

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(национальный исследовательский университет)
Факультет «Психология»
Кафедра «Психология развития»

РАБОТА ПРОВЕРЕНА

Рецензент,

канд. психол. н., доцент

_____ О.Б. Конева

_____ 2016 г.

ДОПУСТИТЬ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой,

д. психол.н., профессор

_____ Е.Л. Солдатова

_____ 2016г.

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И
ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ СОЦИАЛЬНОЙ
СЕТИ**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
К ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЕ
ЮУРГУ- 37.04.01.2016.106. ПЗ ВКР

Руководитель работы

канд. псих.н., доцент

_____ Д.В. Иноземцев

_____ 2016г.

Автор работы

студент группы ПМ-256

_____ К.С.Малова

_____ 2016г.

Нормоконтролер

_____ Н.А. Шанькова

_____ 2016г.

Челябинск 2016

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	7
ГЛАВА 1 ОБЗОР ТЕОРЕТИЧЕСКИХ И ЭМПИРИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ	9
1.1 Понятие психологического благополучия	9
1.2 Факторы психологического благополучия	22
1.3 Исследования социальных сетей	29
ГЛАВА 2 ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ	33
2.1 Цель, задачи, предмет и объект исследования	33
2.2 Методики исследования.....	34
2.3 Методы математической обработки данных	39
Глава 3 АНАЛИЗ И ОПИСАНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ.....	44
3.1 Определение количественных показателей поведенческой активности пользователей социальной сети.....	44
3.2 Анализ взаимосвязи факторов психологического благополучия и поведенческой активности пользователя социальной сети.....	48
3.3 Посторенные модели предсказания факторов психологического благополучия на основании параметров поведенческой активности.....	58
3.4 Апробация построенных моделей предсказания факторов психологического благополучия	61
ВЫВОДЫ	64
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	65
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	66
ПРИЛОЖЕНИЯ	71
ПРИЛОЖЕНИЕ А.....	71
ПРИЛОЖЕНИЕ Б	73
ПРИЛОЖЕНИЕ В.....	79

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы. Социальные сети стали представлять интерес для исследователей сравнительно недавно. Люди проводят в них все большее количество времени, социальные сети все больше сливаются с повседневной жизнью. В зарубежных странах уже существует множество специалистов и профессиональных сообществ, занимающихся проблемой исследования социальных сетей. Так, например, на базе твитов исследователи США изучают паттерны в человеческом поведении, социальные связи, распространение инфекционных болезней, факторы риска для организма человека и многое другое. Потому представляется возможным исследование взаимосвязи различных психологических аспектов жизни человека с параметрами, получаемыми из профилей пользователей социальных сетей. Тем более что существует распространенное мнение о том, что социальные сети негативно влияют на жизнь людей.

Проблема психологического благополучия личности, в свою очередь, является одной из фундаментальных в психологии, поэтому интерес к ней сохраняется на протяжении всей истории психологической науки.

Цель работы – изучить соотношение психологического благополучия с параметрами поведенческой активности пользователей в социальной сети.

Задачи работы:

1. Проанализировать основные теоретические и эмпирические исследования психологического благополучия и социальных сетей.
2. Разработать количественные параметры оценки профиля пользователя социальной сети.
3. Выявить взаимосвязь между факторами психологического благополучия и параметрами поведенческой активности пользователя социальной сети.
4. Построить модель предсказания факторов психологического благополучия на основании параметров поведенческой активности пользователей социальной сети.

5. Апробировать созданные модели предсказания факторов психологического благополучия.

Объект работы – факторы психологического благополучия.

Предмет работы – взаимосвязь факторов психологического благополучия с параметрами поведенческой активности.

Выборка: пользователи социальной сети «ВКонтакте» мужского и женского пола от 18 до 27 лет. Объем выборки составил 60 человек. Эксперты: 4 психолога, имеющие профиль в социальной сети «ВКонтакте» и работающие по профессии более 5 лет. Оценщики: 7 пользователей социальной сети «ВКонтакте».

Гипотеза: некоторые факторы психологического благополучия взаимосвязаны с параметрами поведенческой активности пользователей в социальной сети.

Методики исследования: «шкала субъективного переживания одиночества» (С.В. Духновский), «тест-опросник самоотношения» (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев), методика «самооценки эмоциональных состояний» (А. Уэссман и Д. Рикс), «шкала психологического благополучия» (Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко).

Результаты работы рекомендуется использовать при работе с интернет-зависимыми подростками, при подборе кадров на различные должности (для выявления индивидуальных особенностей на основании данных, полученных из социальных сетей).

Структура и объем: дипломная работа состоит из введения, трех глав, выводов, заключения и библиографического списка (всего 60 наименований). Первая глава содержит результаты теоретического анализа литературы, а также определение понятия «психологическое благополучие». Вторая глава содержит план, условия организации, методики и методы исследования. В третьей главе анализируются и интерпретируются полученные результаты. В тексте работы имеются 10 таблиц, 1 рисунок и 3 приложения. Общий объем 84 страницы.

ГЛАВА 1 ОБЗОР ТЕОРЕТИЧЕСКИХ И ЭМПИРИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ

1.1 Понятие психологического благополучия

Понятие психологического благополучия стало предметом внимания психологов сравнительно недавно, однако на сегодняшний момент имеется ряд зарубежных и отечественных разработок данной проблемы.

Описывая критерии психического здоровья, исследователи главную роль отводят психическому равновесию и связанным с ним гармоничности организации психики и ее адаптивным возможностям, адекватность субъективного восприятия отражаемым предметам, явлениям и обстоятельствам, соответствие психических реакций интенсивности внешних раздражителей, упорядоченность и причинную обусловленность психических явлений, критическую самооценку и оценку окружающих обстоятельств, способность к адекватному изменению поведения в соответствии с переменами окружающей обстановки и его организации в соответствии с принятыми морально-этическими нормами, чувство привязанности и ответственности по отношению к близким людям, способность составлять и осуществлять свой жизненный план. Приводимые исследователями критерии, за исключением двух последних, часто представляют собой традиционные для патопсихологии критерии адекватности и критичности, и, следовательно, не могут расцениваться как позитивные. Другой попыткой определить признаки, характеризующие психическое здоровье, является гуманистически-ориентированный «перечень», включающий в себя способность адекватного восприятия окружающей среды, осознанное совершение поступков, целеустремленность, работоспособность, активность, полноценность семейной жизни [29].

За рубежом представители психологии здоровья трактуют это понятие как благополучие (well-being) в самом широком смысле. Благополучие – это

многофакторный конструкт, представляющий сложную взаимосвязь культурных, социальных, психологических, физических, экономических и духовных факторов.

Этот сложный продукт является результатом влияния генетической предрасположенности, среды и особенностей индивидуального развития. Такая формулировка благополучия наиболее точно соответствует определению здоровья, зафиксированному в преамбуле Устава Всемирной Организации Здравоохранения: «Здоровье – это не только отсутствие каких-либо болезней и дефектов, но и состояние полного физического, психического и социального благополучия». Тогда вопрос заключается в определении понятия благополучия, которое рассматривалось в психологии в контексте изучения счастья, субъективного благополучия (Subjective Well-Being), удовлетворенности жизнью (Life Satisfaction) и качества жизни (Quality of Life).

Анализ ряда исследований позволяет отграничить понятие «психологическое благополучие» от ряда других терминов схожих, но не тождественных ему. Понятие «психологическое благополучие» делает акцент на субъективной эмоциональной оценке человеком себя, своей жизни, а также на аспектах позитивного личностного функционирования. Подобное понимание обособляет его от ряда других понятий, которые зачастую неадекватно используются как его синонимы. Так, в отличие от понятий «психическое здоровье» и «качество жизни» психологическое благополучие напрямую не связано с наличием либо с отсутствием каких-либо психических или соматических недугов. От концепций позитивного психического здоровья представления о психологическом благополучии отличны интересом не только к самоактуализационным аспектам, но также к тому, каким образом они воспринимаются самой личностью, заострением внимания на переживании человеком счастья и удовлетворённостью самим собой и своим окружением [1, 9].

В научных работах М. Аргайла и Р. Кемпбелла удовлетворенность жизнью понимается как достаточно простой феномен, как некоторая оценка, которой человек характеризует свою текущую жизненную ситуацию. Не подвергая

сомнению возможность получения такой оценки от респондента (при психологическом или социологическом анкетировании), необходимо заметить, что за ней стоит широкий спектр переживаний субъективного благополучия личности. Различные аспекты субъективного благополучия, внутренняя картина этого переживания редко выступали предметом психологического исследования [5, 37].

За многозначностью психологических понятий стоит многомерность психических явлений (даже простых), множественность связей между ними.

Представление о том, что осмысленная жизнь есть залог духовного равновесия, душевного благополучия в широком смысле слова, а отсутствие смысла жизни приводит к формированию особого типа заболевания – ноогенного невроза, благодаря работам В. Франкла, прочно укоренилось в современной психологии и породило многочисленные и многоаспектные исследования [56].

Однако, недостаток исследований связи смысла жизни и позитивных аспектов функционирования личности, отчасти, обусловлен многообразием подходов, выделяющих различные параметры такого функционирования. Поэтому становится актуальным введение понятия, которое могло бы обобщить эти характеристики. В данном исследовании в качестве такового выступает понятие «психологическое благополучие», разрабатываемое N. Bradburn, R Ryan и E. Deci, C. Ryff, E. Diener, A. Waterman, А.В. Ворониной. Несмотря на многочисленность подходов к трактовке психологического благополучия и его эмпирических исследований, это понятие все же остается одним из малоразработанных как в зарубежной, так и отечественной психологии [50, 55].

К. Рифф решает вопрос: «Что значит быть благополучным с психологической точки зрения?» – на основании интеграции различных теорий, связанных с благополучием, предлагая обобщенную модель психологического благополучия, включающую шесть составляющих.

Ключевыми измерениями благополучия и их теоретическими истоками в ее концепции являются: позитивное отношение к себе и своей прошлой жизни

(самопринятие), наличие целей и занятий, придающих жизни смысл (цели в жизни), способность выполнять требования повседневной жизни (компетентность), чувство непрекращающегося развития и самореализации (личностный рост), отношения с другими, пронизанные заботой и доверием (позитивные отношения с другими), способность следовать собственным убеждениям (автономность) [17].

Основываясь на концепции психологического благополучия, созданной Кэрл Рифф, в которой обобщены теории, описывающие различные аспекты позитивного функционирования личности (теории А. Маслоу, К. Роджерса, Г. Олпорта, К.Г. Юнга, Э. Эриксона, М. Яходы и др.), а также, отмечая вслед за Эдвардом Динером, что исследование психологического благополучия должно учитывать не только непосредственно измеряемый уровень благополучия, но также принимать во внимание внутреннюю, индивидуальную систему координат, с которой человек соотносит собственное психологическое благополучие, Фесенко в своих работах определяет психологическое благополучие как интегральный показатель степени направленности человека на реализацию основных компонентов позитивного функционирования (личностного роста, самопринятия, управления средой, автономии, цели в жизни, позитивных отношений с окружающими), а также степени реализованности этой направленности, субъективно выражающейся в ощущении счастья, удовлетворённости собой и собственной жизнью [53-54].

В диссертации автора [там же] различается понятие «идеальное психологическое благополучие», представляющего собой степень направленности личности на реализацию компонентов позитивного функционирования (т.е. выраженность стремления реализовать себя в автономном существовании, в поддержании позитивных отношений с окружающими людьми, направленности на личностный рост и пр.); и понятие «актуальное психологическое благополучие» некоторая – это некоторая субъективная оценка степени реализованности этой направленности в реальной жизни личности. При этом

предполагается и обосновывается, что структура (т.е. соотношение компонентов) актуального и идеального психологического благополучия могут не совпадать и сильно различаться.

Кроме того, в исследовании автора вводится понятие уровня «актуального психологического благополучия». Низкий уровень актуального психологического благополучия обусловлен преобладанием негативного аффекта (общего ощущения собственной несчастливиости, неудовлетворенности собственной жизнью), высокий – преобладанием позитивного аффекта (ощущением удовлетворенности собственной жизнью, счастья). Каждый уровень может иметь специфичные для него структуры актуального и идеального психологического благополучия (которые не совпадают) и соотношение (степень расхождения) между актуальным и идеальным психологическим благополучием.

В зарубежных исследованиях, посвященных изучению оптимального благополучия центральной для данного направления стала проблема субъективного благополучия личности, которая первоначально включала в себя понятия счастья, удовлетворенности жизнью, положительной эмоциональности, психологического здоровья, стойкости духа и т.д. Одним из первых было исследование Н.М. Брэдберна, в котором обнаружилось, что шкалы негативного и позитивного аффекта, по существу, друг с другом не связаны, показывая при этом независимые корреляции со шкалой общего благополучия [15].

Впоследствии это понимание счастья, определяемого как баланс между положительным и отрицательным аффектом, получило широкое распространение. В ходе дальнейших исследований было предложено говорить не о реальном уровне благополучия, а употреблять термин «декларируемое», или «признаваемое» счастье [35].

Подобная ориентация исследователей субъективного благополучия связана с тем принципиальным положением, что оно оценивается исключительно самим индивидом с позиций его ценностей и целей. Поскольку последние всегда индивидуальны, то универсальной для всех структуры благополучия быть не

может, и единственное, что остается исследователям – изучать факторы, которые влияют на это чувство счастья и удовлетворенности. В данном контексте предпочитают употреблять более термин «качество жизни, связанное со здоровьем» (Health Related Quality of Life), синонимами для которого являются понятия субъективного состояния здоровья и функционального статуса. Большинство работ, посвященных вопросам изучения качества жизни, содержат описание тех сфер жизнедеятельности, на которые обычно направлено внимание исследователей: физическую, психологическую и социальную.

- Соматическое измерение включает в себя побочные эффекты занятий спортом и/или лечения.
- Психологическое измерение представляет собой степень благополучия человека, определяемого в терминах дискомфорта и дистресса.
- Психосоциальное отражает так называемые психосоциальные стрессоры, к которым относятся как серьезные, драматические (утрата работы, развод, смерть близкого человека), так и повседневные (они описываются как «стычки» – hassles – раздражающие, фрустрирующие требования окружающей среды, которые характеризуют повседневное взаимодействие с ней) стрессовые ситуации и события [43].

