерами, снижает удовлетворенность отношениями и субъективное благополучие в целом [6].

Также учёным удалось установить, что фаббинг вызывает цепную реакцию. То есть, если человек видит, что собеседники его демонстративно игнорируют, то он и сам начинает искать поддержку в социальных сетях [2].

Результаты другого исследования показывают, что само наличие под рукой телефона делает общение партнеров менее душевным, особенно когда обсуждаются важные для них темы [5].

В связи с вышесказанным, определяется выбор проблемы нашего исследования: каким образом фаббинг связан с структурными и содержательными компонентами субъективного благополучия личности в близких отношениях?

Целью нашего исследования является выявление и изучение связей фаббинга и компонентов субъективного благополучия личности в близких отношениях.

В рамках данного исследования были использованы такие психодиагностические методики, как «Фаббинг партнера» (Partner phubbing (Pphubbing) James A. Roberts, Meredith E. David, 2015), шкала «Фаббинг» (2015) [4], мульти-опросник измерения романтической привязанности у взрослых К.А. Бреннан, Ф.Р. Шейвера (MIMARA, 1995; адаптация О.А. Екимчик, Т.Л. Крюковой, 2009), опросник диадического совладания Г.Боденманна (DCI, 2008), «Шкала субъективного благополучия» А. Перруд-Баду, Г.А. Мендельсон, Ж. Шиш (1988; адаптация М. В. Соколовой, 1996), «Шкала оценки отношений» С. Хендрик (1998; адаптация О.А. Сычева, 2016).

Выборку исследования составили 30 пар (30 женщин и 30 мужчин) состоящих в близких отношениях от 1 года до 7 лет (средняя длительность - 2 года 10 месяцев), не состоящих в браке. Возраст испытуемых, принявших участие в исследовании колеблется от 18 до 29 лет ( $M_{\text{общ}} = 23$ ,  $M_{\text{ж}} = 21,6$ ,  $M_{\text{м}} = 23$ ). 16 пар испытуемых проживают раздельно, 14 совместно.

По результатам исследования планируется определить: каким образом проявление фаббинга взаимосвязано с удовлетворенностью близкими отношениями и субъективным благополучие личности в целом.

### Источники и литература

- 1) Крюкова Т.Л. Совладание со стрессом в контексте близких (партнерских) отношений / Т.Л. Крюкова, О.А. Екимчик // Ученые записки Казанского университета. – 2015. – Т. 157. - №4. – С. 203
- 2) Bodenmann G. Common Factors in the Enhancement of Dyadic Coping / G. Bodenmann, A.K. Randall // Behavior Therapy. – 2012. – Vol. 43. – P. 88–98.
- 3) Chotpitayasunondh V. How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone / V. Chotpitayasunondh, Karen M. Douglas // Computers in Human Behavior. – 2016. – Vol. 63. – P. 9-18.
- 4) Karadağ E. Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model / E. Karadağ, Ş. B. Tosuntaş, E. Erzen, P. Duru, N. Bostan, B. M. Şahin, İ. Çulha, B. Babadağ // Journal of Behavioral Addictions. - 2015. – Vol. 4(2). - P. 60–74.
- 5) Przybylski A. «Can you connect with me now? How the presence of mobile communication technology influences face-to-face conversation quality» / A. Przybylski, N. Weinstein // Journal of Social and Personal Relationships. – 2013. – Vol. 30
- 6) Roberts J. My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners / J. Roberts, M. David // Computers in Human Behavior. – 2015. – Vol. 54.