Помимо этого зачастую в исследованиях психологического благополучия личности немалое внимание уделяется соответствию актуальных (актуализируемых) потребностей субъективным возможностям человека по их удовлетворению. Другими словами, здесь сфера потребности получает теснейшую связь со сферой самосознания. При высоких потребностях, но низком уровне оцениваемой самостоятельно возможности удовлетворения потребности, появляется ощущение субъективного неблагополучия, в то время как обратное соотношение, вероятно, ведет к благополучию. Таким образом, устанавливается связь между актуализацией потребностей и осознанием их реализации [49].

Можно предположить, что уровень психологического благополучия будет соответствовать удовлетворению потребностей разного уровня:

1. витальные (биологические) потребности;
2. социальные потребности в узком и собственном смысле слова (поскольку социально опосредованы все побуждения человека) включают стремление к принадлежности к социальной группе (общности) и стремление занимать в данной группе определенное место, пользоваться вниманием, привязанностью и вниманием окружающих, быть объектом их уважения, почитания и любви;
3. идеальные потребности познания окружающего мира и собственного места в нем, познания смысла и назначения своего существования в мире как путем присвоения уже имеющихся культурных ценностей, так и путем открытия чего-либо совершенно нового, неизвестного предшествующим поколениям [34].

Такое построение согласуется и с концепцией А. Маслоу, в которой предлагается, что степень самоактуализации личности соответствует иерархической структуре потребностной сферы. В ее основании стоят биогенные потребности, затем, психофизиологические, социальные, высшие и наивысшую позицию в ней занимают так называемые «мета-потребности».

Существенно для понимания субъективного благополучия то, что в теории А. Маслоу подчеркивается «переходность» от одной потребности к другой как результат удовлетворения первой [56].

Термин «субъективное благополучие», широко используемый в зарубежной психологической литературе, появился в отечественной психологии сравнительно недавно. Несмотря на то, что оценка субъектом собственной жизни, эмоциональное отношение к ней являлись темой многих философских, социологических и психологических исследований, в нашей стране проблема субъективного благополучия практически не изучена (хотя и имеет глубокие исторические корни) [10].

Согласно представлениям отечественных исследователей, психологическое содержание понятия психологического благополучия личности многогранно и многоаспектно. Субъективное благополучие является характеристикой личности. Здесь имеет место своего рода «соотношение личности с жизнью», в котором, по

образному замечанию К.А. Абульхановой-Славской, и надо искать психологические определения личности [2-3]. Чем богаче, разнообразнее жизнь субъекта, чем определеннее позиция личности в жизни, тем сложнее структурная композиция субъективного благополучия и, очевидно, тем глубже внутренний мир человека и богаче, многограннее его отношения с другими. Субъективное благополучие может по-разному проявляться и соответственно детерминироваться в зависимости от того или иного уровня взаимодействия личности с миром, в зависимости от того или иного уровня ее организации.

Субъективное благополучие является и категорией субъектности человека, в которой слиты воедино и восприятие, и оценка, и соотнесение, и другие процессы, обусловленные через многократные опосредования внешними и внутренними детерминантами; речь идет, прежде всего, о субъективности отношений личности. Вместе с тем, как заметил В.Э. Чудновский [], необходимо признать, что своеобразный, специфически целостный внутренний мир человека, имеющий свои закономерности, свои тенденции развития, возникает на основе объективных связей и условий. С другой стороны, объективация внутреннего мира в поведении, деятельности, по сути, и становится основой для переживания благополучия либо неблагополучия [57-58].

Поскольку субъективное имеет и свою активную сторону, оно не только порождается событием, но воздействует на него [там же], субъективное благополучие обладает достаточно весомым активным началом. Как удовлетворенность, так и неудовлетворенность предметной деятельностью, отношениями или собой могут становиться катализаторами той или иной активности субъекта. В результате пополнения опыта переживания удовлетворенности или неудовлетворенности может сформироваться и стремление (склонность) личности, реализующей свою субъектность, либо к удовлетворенности, либо к избеганию неудовлетворенности. Вполне очевидно, что это не одно и то же. В основе данных явлений лежат разные мотивы, и результатом соответствующей активности совершенно не обязательно будут

одинаковые явления. Такая постановка вопроса требует эмпирического разрешения, позволяющего определить не только мотивационные векторы, но и целый комплекс поведенческих выходов данной субъективной ситуации.

Понятие «субъективность» отражает характеристики внутреннего мира человека; соответственно, когда речь идет о психологическом благополучии, необходимо особенно обратить внимание на характер установления самим человеком (субъектом) связей между отражаемыми оценочными характеристиками внешних объектов и явлений, включая и объективные эффекты собственного поведения (внешние инстанции) и характеристиками внутреннего мира (внутренние инстанции).

Социально-психологический анализ субъективного благополучия предполагает рассмотрение данного явления во всей совокупности внешних и внутренних инстанций, системе социальных связей и отношений личности. Как отмечал Б.Ф. Ломов, в социальной психологии субъективность раскрывается через анализ личности, и прежде всего личностных отношений индивида к социальным событиям [33].

Здесь речь идет не просто о переживании благополучия или неблагополучия, но и о тех процессах, которые в определенной степени являются его детерминантами и которые сами оказываются под влиянием субъективно переживаемого благополучия. Как известно, взаимоотношения человека с другими людьми, его поведение и профессиональная деятельность подвержены большому влиянию со стороны системы отношений. Личность и характеризуется как система отношений. И в этом смысле особое значение приобретает тезис о том, что отношения человека представляют сознательную, избирательную, основанную на опыте, психологическую связь его с различными сторонами объективной действительности. Эта связь выражается в его действиях, реакциях и переживаниях [25].

По мнению Р.М. Шамянова, субъективное благополучие – это понятие, выражающее собственное отношение человека к своей личности, жизни и

процессам, имеющим важное значение для личности с точки зрения усвоенных нормативных представлений о внешней и внутренней среде и характеризующееся ощущением удовлетворенности [59].

Другой отечественный психолог Л.В. Куликов, рассматривая детерминанты удовлетворенности жизнью, также рассматривает понятие благополучия. Так, благополучие в большей степени обусловлено самооценкой и чувством социальной принадлежности, чем биологическими функциями организма. Оно связано с реализацией физических, духовных и социальных потенций человека [30-32].

В субъективном благополучии (как в целом, так и в его составляющих) целесообразно выделять два основных компонента: когнитивный (рефлексивный) – представления об отдельных сторонах собственного существования, и эмоциональный – доминирующий эмоциональный тон отношений к этим сторонам.

Когнитивный компонент благополучия возникает при целостной, относительно непротиворечивой картине мира у человека, при понимании, осознании текущей жизненной ситуации. Диссонанс в когнитивную сферу вносит противоречивая информация, восприятие ситуации как неопределенной, информационная и/или сенсорная депривация.

Эмоциональный компонент благополучия представляет собой переживание, объединяющее чувства, которые обусловлены успешным (или неуспешным) функционированием личности. Дисгармония в любой сфере личности вызывает одновременно и эмоциональный дискомфорт. Именно в нем достаточно полно и точно отражено неблагополучие в разных сферах личности [20, 42].

Так как понятие психологического благополучия очень неоднозначно, Э. Динер, анализируя литературные данные, выделил следующие признаки субъективного благополучия [36]:

1. Субъективность. Это означает, что субъективное благополучие существует внутри индивидуального опыта.

2. Позитивность измерения. Субъективное благополучие – не просто отсутствие негативных факторов (что характерно для большинства определений психического).

3. Глобальность измерения. Субъективное благополучие обычно включает в себя глобальную оценку всех аспектов жизни человека в период от нескольких недель до десятков лет.

Именно психологическое отношение личности к жизни, её изменениям и определяет душевное и моральное удовлетворение собственной жизнью, даже в том случае, когда объективные характеристики говорят об обратном.

Л.В. Куликов отмечает, что удовлетворенность жизнью оказывает влияние и на настроение, и на психическое состояние, и в целом на психологическую устойчивость личности [32, 52].

Переживание благополучия является важнейшей составной частью доминирующего настроения личности. Именно через настроение субъективное благополучие оказывает постоянное влияние на различные параметры психического состояния личности и как следствие на успешность ее поведения, продуктивность деятельности, эффективность межличностного взаимодействия и многие другие стороны внешней и внутренней активности [44].

Субъективное благополучие выступает, прежде всего, как переживание, как важная детерминанта настроения, в котором оно наиболее ярко проявляется. Как субъективное благополучие, так и настроение являются сложными психическими феноменами, которым, с одной стороны, свойственны множественные проявления в психике, а с другой, они сами испытывают влияние большого числа факторов.

Социальное положение, профессиональная занятость, специфика труда оказывают значительное влияние на характеристики доминирующего настроения личности. Основным фактором детерминации особенностей настроения является процесс самореализации личности, успешность его протекания, полнота раскрытия потенциалов человека [34].

Таким образом, психологическое благополучие рассматривается как субъективно переживаемое состояние, являющееся реакцией на качество взаимодействия «Я – Жизнь». В рамках субъективного опыта признаками благополучия или неблагополучия являются: общее эмоциональное состояние в связи с жизненной ситуацией, динамический компонент жизнедеятельности (активность-пассивность, наличие стремлений, желаний и др.), чувство насыщенности-пустоты жизни, удовлетворённость, связанная с реализацией планов, удовлетворением потребностей, ощущение стабильности-нестабильности окружающего мира, ожидания от будущего[11] .

Существуют объективные показатели благополучия, объективные критерии благополучия, успешности, показатели здоровья, материального достатка. Все они так или иначе оказывают то или иное влияние на субъективное переживание благополучия. Это переживание в значительной мере обусловлено особенностями отношений личности к себе, окружающему миру в целом и его отдельным сторонам. Все внешние факторы благополучия при любых объективных характеристиках по самой природе психики не могут действовать на переживание благополучия непосредственно – только лишь через субъективное восприятие и субъективную оценку, которые обусловлены особенностями всех сфер личности [19]

По мнению ряда авторов, благополучие личности складывается из ряда составляющих.

Социальное благополучие – это удовлетворенность личности своим социальным статусом и актуальным состоянием общества, к которому эта личность принадлежит. Это также удовлетворенность межличностными связями и статусом в микросоциальном окружении, чувство общности [7].

Духовное благополучие – это ощущение причастности к духовной культуре общества, осознание возможности приобщаться к ценностям духовной культуры, осознание и переживание смысла собственной жизни, наличие веры во что-либо.

Физическое благополучие включает в себя хорошее физическое самочувствие, телесный комфорт, ощущение здоровья, удовлетворяющий индивида физический тонус.

Материальное благополучие, в целом, это удовлетворенность материальной стороной своего существования.

Психологическое благополучие (душевный комфорт) – гармония психических процессов и функций, ощущение целостности, внутреннего равновесия. [6, 45].

Родственными понятиями для субъективного благополучия, часто употребляемыми в научной литературе, являются понятия «оптимизм», «удовлетворенность жизнью», «счастье». В большинстве вышеперечисленных исследований «субъективного благополучия», данное понятие рассматривается как синонимичное понятию «счастье».

Наиболее общее психологическое определение счастья связано с пониманием его как ощущения полноты бытия, радости и удовлетворенности жизнью, лежащих в основе оптимального, здорового и эффективного функционирования личности [61].

В целом, определения психологического благополучия, содержащиеся в работах различных авторов, можно сгруппировать в три категории:

1. Нормативное благополучие, которое определяется по внешним критериям, таким как добродетельная «правильная» жизнь. Условием благополучия является степень соответствия той системе ценностей, которая принята в данной культуре. Человек ощущает благополучие, если обладает некоторыми социально желательными качествами.

2. Определение психологического благополучия отождествляется с понятием удовлетворенности жизнью и связывается со стандартами человека в отношении того, что является хорошей жизнью. В данном подходе благополучие является глобальной оценкой качества жизни человека в соответствии с его собственными критериями. Это определение подразумевает, что благополучие – это гармоничное удовлетворение желаний и стремлений человека.

3. Третье значение понятия психологического благополучия тесно связано с обыденным пониманием счастья как превосходства положительных эмоций над отрицательными. Данное определение подчеркивает приятные эмоциональные переживания, которые либо объективно преобладают в жизни человека, либо человек субъективно склонен к ним.

1.2 Факторы психологического благополучия

При изучении проблемы психологического благополучия немаловажным является выявление ключевых факторов психологического благополучия личности. В данной работе было выделено несколько таких факторов.

Так, к числу выделенных факторов относится степень субъективного переживания одиночества. По мнению Духновского С.В., переживание чувства одиночества оказывает немаловажное влияние на удовлетворенность собственной жизнью [12].

В разделе руководства «Одиночество: определение понятий» автор сравнивает несколько определений феномена одиночества, данные различными авторами (В.Л. Леви, С.Л. Вербицкой, Г.М. Тихоновым и др.). Общим для всех этих определений является указание на неудовлетворенность интенсивностью и характером взаимоотношений с другими людьми, сопровождающуюся тягостными переживаниями [13].

Согласно автору, шкала субъективного переживания одиночества (СПО) базируется на представлении о том, что одиночество является следствием дисгармонии межличностных отношений, в качестве индикаторов которой выступают их напряженность, конфликтность, агрессивность, а также степень близости-отдаленности между субъектами.

Автор указывает, что типичными эмоциональными состояниями одиноких людей являются отчаяние, тоска, нетерпение, ощущение собственной непривлекательности, беспомощность, подавленность, внутренняя опустошенность, скука, утрата надежд, изоляция, жалость к себе, скованность,

раздражительность, незащищенность, покинутость, меланхолия и отчужденность [51].

Существуют группы социальных и психолого-педагогических знаний, обуславливающих тенденцию развития одиночества:

1. Знание о семейном благополучии (в том числе формальном – полнота семьи, материальная обеспеченность, количество человек в семье).
2. Знание об успешности учебной деятельности.
3. Знание об адекватности поведенческих (в том числе и ответных) реакций.

Если события, приведшие к возникновению одиночества, можно легко определить, то факторы, сохраняющие или затягивающие одиночество, выявить гораздо сложнее. Столкнувшись с переменными в своем социальном окружении, люди пытаются приспособиться и исправить недостатки в новом кругу общения. Когда эти недостатки и состояния одиночества сохраняются, то объяснения, которые люди дают своему одиночеству, могут сильно воздействовать и на средства его преодоления, и на их эмоции.

В то же время, одиночество обладает и позитивным потенциалом. Позитивный потенциал одиночества заключается в том, что оно является фактором низкой самопривязанности, то есть своего рода индикатором неудовлетворенности человека своим положением, что побуждает человека к установлению соответствия с идеальными представлениями о себе, к развитию собственной личности.

В качестве источников одиночества в психологии и психотерапии рассматриваются так называемые императивы.

Неврологический императив включает предписания оптимального для благополучного функционирования личности диапазона стимуляции в физической, культурной и межличностной среде. Особое значение имеют при этом качественные аспекты: в поле взаимодействий личности должно иметься субъективно значимое человеческое взаимодействие, при недостатке которого возникает характерное чувство «одиночества в толпе».

Психологический императив провоцирует отказ от исключения отношений, ведущих к переживаниям, связанных с представлением человека о том, что его не любят и отвергают.

Социальный императив предписывает такое восприятие ситуации, что при исключении из социальной группы мы не получим того, в чем мы нуждаемся и чего хотим от жизни. В таком случае исключение становится вызовом базисным стремлениям к безопасности и удовлетворению физических и сексуальных потребностей.

Когнитивный императив указывает на то, что для того, чтобы выжить в обществе, мы посылаем и принимаем межличностные сообщения. Препятствия в общении, такие, например, как незнакомый иностранный язык, приводят к чувству изоляции от людей [38].

В качестве еще одного фактора психологического благополучия было выделено самоотношение. В качестве исходного принимается различие содержания «Я-образа» (знания или представления о себе, в том числе и в форме оценки выраженности тех или иных черт) и самоотношения. В ходе жизни человек познает себя и накапливает о себе знания, эти знания и составляют содержательную часть его представлений о себе. Однако знания о себе самом, естественно, ему небезразличны: то, что в них раскрывается, оказывается объектом его собственных эмоций, оценок, становится предметом его более или менее устойчивого самоотношения [14].

Рассмотрим содержание фактора исходя из содержания используемого в исследовании теста-опросника самоотношения (авторы – В.В. Столин, С.Р. Пантелеев). Опросник измеряет интегральное чувство «за» или «против» собственно «Я» испытуемого, а также включает следующее шкалы: самоуважение, аутосимпатия, ожидаемое отношение от других, самоинтерес.

Опросник содержит также семь шкал, направленных на измерение выраженности установки на те или иные внутренние действия в адрес «Я» испытуемого.

Шкала 1 – самоуверенность.

Шкала 2 – отношение других.

Шкала 3 – самопринятие.

Шкала 4 – саморуководство, самопоследовательность.

Шкала 5 – самообвинение.

Шкала 6 – самоинтерес.

Шкала 7 – самопонимание.

Глобальное самоотношение – внутренне недифференцированное чувство «за» и «против» самого себя.

Шкала самоуважения объединяет утверждения, касающиеся «внутренней последовательности», «самопонимания», «самоуверенности». Речь идет о том аспекте самоотношения, который эмоционально и содержательно объединяет веру в свои силы, способности, энергию, самостоятельность, оценку собственных возможностей, способность контролировать собственную жизнь и быть самопоследовательным, понимание самого себя.

Аутосимпатия отражает дружественность-враждебность к собственному «Я». В данную шкалу вошли пункты, касающиеся «самопринятия», «самообвинения». В содержательном плане шкала на позитивном полюсе объединяет одобрение себя в целом и в существенных частностях, доверие к себе и позитивную самооценку, на негативном полюсе – видение в себе по преимуществу недостатков, низкую самооценку, готовность к самообвинению. Пункты свидетельствуют о таких эмоциональных реакциях на себя, как раздражение, презрение, издевка, вынесение самоприговоров.

Самоинтерес отражает меру близости к самому себе, в частности, интерес к собственным мыслям и чувствам, готовность общаться с собой «на равных», уверенность в своей интересности для других.

Ожидаемое отношение от других отражает ожидание позитивного или негативного отношения к себе окружающих.

К факторам психологического благополучия также можно отнести актуальные эмоциональные состояния. В общем виде эмоциональное состояние – характеристика эмоций человека, отражающая ее положение относительно объектов окружающей среды. Состояние может быть наблюдаемо как внешне, так и внутренне. Внутреннее состояние эмоций фиксируется сознанием субъекта на определенный момент времени тех ощущений благополучия (неблагополучия) как организма в целом, как и его частей. Внешне оценка состояния эмоций фиксируется высказываниями испытуемого по определенным признакам. Состояние человека выступает регулятивной функцией адаптации к окружающей среде или ситуации [16].

В данной работе внимание обращено на такие составляющие как «спокойствие-тревожность» (в опросе испытуемый показывает выдержанность, сдержанность, терпеливость, степенность, благоразумность, уравновешенность, невозмутимость, терпимость, либо по самооценке испытуемого прогнозируется запуганность, закомплексованность, нерешительность, пугливость, неуверенность, напряженность, боязливость); «энергичность-усталость» (оценка себя как инициативного, деятельного, предприимчивого, устремленного, активного, либо как неинициативного, пассивного, инертного, безынициативного, вялого, апатичного, безразличного, медлительного); «приподнятость-подавленность» (оценка себя как темпераментного, порывистого, энергичного, вольнолюбивого, раскрепощенного, живого, подвижного, бойкого, либо как застенчивого, робкого, нерешительного, несмелого, стеснительного, угнетенного, подавленного) и «уверенность в себе-чувство беспомощности» (оценка себя как решительного, упорного, работоспособного, сильного, волевого, твердого, самостоятельного, либо как безответного, слабохарактерного, безгласного, несмелого, слабого, слабовольного).

Оценка своего состояния в целом отражает выраженность, степень эмоционального подъема или истощения.

Далее, вернемся к точке зрения К. Рифф по проблеме психологического благополучия. Автор выделяет в своей методике несколько шкал, которые мы рассмотрим как факторы психологического благополучия.

В целом, понятие «психологическое благополучие» делает акцент на субъективной эмоциональной оценке человеком себя и собственной жизни, а также на аспектах самоактуализации и личностного роста, что связано с позитивным функционированием личности [28].

Каждый из шести компонентов психологического благополучия, выделенных К. Рифф, (самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономия, управление окружающей средой, цель в жизни, личностный рост), являясь, по сути, аспектом позитивного функционирования личности, может достигать разной степени выраженности, тем самым, определяя уникальную структуру и интегральный показатель психологического благополучия каждого отдельного человека [60].

Шкала «Позитивные отношения с окружающими».

Высокие и нормативные значения свидетельствуют о наличии близких, приятных, доверительных отношений с окружающими, желании проявлять заботу о других людях. Способность к эмпатии, любви и близости. Умение находить компромиссы во взаимоотношениях.

Низкие значения позволяют говорить об отсутствии достаточного количества близких, доверительных отношений. Трудности в проявлении теплоты, открытости и заботы о других людях. Переживание собственной изолированности и фрустрированности. Нежелание идти на компромиссы для поддержания важных связей с окружающими.

Шкала «Автономия».

Высокие и нормативные значения свидетельствуют о независимости, способности противостоять социальному давлению в собственных мыслях и поступках. Возможность регулировать свое поведение и оценивать себя, исходя из собственных стандартов.

Низкие значения: озабоченность ожиданиями и оценками других людей, ориентация на чужое мнение при принятии важных решений. Неспособность противостоять социальному давлению в мыслях и поступках.

Шкала «Управление средой».

Высокие и нормативные значения позволяют сделать вывод о выраженном чувстве уверенности и компетентности в управлении повседневными делами, способности эффективно использовать различные жизненные обстоятельства, умения самому выбирать и создавать условия, удовлетворяющие личностным потребностям и ценностям.

Низкие значения свидетельствуют о неспособности справляться с повседневными делами, ощущении невозможности изменить или улучшить условия своей жизни. Чувство бессилия в управлении окружающим миром.

Шкала «Личностный рост».

Высокие и нормативные значения свидетельствуют о выраженном чувстве непрерывного саморазвития, отслеживании собственного личностного роста и ощущении самосовершенствования с течением времени, а также о реализации собственного потенциала.

Низкие значения связаны с переживанием личностной стагнации, отсутствием ощущения личностного прогресса с течением времени. Скука и незаинтересованность жизнью. Ощущение неспособности усваивать новые навыки.

Шкала «Цели в жизни».

Высокие и нормативные значения свидетельствуют о наличии целей в жизни и чувства осмысленности жизни, об ощущении, что настоящее и прошлое осмысленны. Присутствие убеждений, придающих цели жизни.

Низкие значения: недостаток целей и чувства осмысленности жизни. Ощущение, что настоящее и прошлое бессмысленны. Переживание тоски, скуки. Отсутствие жизненных ориентиров, способных придать смысл жизни.

Шкала «Самопринятие».

Высокие и нормативные значения свидетельствуют о поддержании позитивного отношения к себе, признании и принятии всего собственного личностного многообразия, включающего свои как хорошие, так и плохие качества. Позитивная оценка своего прошлого в целом.

Низкие значения связаны с недовольством самим собой, разочарованием в собственном прошлом. Обеспокоенность некоторыми чертами собственной личности, непринятие себя, желание быть другим, не таким, каков есть на самом деле.

Выделенные факторы психологического благополучия: переживание чувства одиночества, эмоциональные состояния, самоотношение, самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономия, управление окружающей средой, цель в жизни и личностный рост способны достигать различной степени выраженности, тем самым, определяя уникальную структуру и интегральный показатель психологического благополучия каждого отдельного человека.

1.3 Исследования социальных сетей

Жизнь современного человека уже невозможно представить без интернета. Безусловно, такой способ общения удобен, прост и доступен для каждого. И наиболее популярными сайтами в интернете являются социальные сети. С помощью них становится возможным общение на огромных расстояниях. Для современного человека социальная сеть, прежде всего, является возможностью общения с друзьями, а также своего рода способом самовыражения.

Исследованием социальных сетей в России начали заниматься сравнительно недавно, в то время как за рубежом проблема исследования социальных сетей в науке встала чуть раньше. Следует отметить, что на данный момент такие исследования в психологической науке практически отсутствуют. Имеющиеся исследования представлены по большей части в научных статьях [18].

Некоторые авторы рассматривают подходы к исследованию социальных сетей как социального феномена. Теории исследования социальных сетей были

разработаны задолго до появления интернета и в математике, и в социологии. В современной науке используются ресурсный, нормативный, динамический и структурный подходы для изучения социальных сетей.

Так, в статье «Влияние социальных сетей», рассказывается о развитии социальных сетей за последние несколько лет и о том, как социальные сети сливаются с повседневной жизнью онлайн-пользователя, а также о том, как она влияет на психику человека [49].

Согласно данным исследований социальных медиа в России, около 89% российских интернет-пользователей имеют «аккаунты» в социальных сетях. Столь высокий процент российских аккаунтов впечатляет. Эти данные следует считать объективными, если принять в расчет, что на данный момент в России 43 миллиона интернет-пользователей (тех, кто заходит в интернет хотя бы раз в полгода) и 25 миллионов активных интернет-пользователей (тех, кто заходит в интернет хотя бы раз в день), а также около 75 миллионов аккаунтов «ВКонтакте», 45 миллионов на «Одноклассники.ру» и более одного миллиона в российском «Facebook» [22].

Немаловажным на данный момент является изучение проблемы отрицательного влияния социальных сетей на личность человека в целом и на его коммуникативные качества в частности. Особое внимание здесь уделяется проблемам обезличивания и самообмана и анализу особенностей поведения интернет-пользователей в социальных сетях [26].

Так, в социальных сетях представлены «виртуальные» идентичности, нередко отличающиеся от «реальных» идентичностей (как они сложились в реальной жизни). Когда пользователь социальных сетей конструирует более одной идентичности, их можно назвать альтернативными. В исследовании авторов на основании глубинных интервью с 42 испытуемыми (три группы: 15-17, 18-21 и 22-25 лет; в каждой группе поровну мужчин и женщин) изучены особенности конструирования и презентирования альтернативной идентичности в социальных сетях и выявлены возрастные и половые различия в конструировании

альтернативных идентичностей и в отношении к их содержательной стороне. В целом, показано, что наличие альтернативных идентичностей оказывает негативное влияние на жизнь человека, особенно если пользователь проводит в социальной сети немало времени.

Итак, социальные сети становятся всё более популярными. Огромное число людей имеют «аккаунты» сразу в нескольких из них. С помощью социальных сетей люди находят своих друзей, общаются, объединяются по интересам, обмениваются информацией. При этом активно пользуясь социальными сетями, человек сообщает о себе множество разнообразной информации. Можно ли на основе этой информации сказать что-то определённое о человека или использовать её, например, для его оценки при отборе на работу? Недавнее исследование Дональда Ключпера и его коллег показывает, что можно [27].

Исследователи задались целью проверить, можно ли на основе анализа профиля в сети «Facebook» определить выраженность черт Большой пятёрки его владельца, предсказать вероятность найма этого человека на работу, а также его будущую эффективность. По мнению авторов, многие личностные особенности отражаются в профиле «Facebook». Например, количество друзей может быть связано с экстраверсией, люди с высоким уровнем сознательности вероятнее всего будут более осторожными в отношении содержания сообщений и комментариев, которые они пишут в сети, а люди с выраженной доброжелательностью будут более доверчивыми, поэтому их профиль будет содержать большее количество личной информации. Для проверки данных предположений трёх специально подготовленных оценщиков попросили проанализировать 274 профиля реальных людей в сети «Facebook», и на основе данной информации оценить выраженность у владельцев этих профилей каждой из черт Большой пятёрки (нейротизм, экстраверсия, открытость опыту, доброжелательность, сознательность), а также определить вероятность их найма на стартовую позицию в сфере услуг. Спустя 6 месяцев после данной процедуры оценки исследователи связались с руководителями оцениваемых участников

исследования и попросили их заполнить опросники об эффективности данного работника и его личностных чертах.

Результаты показали, что оценки выраженности личностных черт, полученные от экспертов, значимо связаны ($r = 0,23-0,44$) с оценками, полученными с помощью самоотчётного личностного опросника. Таким образом, анализ профиля в «Facebook» является хорошим способом оценки личностных черт его владельца.

Также авторами была обнаружена значимая корреляция между оценками личностных черт по профилю в «Facebook» и оценками эффективности работы, полученными от руководителей. Наибольшей предсказательной силой обладают эмоциональная устойчивость ($r = 0,27$) и доброжелательность ($r = 0,31$).

Среди оценок личностных черт, полученных от самого оцениваемого, с эффективностью работы коррелирует только экстраверсия ($r = 0,28$). Таким образом, анализ профиля в «Facebook» оказался более валидным методом предсказания эффективности деятельности, чем самоотчётный личностный опросник. А приняв во внимание тот факт, что на анализ одного профиля у оценщиков уходило до 10 минут, этот способ оценки личности является очень привлекательным для использования его в процессе отбора персонала.

Таким образом, анализ поведенческой активности в социальной сети способен дать исследователям достаточно точную информацию о личностных особенностях пользователей и потому представляет интерес оценка личностных особенностей исходя из анализа поведенческой активности в сети.

ГЛАВА 2 ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Цель, задачи, предмет и объект исследования

Цель исследования: изучить соотношение психологического благополучия с параметрами поведенческой активности пользователей в социальной сети.

Задачами исследования являются:

1. Проанализировать основные теоретические и эмпирические исследования психологического благополучия и анализа поведенческой активности пользователей социальных сетей.

2. Разработать количественные параметры оценки профиля пользователя социальной сети.

3. Построить модель предсказания факторов психологического благополучия на основании параметров поведенческой активности пользователей социальной сети.

4. Апробировать созданные модели предсказания факторов психологического благополучия

Основная гипотеза: некоторые факторы психологического благополучия взаимосвязаны с параметрами поведенческой активности пользователей в социальной сети.

Объектом исследования являются факторы психологического благополучия.

Предметом исследования является взаимосвязь факторов психологического благополучия с параметрами поведенческой активности.

Выборка: пользователи социальной сети «ВКонтакте» мужского и женского пола от 18 до 27 лет. Объем выборки составил 60 человек. Эксперты: 4 психолога, имеющие профиль в социальной сети «ВКонтакте» и работающие по профессии более 5 лет. Оценщики: 7 пользователей социальной сети «ВКонтакте».

Гипотеза: некоторые факторы психологического благополучия взаимосвязаны с параметрами поведенческой активности пользователей в социальной сети.

Методики: Шкала субъективного переживания одиночества (С.В. Духновский), тест-опросник самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев), методика самооценки эмоциональных состояний (А. Уэссман и Д. Рикс), шкала психологического благополучия (Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко).

2.2 Методики исследования

Шкала субъективного переживания одиночества (С.В. Духновский)

В разделе руководства «Одиночество: определение понятий» автор сравнивает несколько определений феномена одиночества, данные различными авторами (В.Л. Леви, С.Л. Вербицкой, Г.М. Тихоновым и др.). Общим для всех этих определений является указание на неудовлетворенность интенсивностью и характером взаимоотношений с другими людьми, сопровождающуюся тягостными переживаниями. Согласно автору, шкала субъективного переживания одиночества (СПО) базируется на представлении о том, что одиночество является следствием дисгармонии межличностных отношений, индикаторами которых выступают их напряженность, конфликтность, агрессивность, а также степень близости-отдаленности между субъектами [22].

Методика состоит из единственной шкалы, измеряющей степень выраженности переживания одиночества. Она включает в себя 17 вопросов с одинаковым форматом ответа: 1 – полностью не согласен, 2 – согласен в малой степени, 3 – согласен почти наполовину, 4 – согласен наполовину, 5 – согласен более чем наполовину, 6 – согласен почти полностью, 7 – согласен полностью. Такая дробная шкала, с одной стороны, является преимуществом методики, поскольку позволяет получать дифференцированные оценки измеряемого качества. С другой стороны, чрезмерная детализация может не соответствовать способности испытуемых проводить настолько тонкие различия в степени согласия, что будет приводить к завышению согласованности ответов вследствие действия установочных факторов.

13 вопросов шкалы имеют прямой ключ и четыре вопроса – обратный.

В руководстве приведены данные о надежности-согласованности и устойчивости к перетестированию. Надежность-согласованность проверялась на выборке 330 человек в возрасте от 22 до 46 лет, из них 167 женщин, 163 мужчины.

Коэффициент альфа Кронбаха на этой выборке оказался равен 0,75. Метод Спирмена-Брауна расщеплением пополам дал значение, равное 0,80. Основываясь на данных по согласованности, стандартная ошибка измерения для СПО равна 1 стелу.

Надежность-стабильность: коэффициенты корреляции между баллами первого и второго тестирования с перерывом в 3 недели находятся в диапазоне 0,53-0,78.

Конструктивная валидность шкалы СПО устанавливалась путем соотнесения баллов, полученных по методике, с показателями ряда психологических опросников.

В руководстве упоминается несколько исследований, но приводится только совокупный объем выборки: 177 человек (98 женщин и 79 мужчин). Наибольшая теснота связи зафиксирована для шкал ПЧО (профиль чувств в отношениях; автор Л.В. Куликов), СОМО (субъективная оценка межличностных отношений; автор С.В. Духновский) и ШСБ (шкала субъективного благополучия; адаптированный М.В. Соколовой вариант опросника Ж. Перудэ-Бадю).

Общая оценка качества теста (достоинства и ограничения). СПО представляет собой краткий и удобный в применении инструмент, обладающий достаточной внутренней согласованностью и конструктивной валидностью.

Тест-опросник самооотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев)

Тест опросник самооотношения (ОСО) построен в соответствии с разработанной В.В. Столиным иерархической моделью структуры самооотношения. Данная версия опросника позволяет выявить три уровня самооотношения, отличающихся по степени обобщенности:

1. глобальное самооотношение;

2. самоотношение, дифференцированное по самоуважению, аутсимпатии, самоинтересу и ожиданиям отношения к себе;

3. уровень конкретных действий (готовностей к ним) в отношении к своему «Я».

В качестве исходного принимается различие содержания «Я-образа» (знания или представления о себе, в том числе и в форме оценки выраженности тех или иных черт) и самоотношения.

В ходе жизни человек познает себя и накапливает о себе знания, эти знания составляют содержательную часть его представлений о себе. Однако знания о себе самом, естественно, ему небезразличны: то, что в них раскрывается, оказывается объектом его эмоций, оценок, становится предметом его более или менее устойчивого самоотношения [8].

Опросник включает следующие шкалы:

Шкала S – измеряет интегральное чувство «за» или «против» собственно «Я» испытуемого.

Шкала I – самоуважение.

Шкала II – аутосимпатия.

Шкала III – ожидаемое отношение от других.

Шкала IV – самоинтерес.

Опросник содержит также семь шкал, направленных на измерение выраженности установки на те или иные внутренние действия в адрес «Я» испытуемого.

Шкала 1 – самоуверенность.

Шкала 2 – отношение других.

Шкала 3 – самопринятие.

Шкала 4 – саморуководство, самопоследовательность.

Шкала 5 – самообвинение.

Шкала 6 – самоинтерес.

Шкала 7 – самопонимание.

Методика самооценки эмоциональных состояний (А.Уэссман и Д.Рикс)

Методика, разработанная американскими психологами А. Уэссманом и Д. Риксом, применяется для самооценки эмоциональных состояний и степени бодрствования.

Измерение в этой методике производится в десятибалльной (стеновой) системе. Простота выполнения задания делают ее весьма оперативным инструментом. При этом можно как вычерчивать кривые изменения отдельных показателей, так и работать только с интегральным результатом.

Обработка состоит в определении следующих показателей:

И1 – «Спокойствие-тревожность» (индивидуальная самооценка И1 равняется номеру суждения, выбранного испытуемым из данной шкалы).

Аналогично получают индивидуальные значения по показателям И2-И4.

И2 – «Энергичность-усталость».

И3 – «Приподнятость-подавленность».

И4 – «Чувство уверенности в себе-чувство беспомощности».

И5 – Суммарная (по четырем шкалам) оценка состояния:

Интерпретация: если сумма баллов от 26 до 40, то испытуемый высоко оценивает свое эмоциональное состояние, если от 15 до 25 баллов, то средняя оценка эмоционального состояния и низкая, если от 4 до 14 баллов.

В общем виде эмоциональное состояние – характеристика эмоций человека, отражающая ее положение относительно объектов окружающей среды.

Состояние может быть наблюдаемо как внешне, так и внутренне. Внутреннее состояние эмоций фиксируется сознанием субъекта на определенный момент времени тех ощущений благополучия (неблагополучия) как организма в целом, как и его частей.

Внешне оценка состояния эмоций фиксируется высказываниями испытуемого по определенным признакам.

Состояние человека выступает регулятивной функцией адаптации к окружающей среде или ситуации.

*Шкала психологического благополучия (К. Рифф, в адаптации Т.Д. Шевеленковой,
П.П. Фесенко)*

Методика «Шкала психологического благополучия» является адаптированным русскоязычным вариантом опросника «The scales of psychological well-being», предложенного К. Рифф (адаптация – П.П. Фесенко, Т.Д. Шевеленкова).

В основу теории К. Рифф положены основные концепции, так или иначе связанные с понятием «психологическое благополучие» и относящиеся к проблеме позитивного психологического функционирования.

Подобный подход позволил ей обобщить и выделить шесть основных компонентов психологического благополучия: самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономия, управление окружающей средой, цель в жизни, личностный рост.

Методика включает в себя шесть шкал: автономность, компетентность, личностный рост, позитивные отношения, жизненные цели, самопринятие. Результаты стандартизации методики ($n = 510$) свидетельствуют о том, что она обладает хорошими психометрическими показателями.

Подтверждена шестифакторная модель психологического благополучия с ведущими компонентами «самопринятие» и «цель в жизни».

Каждый из шести компонентов психологического благополучия, выделенных К. Рифф, являясь аспектом позитивного функционирования личности, может достигать разной степени выраженности, тем самым, определяя уникальную структуру и интегральный показатель психологического благополучия каждого отдельного человека.

Методика содержит 84 утверждения, к которым предложена шкала с шестью возможными вариантами ответов для шести шкал: от «абсолютно согласен» до «абсолютно не согласен».

Индекс общего психологического благополучия определяется путем суммирования баллов, полученных по всем шести шкалам.

Методика оценки параметров поведенческой активности пользователя социальной сети

Приглашенные для работы эксперты-психологи анализировали профили пользователей социальной сети и выделяли возможные количественные поведенческие индикаторы.

Экспертами стали 4 психолога, имеющие профиль в социальной сети «ВКонтакте» и работающие по профессии более 5 лет.

В результате был составлен список из 42 количественных показателей поведенческой активности (см. Приложение А).

По аналогии с зарубежными исследованиями [26, 27, 39], в качестве названий параметров были выделены общепринятые употребления в социальных сетях, являющихся техническими параметрами поведенческой активности.

2.3 Методы математической обработки данных

Первичные описательные статистики

К первичным описательным статистикам обычно относят числовые характеристики распределения измеренного на выборке признака. Каждая такая характеристика отражает в одном числовом значении свойство распределения множества результатов измерения: с точки зрения их расположения на числовой оси либо с точки зрения их изменчивости. Основное назначение каждой из первичных описательных статистик – замена множества значений признака, измеренного на выборке, одним числом (например, средним значением как мерой центральной тенденции). Компактное описание группы при помощи первичных статистик позволяет интерпретировать результаты измерений, в частности, путем сравнения первичных статистик разных групп.

Для экспериментальных данных полученных по выборке можно вычислить ряд числовых характеристик (мер).

Мода (M_o) – это такое числовое значение, которое встречается в выборке наиболее часто.

Медиана (Md) – величина по отношению к которой по крайней мере 50% выборочных значений меньше нее и по крайней мере 50% – больше. Медиана – это значение, которое делит упорядоченное множество данных пополам.

Среднее арифметическое – сумма всех значений измеренного признака, деленная на количество суммированных значений [48].

Кластерный анализ

Кластерный анализ решает задачу построения классификации, то есть разделения исходного множества объектов на группы (классы, кластеры). При этом предполагается, что у исследователя нет исходных допущений ни о составе классов, ни об их отличии друг от друга.

Приступая к кластерному анализу, исследователь располагает лишь информацией о характеристиках (признаках) для объектов, позволяющей судить о сходстве (различии) объектов, либо только данными об их попарном сходстве (различии). В литературе часто встречаются синонимы кластерного анализа: автоматическая классификация, таксономический анализ, анализ образов (без обучения).

На первом шаге кластерного анализа путем перебора всех пар объектов определяется пара (или пары) наиболее близких объектов, которые объединяются в первичные кластеры. Далее на каждом шаге к каждому первичному кластеру присоединяется объект (кластер), который к нему ближе. Этот процесс повторяется до тех пор, пока все объекты не будут объединены в один кластер. Критерий объединения объектов (кластеров) может быть разным и определяется методом кластерного анализа.

Основным результатом применения иерархического кластерного анализа является дендрограмма – графическое изображение последовательности объединения объектов в кластеры.

Кластерный анализ – это комбинаторная процедура, имеющая простой и наглядный результат. Широта возможного применения кластерного анализа очевидна настолько же, насколько очевиден и его смысл. Классифицирование или

разделение исходного множества объектов на различающиеся группы – всегда первый шаг в любой умственной деятельности, предваряющий поиск причин обнаруженных различий.

Можно указать ряд задач, при решении которых кластерный анализ является более эффективным, чем другие многомерные методы:

1. разбиение совокупности испытуемых на группы по измеренным признакам с целью дальнейшей проверки причин межгрупповых различий по внешним критериям, например, проверка гипотез о том, проявляются ли типологические различия между испытуемыми по измеренным признакам;

2. применение кластерного анализа как значительно более простого и наглядного аналога факторного анализа, когда ставится только задача группировки признаков на основе их корреляции;

3. классификация объектов на основе непосредственных оценок различий между ними.

Несмотря на различие целей проведения кластерного анализа, можно выделить общую его последовательность как ряд относительно самостоятельных шагов, играющих существенную роль в прикладном исследовании.

Существуют различные методы иерархического кластерного анализа. В данном исследовании при обработке данных применялся метод одиночной связи – это наиболее понятный метод, который часто называют методом «ближайшего соседа». Алгоритм начинается с поиска двух наиболее близких объектов, пара которых образует первичный кластер. Каждый последующий объект присоединяется к тому кластеру, к одному из объектов которого он ближе [41].

Корреляционный анализ

Для определения значимости исследуемых взаимосвязей был использован метод ранговой корреляции r_s Спирмена [там же].

Метод ранговой корреляции Спирмена позволяет определить тесноту (силу) и направление корреляционной связи между двумя признаками или двумя профилями (иерархиями) признаков.

Коэффициент корреляции рангов Спирмена относится к непараметрическим показателям связи между переменными, измеренными в ранговой шкале. При расчете этого коэффициента не требуется никаких предположений о характере распределений признаков в генеральной совокупности. Этот коэффициент определяет степень тесноты связи порядковых признаков, которые в этом случае представляют собой ранги сравниваемых величин.

При использовании коэффициента ранговой корреляции условно оценивают тесноту связи между признаками, считая значения коэффициента равные 0,3 и менее, показателями слабой тесноты связи; значения более 0,4, но менее 0,7 – показателями умеренной тесноты связи, а значения 0,7 и более – показателями высокой тесноты связи.

Мощность коэффициента ранговой корреляции Спирмена несколько уступает мощности параметрического коэффициента корреляции.

Коэффициент ранговой корреляции целесообразно применять при наличии небольшого количества наблюдений. Данный метод может быть использован не только для количественно выраженных данных, но также и в случаях, когда регистрируемые значения определяются описательными признаками различной интенсивности.

Величина коэффициента корреляции Спирмена лежит в интервале от +1 до -1.

Регрессионный анализ

Множественный регрессионный анализ (МРА) предназначен для изучения взаимосвязи одной переменной (зависимой, результирующей) и нескольких других переменных (независимых, исходных). МРА может применяться как для решения прикладных задач, так и в исследовательских целях. Обычно МРА применяется для изучения возможности предсказания некоторого результата (обучения, деятельности) по ряду предварительно измеренных характеристик. При этом предполагается, что связь между одной зависимой переменной (Y) и несколькими независимыми переменными (X) можно выразить линейным уравнением. Помимо предсказания и определения степени его точности МРА

позволяет определить и то, какие показатели («независимые переменные») наиболее существенны, важны для предсказания, а какими переменными можно пренебречь, исключив их из анализа [4, 46].

Подсчет данных проводился с помощью статистического пакета IBM SPSS Statistics (версия 20) и программы MS Excel.

Глава 3 АНАЛИЗ И ОПИСАНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

3.1 Определение количественных показателей поведенческой активности пользователей социальной сети

На первом этапе работы стояла задача составить перечень параметров поведенческой активности пользователей социальной сети.

Для этого эксперты-психологи анализировали профили пользователей социальной сети и выделяли возможные количественные поведенческие индикаторы.

Экспертами стали 4 психолога, имеющие профиль в социальной сети «ВКонтакте» и работающие по профессии более 5 лет.

В результате был составлен список из 42 количественных показателей поведенческой активности (см. Приложение А).

Поскольку поведенческая активность пользователя не одинакова во времени, была выдвинута гипотеза о том, что факторы психологического благополучия могут зависеть от длительности сбора информации о пользователе.

Таким образом, кроме таких индикаторов как: количество «Записей на стене», «Видеозаписей», «Фотографий» и пр., также были выделены «временные» количественные показатели – активность пользователя по некоторым параметрам за 2, 4, 8, 12 недель.

Далее профили 60 испытуемых были оценены по выделенным поведенческим индикаторам.

Эксперты, составлявшие исходные поведенческие характеристики и оценщики, собирающие информацию из профиля, были разные люди.

Для проверки гипотезы о том, что «временные» количественные показатели могут давать различную информацию о пользователях, данные о поведенческой активности пользователя проанализированы при помощи корреляционного анализа. Итоги анализа представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Корреляционные взаимосвязи между показателями поведенческой активности пользователей

Показатели	Значения коэффициентов корреляции
Количество «Записей на стене» за 2, 4, 8, 12 недель	От 0,899** до 0,985**
Количество «Отметок «Мне нравится» к «записям на стене» за 2, 4, 8, 12 недель	От 0,784** до 0,971**
Количество «Смен аватарок» за 2, 4, 8, 12 недель	От 0,710** до 0,930**
Количество «Отметок «Мне нравится» к «аватаркам» за 2, 4, 8, 12 недель	От 0,618** до 0,908**
Количество добавленных «Фотоальбомов» за 2, 4, 8, 12 недель	От 0,542** до 0,884**
Количество добавленных фотографий за 2, 4, 8, 12 недель	От 0,615** до 0,939**
Количество фотографий на 1 альбом за 2, 4, 8, 12 недель	От 0,528** до 0,873**

** – $p \leq 0,01$

* – $p \leq 0,05$

Временные параметры положительно взаимосвязаны между собой (данные по показателям за 2, 4, 8 и 12 недель). Это может говорить о том, что поведенческая активность пользователя во времени имеет единые тенденции. Наибольшая сила показателей корреляций внутри каждого из «временных» показателей была получена с параметрами активности за 12 недель (см. Приложение Б).

Также было получено множество иных корреляций между показателями поведенческой активности пользователя социальной сети. Это было трактовано как избыточность выделенного количества поведенческих индикаторов, поскольку несколько параметров выражают одну и ту же поведенческую активность. Поэтому после сбора всех показателей были проведены работы по уменьшению количества показателей.

Для этого был проведен кластерный анализ результатов исследования. Результаты кластерного анализа представлены в виде дендрограммы (см. Рис 1) классификации показателей поведенческой активности пользователя социальной сети.

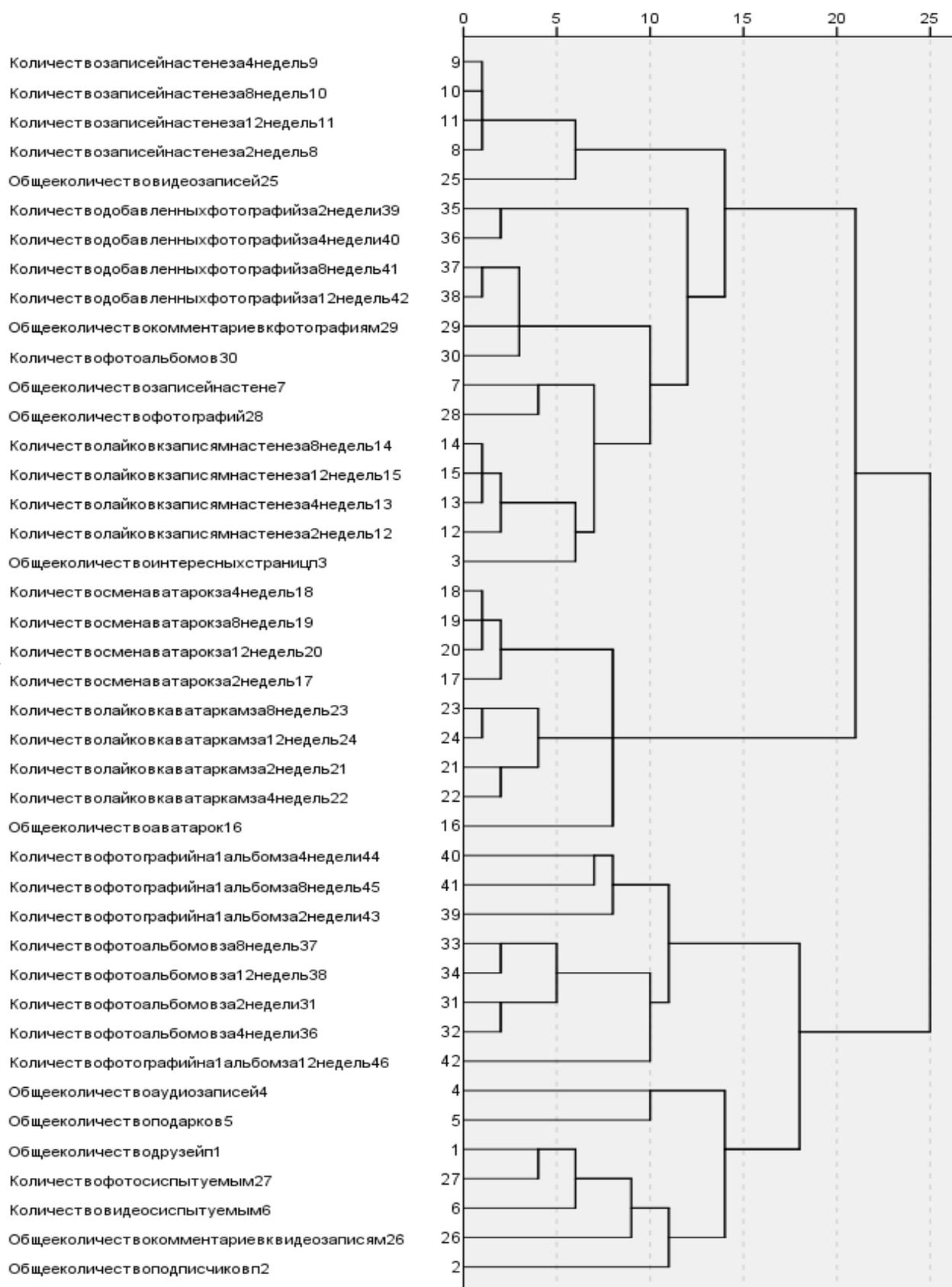


Рисунок 1 – Дендрограмма группировки количественных показателей пользователей социальной сети

Наиболее интересными для интерпретации являются кластеры, выделяемые на 5 (21 кластер) и 15 шаге (4 кластера).

На 15 шаге можно заметить 4 кластера.

Первый кластер состоит из показателей количество «Друзей», «Подписчиков», «Аудиозаписей», «Видеозаписей» с испытуемым, «Фото» с испытуемым, «Комментариев к видеозаписям». Данный кластер состоит из показателей, относящихся ко всему профилю и к разным его аспектам, потому может быть назван как «Базовые показатели профиля».

Второй кластер состоит из таких показателей как количество «Добавленных фотографий» за разный промежуток времени, количество «Добавленных видеозаписей» за разный промежуток времени, количество «Фотографий», «Фотоальбомов» «Видеозаписей», «Записей на стене» и пр. Его составляют показатели, связанные с добавлением контента в социальную сеть, потому он может быть назван «Добавление контента».

Следующий кластер состоит из показателей количества «Аватарок», «Смен Аватарок», «Отметок «Мне нравится» к Аватаркам» за разные промежутки времени. Там образом, этот кластер можно обозначить как «Работа с Аватарками». Следует отметить, что на дальнейших шагах кластерного анализа он объединяется с кластером «Добавление контента», что вполне логично, т.к. пользователь самостоятельно загружает «Аватарки» в социальную сеть.

Последний из выделенных кластеров состоит из таких показателей как количество «Фотографий на 1 альбом», количество «Фотоальбомов» за различные промежутки времени. Этот кластер связан с упорядочиванием контента и интерпретируется нами как «Структурирование информации».

Однако в дальнейшем анализ проходил без участия данных кластеров, поскольку не было выделено единого количественного показателя, способного объединить исходные поведенческие показатели в один. В работе анализ проходит по показателям, выделенным на 5 шаге.

В результате исходный список составил 21 показатель. Данные представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Соотношение показателей, выделенных на 5 и 15 шаге кластерного анализа

Показатели, выделенные на 5 шаге кластерного анализа	Показатели, выделенные на 15 шаге кластерного анализа
Количество «Друзей» Количество «Подписчиков» Количество «Аудиозаписей» Количество «Подарков» Количество «Видеозаписей» с испытуемым Количество «Комментариев к видеозаписям» Количество «Фотографий» с испытуемым	Базовые параметры профиля
Количество «Интересных страниц» Количество «Видеозаписей» Количество «Записей на стене» Количество «Отметок «Мне нравится» к записям на стене» Количество «Фотографий» Количество «Фотоальбомов»	Добавление контента
Количество «Аватарок» Количество «Смен аватарок» за 12 недель Количество «Отметок «Мне нравится» к аватаркам» за 12 недель	Работа с Аватарками
Количество «Фотоальбомов» за 4 недели Количество «Фотоальбомов» за 12 недель Количество добавленных фотографий за 12 недель Количество фотографий на 1 альбом за 8 недель Количество фотографий на 1 альбом за 12 недель	Структурирование информации

Итоговый список параметров поведенческой активности состоит из 21 показателя. Данные показатели – не окончательный вариант общего списка поведенческих показателей и с развитием методической базы в исследованиях поведенческой активности пользователя в социальной сети он может быть дополнен.

3.2 Анализ взаимосвязи факторов психологического благополучия и поведенческой активности пользователя социальной сети.

Для определения соотношений самооценок эмоциональных состояний с поведенческой активностью пользователей социальной сети, проведем анализ результатов.

Исследована корреляционная связь между результатами прохождения испытуемыми методики «самооценка эмоциональных состояний» (А.Уэссман и Д.Рикс) и показателями поведенческой активности. Данные приведены в таблице 3.

Таблица 3 – Значимые взаимосвязи между показателями методики «самооценка эмоциональных состояний» и показателями поведенческой активности пользователя

Показатели поведенческой активности пользователя	Шкалы методики «самооценка эмоциональных состояний»		
	Энергичность-усталость	Чувство уверенности в себе-чувство беспомощности	Самооценка эмоционального состояния
Количество «Подписчиков»		-0,298*	
Количество «Отметок «Мне нравится» к аватаркам» за 12 недель	-0,352*		-0,269*

** – $p \leq 0,01$

* – $p \leq 0,05$

Результаты, представленные в таблице, иллюстрируют наличие значимых взаимосвязей между результатами прохождения испытуемыми методики самооценки эмоциональных состояний (А.Уэссман и Д.Рикс) по шкалам «Энергичность-усталость», «Чувство уверенности в себе-чувство беспомощности», «Самооценка эмоционального состояния» и показателями поведенческой активности пользователей социальной сети.

Показатели по шкале «Энергичность-усталость» отрицательно коррелируют с количеством «Отметок «Мне нравится» к аватаркам» за 12 недель ($r = -0,352$; $p < 0,05$).

Следовательно, чем больше количество смен «Аватарок» за 12 недель и количество отметок «Мне нравится» к «Аватаркам» за 12 недель, тем больше у пользователя наблюдается чувство усталости. Общая самооценка эмоционального состояния также отрицательно коррелирует с количеством «Отметок «Мне нравится» к аватаркам» за 12 недель ($r = -0,269$; $p < 0,05$).

Количество «отметок «Мне нравится» отражает интерес других пользователей к профилю испытуемого и к нему самому, это может быть связано с активной социальной жизнью владельца профиля, наличием большого количества контактов в реальной и виртуальной жизни, что приводит к некоторой усталости и истощенности.

Между показателями по шкале «Чувство уверенности в себе-чувство беспомощности» и общим количеством «Подписчиков» получены значимые взаимосвязи ($r = -0,298$; $p < 0,05$).

Это позволяет говорить о том, что количество «Подписчиков» пользователя социальной страницы отражает степень переживания чувства уверенности в себе. Так, если подписчиков много, испытуемый переживает скорее чувство беспомощности, неуверенности в собственных силах.

Подписчики – это пользователи социальной сети, которых испытуемый «удалил» из числа своих «друзей».

Если у испытуемого много «подписчиков», т.е. он удаляет большое количество других пользователей со своей страницы социальной сети, он не хочет, чтобы его страница просматривалась этими пользователями, что может быть связано с его неуверенностью в себе, робостью и нерешительностью.

Для того чтобы определить соотношение показателей самоотношения и степени поведенческой активности пользователей социальной сети, проведем сравнение результатов прохождения испытуемыми опросника самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев) и показателей поведенческой активности.

При помощи корреляционного анализа мы исследовали взаимосвязь между результатами прохождения испытуемыми опросник самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев) и показателей поведенческой активности. Данные приведены в таблице 4.

Таблица 4 – Значимые взаимосвязи между показателями методики «тест-опросник самооотношения» и показателями поведенческой активности пользователя

Показатели поведенческой активности пользователя	Шкалы методики «Тест-опросник самооотношения»				
	Глобальное отношение	Самоуважение	Аутосимпатия	Ожидаемое отношение других	Самоинтерес
Количество «Друзей»				0,270*	0,413**
Количество «Видеозаписей» с испытуемым				0,334**	
Количество «Комментариев к видеозаписям»			-0,277*		
Количество «Смен аватарок» за 12 недель				-0,367**	
Количество «Отметок «Мне нравится к аватаркам» за 12 недель	-0,271*	-0,284*			
Количество «Фотографий» с испытуемым				0,294*	
Количество фотографий на 1 альбом за 8 недель				-0,257*	

** – $p \leq 0,01$

* – $p \leq 0,05$

Результаты, представленные в таблице, иллюстрируют наличие значимых взаимосвязей между результатами прохождения испытуемыми опросника самооотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев) и показателями поведенческой активности пользователей социальной сети.

Между показателями по шкале «Глобальное самооотношение» и количеством «Отметок «Мне нравится к аватаркам» за 12 недель получены значимые взаимосвязи ($r = -0,271$; $p < 0,05$).

Следовательно, чем больше количество «Отметок «Мне нравится к аватаркам» за 12 недель, тем ниже степень глобального самооотношения пользователя.

Выявлены значимые взаимосвязи между показателями по шкале «Самоуважение» и количеством «Отметок «Мне нравится к аватаркам» за 12 недель ($r = -0,284$; $p < 0,05$).

Следовательно, чем больше количество «Отметок «Мне нравится к аватаркам» за 12 недель, тем ниже у пользователя степень самоуважения.

Так как пользователь обладает внутренне недифференцированным чувством «против» самого себя, не высоко оценивает свои возможности и не верит в собственные силы, не обладает высоким уровнем самопоследовательности, он нередко меняет «Аватарки» – фотографии, представляющие его социальную страницу, своего рода «лицо» социальной страницы – на которые другие пользователи сразу обращают внимание, так как собственные «Аватарки» не устраивают владельца сети. Соответственно, с количеством «Аватарок» пропорционально возрастает число «Отметок «Мне нравится к аватаркам».

Между показателями по шкале «Аутосимпатия» и общим количеством «Комментариев к видеозаписям» получены значимые взаимосвязи ($r = -0,277$; $p < 0,05$).

Следовательно, чем больше общее количество «комментариев к видеозаписям», тем ниже степень аутосимпатии, положительного отношения к себе у пользователя социальной сети. Пункты шкалы свидетельствуют о таких эмоциональных реакциях на себя, как раздражение, презрение, издевка, вынесение самоприговоров («и поделом тебе»)

Получены значимые корреляционные связи между показателями по шкале «Ожидаемое отношение других» и такими показателями поведенческой активности пользователя как: количество «Друзей» ($r = 0,270$; $p < 0,05$), Количество «Видеозаписей» с испытуемым ($r = 0,334$; $p < 0,01$), количество «Смен аватарок» за 12 недель ($r = -0,367$; $p < 0,01$), количество «Фотографий» с испытуемым ($r = 0,294$; $p < 0,05$) и количество фотографий на 1 альбом за 8 недель ($r = -0,257$; $p < 0,05$).

Следовательно, чем больше общее количество «Друзей», «Видеозаписей» и «Фотографий» с испытуемым, тем вероятнее ожидание от окружающих положительного отношения к себе. Так данные показатели в целом отражают интерес к пользователю других людей, заинтересованность в нем, то,

соответственно, пользователь с возрастанием количества этих параметров чаще ожидает положительного отношения к себе со стороны других людей.

Чем выше количество «Смен аватарок» за 12 недель и количество фотографий на 1 альбом за 8 недель, тем вероятнее ожидание негативного отношения к себе окружающих. Пользователь, ожидающий негативного отношения к себе со стороны других пользователей, вероятно, нередко меняет «Аватарки» – фотографии, представляющие его социальную страницу, своего рода «лицо» социальной страницы – на которые другие пользователи сразу обращают внимание. Так как пользователь ожидает, что его «Аватарки» не устраивают других пользователей сети, он меняет их чаще.

Также был проведен корреляционный анализ связей вторичных шкал методики «Тест-опросник самооотношения» и показателей поведенческой активности пользователей социальной сети. Данные представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Значимые взаимосвязи между вторичными показателями методики «тест-опросник самооотношения» и показателями поведенческой активности пользователя

Показатели поведенческой активности пользователя	Шкалы методики «Тест-опросник самооотношения»				
	Отношение других	Саморуководство	Самообвинение	Самоинтерес	Самопонимание
Количество «Друзей»	0,393**		0,341**	0,360**	
Количество «Подписчиков»			0,274*		-0,353**
Количество «Подарков»	0,263*				
Количество «Видеозаписей»					-0,334**
Количество «Смен аватарок» за 12 недель	-0,286*	-0,254*			
Количество «Отметок «Мне нравится» к аватаркам» за 12 недель					-0,278*
Количество «Фотографий» с испытуемым	0,280*				
Количество фотографий на 1 альбом за 8 недель					-0,269*

* – $p \leq 0,05$

** – $p \leq 0,01$

Показатели по шкале «Отношение других» положительно коррелируют с количеством «Друзей» ($r = 0,393$; $p < 0,01$), с количеством «Подарков» ($r = 0,263$; $p < 0,05$), количеством «Фотографий» с испытуемым ($r = 0,280$; $p < 0,05$), также выявлены отрицательные значимые взаимосвязи с количеством «Смен аватарок» за 12 недель ($r = -0,286$; $p < 0,05$)

Следовательно, чем больше количество «Друзей» и «Подарков» пользователя, «Фотографий» с ним, тем лучше оцениваемое испытуемым отношение окружающих к нему. Так данные показатели в целом отражают интерес к пользователю других людей, заинтересованность в нем, то, соответственно, пользователь с возрастанием количества этих параметров оценивает отношение других людей к себе как положительное.

Выявлены значимые взаимосвязи между показателями по шкале «Саморуководство» и количеством «Смен аватарок» за 12 недель ($r = -0,254$; $p < 0,05$).

Следовательно, чем выше количество «смен аватарок» за 12 недель, тем менее последователен пользователь в своем поведении – такой пользователь может быть рассеянным, несобранным, неорганизованным, что и отражается в частой, возможно, хаотичной, «смене аватарок».

Показатели по шкале «Самообвинение» положительно коррелируют с количеством «Друзей» ($r = 0,341$; $p < 0,01$) и с количеством «Подписчиков» ($r = 0,274$; $p < 0,05$).

Следовательно, чем больше общее количество «Друзей» и «Подписчиков», тем выше степень самообвинения. Это может объясняться

Между показателями по шкале «Самоинтерес» и количеством «Друзей» получены значимые взаимосвязи ($r = 0,360$; $p < 0,01$).

Следовательно, чем большее количество «Друзей» пользователь имеет на своей странице, тем выше интерес пользователя к себе. Так как данный показатель отражает степень заинтересованности других людей в пользователе, с

возрастанием интереса окружающих возрастает и его собственная заинтересованность в себе.

Показатели по шкале «Самопонимание» отрицательно коррелируют с количеством «Подписчиков» ($r = -0,353$; $p < 0,01$), количеством «Видеозаписей» ($r = -0,334$; $p < 0,01$), количеством «Отметок «Мне нравится» к «аватаркам» за 12 недель ($r = -0,278$; $p < 0,05$) и количеством фотографий на 1 альбом за 8 недель ($r = -0,269$; $p < 0,05$).

Следовательно, чем больше количество «Подписчиков» у пользователя на странице, «Отметок «мне нравится» к «аватаркам» за 12 недель, общее число «Видеозаписей», и «количество фотографий на 1 альбом», тем ниже степень самопонимания пользователя. Пользователь, обладающий низкой способностью к самопониманию, добавляет большое количество информации (видеозаписи, фотографии и «Аватарки» (и, соответственно, растет число «отметок «мне нравится» к «аватаркам»)), такая информация скорее хаотична и неструктурирована. В свою очередь «Подписчики» – это пользователи социальной сети, которых испытуемый «удалил» из числа своих «Друзей». «Удаление» других пользователей также может быть связано с тем, что испытуемый не способен налаживать положительные отношения с окружающими, что, вероятно, может быть вызвано низкой степенью самопонимания, отражающейся на потребности в межличностном взаимодействии.

Если у испытуемого много «подписчиков», т.е. он удаляет большое количество других пользователей со своей страницы социальной сети, он не хочет, чтобы его страница просматривалась этими пользователями, что может быть связано с его неуверенностью в себе, робостью и нерешительностью.

Для того чтобы определить соотношение показателей самооотношения и степени поведенческой активности пользователей социальной сети, проведем сравнение результатов прохождения испытуемыми методики «шкала

психологического благополучия» (Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко) и показателей поведенческой активности.

При помощи корреляционного анализа мы исследовали взаимосвязь между результатами прохождения испытуемыми методики «шкала психологического благополучия» (Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко) и показателями поведенческой активности. Полученные данные приведены в таблице 6.

Таблица 6 – Значимые взаимосвязи между показателями методики «Шкала психологического благополучия» и показателями поведенческой активности пользователя

Показатели поведенческой активности пользователя	Шкалы методики «шкала психологического благополучия»		
	Позитивные отношения с окружающими	Личностный рост	Цели в жизни
Количество «Друзей»	0,286*		
Количество «Интересных страниц»		0,280*	0,331**

** – $p \leq 0,01$

* – $p \leq 0,05$

Результаты, представленные в таблице, иллюстрируют наличие значимых взаимосвязей между результатами прохождения испытуемыми методики «шкала психологического благополучия» (Т.Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко) и показателями поведенческой активности пользователей социальной сети.

Показатели по шкале «Позитивные отношения с окружающими» положительно коррелируют с количеством «Друзей» ($r = 0,286$; $p < 0,05$).

Следовательно, чем больше общее количество «друзей», тем выше показатели по данной шкале. Это связано с тем, что количество «Друзей» отражает интерес окружающих к испытуемому и взаимоотношения с ними. Испытуемый, имеющий хорошие взаимоотношения с другими людьми, чаще имеет большое количество друзей в реальной жизни, и, соответственно, большее количество «Друзей» в социальной сети.

Получены значимые взаимосвязи между показателями по шкале «Личностный рост» и количеством «Интересных страниц» ($r = 0,280$; $p < 0,05$).

Между показателями по шкале «Цели в жизни» и количеством «Интересных страниц» получены значимые взаимосвязи ($r = 0,331$; $p < 0,01$).

Следовательно, чем больше общее количество «интересных страниц» у пользователя социальной сети, тем выше выраженность чувства непрерывного саморазвития, что логично, так как «Интересные страницы» отражают интересы, склонности, «хобби», испытуемого, что влияет на степень реализации собственного потенциала. По этой же причине можно сделать вывод о том, что чем больше общее количество «интересных страниц» у пользователя, тем выраженнее чувство осмысленности жизни. Интерес пользователя к различным сторонам действительности, проявляющийся в количестве «Интересных страниц», приводит к ощущению осмысленности, единства прошлого, настоящего и будущего. Склонности и интересы в целом тесно связаны с целями в жизни.

Для того чтобы определить соотношение выраженности чувства субъективного переживания одиночества и степени поведенческой активности пользователей социальной сети, проведем сравнение результатов прохождения испытуемыми методики «шкала субъективного переживания одиночества (С.В. Духновский)» и показателей поведенческой активности. При помощи корреляционного анализа мы сравнили результаты прохождения испытуемыми методики «Шкала субъективного переживания одиночества (С.В. Духновский)» и показатели поведенческой активности.

Выявлены значимые взаимосвязи шкалы «Субъективного переживания одиночества» с количеством «Фотоальбомов» за 12 недель ($r = -0,289$; $p < 0,05$). Чем меньше количество «Фотоальбомов» за 12 недель, тем выраженнее чувство субъективного переживания одиночества. Это может быть связано с тем, что переживание чувства одиночества приводит к отсутствию желания добавлять фотографии, и, соответственно, создавать фотоальбомы, так как данную информацию добавляют в свой профиль для того, чтобы она была просмотрена другими пользователями. Чувство одиночества обратно пропорционально такому стремлению вследствие малого количества социальных контактов.

Следует отметить, что такие показатели поведенческой активности пользователя социальной сети как: количество «Аудиозаписей», количество «Записей на стене», количество «Отметок «Мне нравится» к записям на стене», количество «Аватарок», количество «Фотографий», количество «Фотоальбомов», количество «Фотоальбомов» за 4 недели, количество «Фотоальбомов» за 12 недель, количество добавленных фотографий за 12 недель не имеют значимых корреляционных связей с факторами психологического благополучия.

Таким образом, полученные взаимосвязи позволяют говорить о том, что показатели социальной сети могут отражать выраженность некоторых факторов психологического благополучия у пользователей социальных сетей. Наибольшее количество взаимосвязей получено со шкалами методики «тест-опросник самооотношения», что позволяет говорить о том, что в профиле социальной сети преимущественно отражается информация о представлениях человека о себе самом, об отношении к себе, к своей личности.

3.3 Посторонние модели предсказания факторов психологического благополучия на основании параметров поведенческой активности

Одной из задач исследования было построение предсказательной модели факторов психологического благополучия на основании данных пользователя в социальной сети.

Для того чтобы построить предсказательную модель, был проведен регрессионный анализ результатов исследования.

Используя 21 показатель поведенческой активности пользователя как предикторы, а каждый из 25 факторов психологического благополучия как отдельные зависимые переменные, был проведен множественный регрессионный анализ.

Данные о доли объяснимой дисперсии по каждому фактору психологического благополучия представлены в таблице 7. Константы и нестандартизованные коэффициенты регрессии приведены в приложении В.

Таблица 7 –Значения долей объяснимой дисперсии для значений факторов психологического благополучия после проведения регрессионного анализа..

Названия методик	Шкалы методик	Доля объяснимой дисперсии
Методика самооценки эмоциональных состояний (А.Уэссман и Д.Рикс)	Спокойствие-тревожность	19,1
	Энергичность-усталость	31,6
	Приподнятость-подавленность	12,7
	Чувство уверенности в себе-чувство беспомощности	25,7
	Самооценка эмоционального состояния	27,8
Шкала субъективного переживания одиночества (С.В. Духновский).	Субъективное переживание одиночества	40,8
Тест-опросник самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев)	Глобальное самоотношение	36,3
	Самоуважение	35,6
	Аутосимпатия	12,2
	Ожидаемое отношение от других	29,6
	Самоинтерес	40,1
	Самоуверенность	40
	Отношение других.	24,5
	Самопринятие	23,2
	Саморуководство, самопоследовательность	4,7
	Самообвинение	8,2
	Самоинтерес	37,6
	Самопонимание	18
Шкала психологического благополучия (К. Рифф, в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко)	Позитивные отношения с окружающими	47
	Автономия	24,1
	Управление окружающей средой	37,6
	Личностный рост	19,8
	Цель в жизни	35,9
	Самопринятие	45,2
	Общий показатель психологического благополучия	43

Анализируя таблицу, можно сказать, что доля объяснимой дисперсии колеблется от 4,7% до 47%. Этого недостаточно, чтобы с уверенностью говорить о возможности применения данных регрессионных моделей.

Для таких шкал как «Саморуководство» (4,7%), «Самообвинение» (8,2%), «Аутосимпатия» (12,2%) рассчитаны модели с наименьшими долями объяснимой

дисперсии. Это может быть связано с тем, что такие факторы психологического благополучия как самообвинение, саморуководство и аутосимпатия не поддаются расчету по выделенным ранее поведенческим характеристикам. Стоит отметить, что данная ситуация может быть связана с тем фактом, что для предсказания значений этих переменных необходимо выделять иные поведенческие характеристики, либо с тем, что данные феномены не находят отражение в профиле социальной сети и принципиально не могут быть предсказаны с помощью оценки профиля социальной сети.

Наибольшая доля объяснимой дисперсии стала у таких шкал как «Позитивные отношения с окружающими» (47%) «Самопринятие» (45,2%), «Общий показатель психологического благополучия» (43%), «Самоуверенность» (40%), «Субъективное переживание одиночества» (40,8%), «Самоинтерес» (40,1%). Это говорит о том, что в профиле пользователя социальной сети отражаются такие факторы психологического благополучия как ощущение одиночества, стремление поддерживать позитивные отношения с окружающими, самоуверенность пользователя. В регрессионных моделях данных факторов психологического благополучия одинаковыми являются показатели количество «Друзей», «Подписчиков», количество "Фотоальбомов" за 4 недели, количество "Фотоальбомов" за 12 недели, также присутствуют такие параметры как количество «Интересных страниц», «Аудиозаписей», «Видеозаписей» (см. Приложение В).

В результате были построены регрессионные модели факторов психологического благополучия. Однако предсказательная способность созданных моделей можно признать недостаточной. Наиболее перспективными поведенческими показателями для предсказания факторов психологического благополучия стали количество «Друзей», «Подписчиков», количество «Фотоальбомов» за 4 недели, количество «Фотоальбомов» за 12 недель.

3.4 Апробация построенных моделей предсказания факторов психологического благополучия

В результате построения моделей факторов психологического благополучия, полученных на основании регрессионного анализа, были проведены процедуры проверки точности построения модели.

При расчете регрессионного анализа статистический пакет SPSS позволяет сохранять предсказанные значения зависимых переменных (25-ти факторов психологического благополучия) для каждого испытуемого. В результате проведения регрессионного анализа формируется матрица из 25*60 значений, соответствующих номерам испытуемых и факторам психологического благополучия.

Это дает возможность исследовать степень взаимосвязи полученных значений с исходными значениями. Был проведен корреляционный анализ между исходными значениями факторов психологического благополучия и значениями факторов психологического благополучия, рассчитанными после регрессионного анализа. Данные приведены в таблице 8.

Таблица 8 – Взаимосвязь между исходными значениями факторов психологического благополучия со значениями, рассчитанными по регрессионной модели.

Названия методик	Шкалы методик	Значения коэффициента корреляции
Методика самооценки эмоциональных состояний (А.Уэссман и Д.Рикс)	Спокойствие-тревожность	0,348**
	Энергичность-усталость	0,529**
	Приподнятость-подавленность	0,300*
	Чувство уверенности в себе-чувство беспомощности	0,387**
	Самооценка эмоционального состояния	0,508**
Шкала субъективного переживания одиночества (С.В. Духновский).	Субъективное переживание одиночества	0,569**

** – $p \leq 0,01$

* – $p \leq 0,05$

ест-опросник самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев)	Глобальное самоотношение	0,522**
	Самоуважение	0,564**
	Аутосимпатия	0,197
	Ожидаемое отношение от других	0,502**
	Самоинтерес	0,483**
	Самоуверенность	0,590**
	Отношение других.	0,476**
	Самопринятие	0,379**
	Саморуководство, самопоследовательность	0,254*
	Самообвинение	0,274*
	Самоинтерес	0,420**
	Самопонимание	0,446**
Шкала психологического благополучия (К. Рифф, в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко)	Позитивные отношения с окружающими	0,559**
	Автономия	0,518**
	Управление окружающей средой	0,525**
	Личностный рост	0,357**
	Цель в жизни	0,412**
	Самопринятие	0,416**
	Общий показатель психологического благополучия	0,492**

** – $p \leq 0,01$

* – $p \leq 0,05$

Были получены значимые коэффициенты корреляции ($p < 0,05$) по всем факторам психологического благополучия, кроме фактора «Аутосимпатия». В отношении данного фактора психологического благополучия были получены одни из самых небольших долей объяснимой дисперсии.

Для остальных показателей психологического благополучия были получены значимые взаимосвязи с рассчитанными по регрессионной модели показателями. Эти взаимосвязи могут быть проинтерпретированы следующим образом: с помощью количественной оценки поведенческих индикаторов пользовательской активности можно предсказать тенденцию в факторах психологического благополучия, но вероятность получения точных значений не велика (см. Главу 3.3).

Сложность в предсказании точных значений может быть связана с тем фактом, что зависимая переменная состоит из множества значений, тогда как в случае с номинативным характером шкал предсказательная способность моделей может

быть выше. Если в случае с метрическими шкалами нам необходимо точно предсказать значение, полученное тем или иным пользователем, то в случае с номинативными шкалами нам достаточно предсказать уровень выраженности, на котором находится тот или иной испытуемый. Знание уровня выраженности факторов психологического благополучия достаточно, чтобы используя интерпретатор к методикам, дать заключение о выраженности того или иного фактора психологического благополучия (например «высокие», «средние», «низкие» значения).

ВЫВОДЫ

1. В работе рассмотрены понятие психологического благополучия и основные подходы к исследованию психологического благополучия, а также работы по исследованию соотношения социальных сетей и психических особенностей личности.

2. Выделены поведенческие индикаторы активности пользователя в социальной сети. Проведена работа по отбору и классификации выделенных на первом этапе параметров. Предложены 4 общих группы показателей: «Базовые показатели», «Работа с Аватарками», «Добавление контента», «Структурирование информации», которые состоят из 21 дополнительного индикатора.

3. По данным исследования выявлено наличие значимых взаимосвязей между самоотношением, психологическим благополучием, самооценке эмоциональных состояний, переживанием чувства одиночества и поведенческой активностью пользователей социальных сетей. Полученные взаимосвязи позволяют говорить о том, что показатели социальной сети могут отражать выраженность некоторых факторов психологического благополучия у пользователей социальных сетей. Наибольшее количество взаимосвязей получено со шкалами методики «тест-опросник самоотношения», что позволяет говорить о том, что в профиле социальной сети преимущественно отражается информация о представлениях человека о себе самом, об отношении к себе, к своей личности.

4. Построены регрессионные модели факторов психологического благополучия, доля объяснимой дисперсии находится в пределах от 4% до 50%. Наиболее перспективными поведенческими показателями для предсказания факторов психологического благополучия стали количество «Друзей», «Подписчиков», количество «Фотоальбомов» за 4 недели, количество «Фотоальбомов» за 12 недель.

5. Созданные модели позволяют оценить общую тенденцию в выявлении значений факторов психологического благополучия, однако не позволяют предсказывать точные значения переменных.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате проведенной работы были рассмотрены основные подходы к исследованию психологического благополучия, эмпирические исследования соотношения социальных сетей и психических особенностей личности, получены данные по взаимосвязи факторов психологического благополучия с параметрами поведенческой активности пользователей социальных сетей, рассмотрено понятие психологического благополучия. Кроме того, выделены поведенческие индикаторы активности пользователя в социальной сети, более того, проведена работа по отбору и классификации выделенных параметров, что является малора

Таким образом, поставленная в исследовании цель достигнута, задачи решены, однако выяснилось, что создание регрессионных моделей факторов психологического благополучия позволяет оценить общую тенденцию в выявлении значений факторов психологического благополучия, однако не позволяет предсказывать точные значения переменных, что требует дальнейшей проработки данного вопроса и более глубокого изучения проблемы.

В целом, выявлено, что в поведенческой активности пользователя социальной сети отражаются некоторые факторы психологического благополучия, что делает возможным изучение этих факторов на основании сбора и анализа информации об активности пользователя.

Результаты работы рекомендуется использовать при работе с интернет-зависимостями, при подборе кадров на различные должности (для выявления индивидуальных особенностей на основании данных, полученных из социальных сетей).

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Аболин, Л.М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека. / Л.М. Аболин. – Казань: Изд-во Казанского ун-та, 1987. – 262 с.
2. Абульханова-Славская, К.А. Деятельность и психология личности / К.А. Абульханова-Славская. – М.: Наука, 1980. – 334 с.
3. Абульханова-Славская, К.А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская. – М.: Просвещение, 1991. – 229 с.
4. Айвазян, С.А. Статистическое исследование зависимостей / С.А. Айвазян. – М: Металлургия, 1968. – 227 с.
5. Аргайл, М. Психология счастья / М. Аргайл; пер. с англ. М.В. Гулина, Н.Г. Мкервали. – М.: Прогресс, 2000. – 336 с.
6. Бахарева, Н.К. Субъективное благополучие как системообразующий фактор толерантности: автореферат дисс.... канд. психол. наук / Н.К. Бахарева. – Хабаровск, 2004. – 23 с.
7. Безносков, С.П. Профессиональная деформация личности / С.П. Безносков. – СПб.: Речь, 2004. – 272 с.
8. Бодалев, А.А. Общая психодиагностика / А.А. Бодалев, В.В. Столина. – СПб.: Речь, 2002. – 440 с.
9. Бурлачук, Л.Ф. Психология жизненных ситуаций / Л.Ф. Бурлачук, Б.Ю. Коржова. – М.: Российское педагогическое агентство, 1998. – 25 с.
10. Васильева, О.С. Изучение основных характеристик жизненной стратегии человека / О.С. Васильева, Е.А. Демченко // Вопросы психологии, 2001.–№1.– С. 74–85.
11. Василюк Ф.Е. Психология переживания: Анализ преодоления критических ситуаций / Ф.Е. Василюк. – М.: Изд-во МГУ, 1984. – 200 с.
12. Виноградов, А.Г. Рецензия на методику «шкала субъективного переживания одиночества» (С.В. Духновский) / А.Г. Виноградов // Вестник ЮУрГУ. Серия «психология». – 2010. – Выпуск 11. – № 40 (216). – С. 88–92.

13. Витек, К. Проблемы супружеского благополучия / К. Витек; пер.с чеш. М.С. Мацковского. – М.: Прогресс, 1988. – 138с.
14. Выготский, Л.С. Психология / Л.С. Выготский. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. – 1008 с.
15. Джидарьян, И.А. Удовлетворенность жизнью и выбор стратегии поведения в трудных жизненных ситуациях / И.А. Джидарьян // М.: Психологическое обозрение, 1997. – №2(5). – С. 37–41.
16. Елисеев, О.П. Практикум по психологии личности / О.П. Елисеев. – СПб.: Питер, 2001. – 560 с.
17. Ермолаев, О.Ю. Математическая статистика для психологов / О.Ю. Ермолаев. – М.: МПСИ, Флинта, 2002. – 336 с.
18. Жуликов, С.Е. Современные подходы к анализу социальных сетей / С.Е. Жуликов, О.В. Жуликова // Психолого-педагогический журнал гаудеамус. – <http://elibrary.ru/item.asp?id=18103169>. – 2012. – Том 2. – № 20. – С. 200–202.
19. Зацепин, В.И. Счастье как проблема социальной психологии / В.И. Зацепин. – Львов: Вища школа, 1981. – 368 с.
20. Изард, К.Е. Психология эмоций / К.Е. Изард; пер. с англ. – М.: Просвещение, 2000. – 464 с.
21. Изотова, Е.И. Эмоциональная сфера ребёнка / Е. И. Изотова. – М.: Академия, 2004. – 288 с.
22. Исследование социальных Медиа в России. <http://cyberpsy.ru/2010/12/issledovanie-socialnih-media/>.
23. Кабанов, М.М. Методы психологической диагностики и коррекции в клинике / М.М. Кабанов, А.Е. Личко, В.М. Смирнов. – Л.: Медицина, 1983. – 320 с.
24. Каган, В.Е. Внутренняя картина здоровья – термин или концепция? / В.Е. Каган // Вопросы психологии. – 1993. – №1. – С. 86–88
25. Келли, Дж. Теория личности / Дж. Келли; пер. с англ. и науч. ред. А.А. Алексеева. – СПб.: Питер, 2000. – 249 с.

26. Кирка, А.В. Влияние социальных сетей на коммуникационные процессы в гражданском обществе / А.В. Кирка // Вестник университета (гос.университет управления). – <http://elibrary.ru/item.asp?id=19092990>. – 2013. – №8. – С. 20–23.
27. Клюмпер, Д. Facebook – зеркало души: профиль в Facebook можно использовать для оценки личности. – <http://gi-akademie.ning.com/profiles/blogs/facebook-facebook>.
28. Копина, О.С. Есть в жизни счастье? / О.С. Копина // Неделя. – 1992. – № 7. – С. 5–8.
29. Коржова, Е.Ю. Психологическое познание человека как субъекта жизнедеятельности / Е.Ю. Коржова. – СПб.: Союз, 2002. – 235 с.
30. Куликов, Л.В. Детерминанты удовлетворенности жизнью. Общество и политика: современные исследования, поиск концепций / Л.В. Куликов; под. ред. В.Ю. Большакова. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2000. – 510 с.
31. Куликов, Л.В. Психология настроения / Л.В. Куликов. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 1997. – 215 с.
32. Куликов, Л.В. Психологическая структура настроения / Л.В. Куликов // Психология: итоги и перспективы: Тез. научно-практ. конф. 28-31 октября 1996 г. – СПб: Питер, 1996. – С. 84–86.
33. Ломов, Б.Ф. Вопросы общей, педагогической и инженерной психологии / Б.Ф. Ломов. М.: Педагогика, 1991. – 296 с.
34. Леонтьев, Д.А. Психология смысла / Д.А. Леонтьев. – М.: Смысл, 1999. – 486 с.
35. Липпман, У. Общественное мнение / У. Липпман; пер. с англ. Т.В. Барчуновой, К.А. Левинсон, К.В. Петренко. – М.: Институт Фонда «Общественное мнение», 2004. – 384 с.
36. Маклаков, А.Г. Общая психология / А.Г. Маклаков. – СПб: Питер, 2008. – 583 с.
37. Майерс, Д. Социальная психология / Д. Майерс; пер. с англ. – СПб.: Питер, 2008. – 794 с.

38. Мещеряков, Б.Г. Большой психологический словарь / Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. – 672 с.
39. Милова, Е.А. Влияние социальных сетей на психологию личности / А.Е. Милова // ИНТЕРЭКСПО ГЕО-СИБИРЬ. – <http://elibrary.ru/item.asp?id=17965044>. – 2012. – Том 1. – 2012. – С. 81–83.
40. Мясищев, В.Н. Психология отношений / В.Н. Мясищев. – М.; Воронеж, 2004. – 356 с.
41. Наследов, А.Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных / А.Д. Наследов. – СПб.: Речь, 2006. – 392 с.
42. Немчин, Т.А. Психические состояния / Т.А. Немчин. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1981. – 167 с.
43. Никифоров, Г.С. Психология здоровья / Г.С. Никифоров. – СПб.: Речь, 2002. – 602 с.
44. Петухов, В.В. Образ мира и психологическое изучение мышления / В.В. Петухов // Вестн. Моск. ун-та, 1984. – Сер. 14 – № 4. – С. 13–21
45. Психология. Словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. 2-е изд., испр. и доп. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.
46. Рао, С.Р. Линейные статистические методы и их применения / С.Р. Рао; пер. с англ. – М: Наука., 1968. – 548 с.
47. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1989. – 368 с.
48. Сидоренко, Е.В. Методы математической обработки в психологии / Е.В. Сидоренко. – СПб.: ООО Речь, 2001. – 350 с.
49. Соловьева, С.Л. Кризисная психология / С.Л. Соловьева. – М.: АСТ, 2008. – 247с.
50. Стрелков, И.А. О проблеме психологического благополучия / неблагополучия в современной психологии / И.А. Стрелков. – М.: МГУ им. М.В. Ломоносова, 2010. – <http://conf2001.dem.ru/strelkov.html>

51. Угланова, Е.А. Роль психологических характеристик в оптимизации субъективного экономического благополучия / Е.А. Угланова // Журнал высшей школы экономики. Серия «психология». – 2007. – №2.– С. 105–113.
52. Факторы психологического благополучия личности. Теоретические и прикладные вопросы психологии: Матер. юбилейной конференции «Ананьевские чтения – 97» / Л.В. Куликов, М.С. Дмитриева, М.Ю. Долина, О.В. Иванов, М.А. Розанова, Т.Г. Тимошенко. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 1997. – Выпуск 3. – Ч. 1. – С.342–350.
53. Фесенко, П.П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности: дис. ... канд. психол. наук / П.П. Фесенко. М., 2005. – 206 с.
54. Фесенко, П.П. Что такое психологическое благополучие? (краткий обзор основных концепций) [Текст] / П.П.Фесенко // Семейная психология и семейная терапия. – 2005. – №2. – С.116–131.
55. Фоломеева, Т.В. Социальные представления о благополучии / Т.В. Фоломеева // Мир психологии. – 2004. – № 3. – С. 122–131.
56. Хьелл Л. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб., 2003. – 523 с.
57. Чудновский, В.Э. Проблема субъективности в свете современных задач психологии воспитания / В.Э. Чудновский // Вопросы психологии. – 1988. – № 4. – С.15–23.
58. Чудновский В.Э. Психологические составляющие оптимального смысла жизни / В.Э. Чудновский // Вопросы психологии. – 2003. – № 3. – С.3–12.
59. Шаминов, Р.М. Психология субъективного благополучия / Р.М. Шаминов // Вопросы социальной психологии личности. – 2003. – №4. – С. 27–41.
60. Шевеленкова, Т.Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) / Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко // Психологическая диагностика, 2005.– № 3.– С. 95–129.
61. Шингаров, Г.К. Эмоции и чувства как форма отражения действительности / Г.К. Шингаров. – М.: Наука, 1971. – 347 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Список параметров поведенческой активности пользователей социальной сети
«ВКонтакте»

1. Количество «Друзей»
2. Количество «Подписчиков»
3. Количество «Интересных страниц»
4. Количество «Аудиозаписей»
5. Количество «Подарков»
6. Количество «Видео» с испытуемым
7. Количество «Записей на стене»
8. Количество «Записей на стене» за 2 недели
9. Количество «Записей на стене» за 4 недели
10. Количество «Записей на стене» за 8 недель
11. Количество «Записей на стене» за 12 недель
12. Количество «Отметок «Мне нравится» к «записям на стене»» за 2 недели
13. Количество «Отметок «Мне нравится» к «записям на стене»» за 2 недели
14. Количество «Отметок «Мне нравится» к «записям на стене»» за 8 недель
15. Количество «Отметок «Мне нравится» к «записям на стене»» за 12 недель
16. Количество «Аватарок»
17. Количество смен «Аватарок» за 2 недели
18. Количество смен «Аватарок» за 4 недели
19. Количество смен «Аватарок» за 8 недель
20. Количество смен «Аватарок» за 12 недель
21. Количество «Отметок «Мне нравится» к «аватаркам»» за 2 недели
22. Количество «Отметок «Мне нравится» к «аватаркам»» за 4 недели
23. Количество «Отметок «Мне нравится» к «аватаркам»» за 8 недель
24. Количество «Отметок «Мне нравится» к «аватаркам»» за 12 недель
25. Количество «Видеозаписей»

26. Количество «Комментариев к видеозаписям»
27. Количество «Фотографий» с испытуемым
28. Количество «Фотографий»
29. Количество «Комментариев к фотографиям»
30. Количество «Фотоальбомов»
31. Количество добавленных «Фотоальбомов» за 2 недели
32. Количество добавленных «Фотоальбомов» за 4 недели
33. Количество добавленных «Фотоальбомов» за 8 недель
34. Количество добавленных «Фотоальбомов» за 12 недель
35. Количество добавленных фотографий за 2 недели
36. Количество добавленных фотографий за 4 недели
37. Количество добавленных фотографий за 8 недель
38. Количество добавленных фотографий за 12 недель
39. Количество фотографий на 1 альбом за 2 недели
40. Количество фотографий на 1 альбом за 4 недели
41. Количество фотографий на 1 альбом за 8 недель
42. Количество фотографий на 1 альбом за 12 недель

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Таблица 9 – Взаимосвязь поведенческих индикаторов активности пользователя

		Индикаторы поведенческой активности пользователя социальной сети								
		п1	п2	п3	п4	п5	п6	п7	п8	п9
Индикаторы поведенческой активности пользователя социальной сети	п1	1,000	0,365**	0,393**	0,080	0,145	0,492**	0,127	0,316*	0,004
	п2	0,365**	1,000	0,263*	0,253	0,232	0,402**	0,251	0,245	0,109
	п3	0,393**	0,263*	1,000	0,084	0,209	0,218	0,384**	0,505**	0,491**
	п4	0,080	0,253	0,084	1,000	0,162	-0,031	0,066	0,105	0,080
	п5	0,145	0,232	0,209	0,162	1,000	0,238	0,024	-0,014	0,115
	п6	0,492**	0,402**	0,218	-0,031	0,238	1,000	0,056	0,152	0,064
	п7	0,127	0,251	0,384**	0,066	0,024	0,056	1,000	0,844**	0,668**
	п8	0,316*	0,245	0,505**	0,105	-0,014	0,152	0,844**	1,000	0,588**
	п9	0,004	0,109	0,491**	0,080	0,115	0,064	0,668**	0,588**	1,000
	п10	0,017	0,135	0,470**	0,109	0,084	0,098	0,683**	0,612**	0,970**
	п11	0,026	0,148	0,442**	0,109	0,059	0,111	0,684**	0,606**	0,952**
	п12	0,051	0,172	0,482**	0,110	0,114	0,146	0,707**	0,642**	0,931**
	п13	0,328*	0,323*	0,708**	-0,008	0,226	0,281*	0,556**	0,590**	0,552**
	п14	0,385**	0,360**	0,705**	0,038	0,148	0,304*	0,644**	0,715**	0,622**
	п15	0,418**	0,327*	0,658**	0,062	0,095	0,297*	0,660**	0,730**	0,614**
	п16	0,452**	0,308*	0,698**	0,072	0,109	0,266*	0,691**	0,771**	0,615**
	п17	0,086	0,098	0,304*	0,102	0,371**	0,156	0,231	0,309*	0,400**
	п18	-0,124	0,079	0,339**	0,141	0,114	0,101	0,314*	0,292*	0,600**
	п19	-0,102	0,093	0,368**	0,112	0,151	0,015	0,391**	0,351**	0,624**
	п20	-0,057	0,111	0,393**	0,156	0,122	0,001	0,394**	0,388**	0,602**
	п21	-0,043	0,052	0,454**	0,132	0,157	0,005	0,373**	0,360**	0,596**
	п22	0,032	0,105	0,408**	0,069	0,262*	0,203	0,196	0,258*	0,343**
	п23	0,068	0,143	0,471**	0,060	0,451**	0,112	0,227	0,224	0,363**
	п24	0,195	0,234	0,559**	0,146	0,467**	0,159	0,292*	0,354**	0,396**
	п25	0,266*	0,174	0,605**	0,079	0,430**	0,160	0,280*	0,313*	0,394**
	п26	0,289*	0,176	0,576**	0,267*	0,064	0,142	0,543**	0,641**	0,666**
	п27	0,249	0,287*	0,176	0,119	0,012	0,314*	0,156	0,213	0,085
	п28	0,597**	0,314*	0,359**	0,012	0,308*	0,606**	0,176	0,393**	0,187
	п29	0,534**	0,272*	0,613**	0,101	0,058	0,224	0,653**	0,825**	0,388**
	п30	0,382**	0,225	0,426**	0,067	0,122	0,173	0,438**	0,681**	0,330**
	п31	-0,101	0,063	0,338**	0,055	-0,012	-0,087	0,245	0,139	0,236
	п32	-0,008	0,124	0,410**	0,025	0,111	0,092	0,146	0,136	0,216
	п33	0,126	0,167	0,267*	-0,011	0,118	0,157	0,077	0,142	0,136
	п34	0,263*	0,292*	0,302*	0,014	0,134	0,415**	0,091	0,211	0,184
	п35	0,238	0,422**	0,491**	0,010	0,052	0,249	0,388**	0,446**	0,308*
	п36	0,313*	0,315*	0,581**	0,027	0,058	0,175	0,412**	0,564**	0,371**
	п37	0,389**	0,182	0,556**	0,106	-0,007	0,021	0,468**	0,713**	0,321*
	п38	0,392**	0,107	0,523**	0,110	-0,001	0,037	0,457**	0,761**	0,369**
	п39	-0,085	-0,092	0,159	0,221	0,153	-0,049	0,031	-0,048	0,074
	п40	-0,059	-0,038	0,224	0,219	0,310*	-0,021	0,032	-0,038	0,085
	п41	-0,098	-0,146	-0,043	0,039	0,130	-0,035	-0,037	-0,051	-0,028
	п42	-0,082	-0,138	-0,044	0,013	0,077	0,014	-0,032	-0,046	-0,030

		Индикаторы поведенческой активности пользователя социальной сети								
		п10	п11	п12	п13	п14	п15	п16	п17	п18
Индикаторы поведенческой активности пользователя социальной сети	п1	0,017	0,026	0,051	0,328*	0,385**	0,418**	0,452**	0,086	-0,124
	п2	0,135	0,148	0,172	0,323*	0,360**	0,327*	0,308*	0,098	0,079
	п3	0,470**	0,442**	0,482**	0,708**	0,705**	0,658**	0,698**	0,304*	0,339**
	п4	0,109	0,109	0,110	-0,008	0,038	0,062	0,072	0,102	0,141
	п5	0,084	0,059	0,114	0,226	0,148	0,095	0,109	0,371**	0,114
	п6	0,098	0,111	0,146	0,281*	0,304*	0,297*	0,266*	0,156	0,101
	п7	0,683**	0,684**	0,707**	0,556**	0,644**	0,660**	0,691**	0,231	0,314*
	п8	0,612**	0,606**	0,642**	0,590**	0,715**	0,730**	0,771**	0,309*	0,292*
	п9	0,970**	0,952**	0,931**	0,552**	0,622**	0,614**	0,615**	0,400**	0,600**
	п10	1,000	0,992**	0,976**	0,503**	0,626**	0,631**	0,623**	0,423**	0,645**
	п11	0,992**	1,000	0,978**	0,478**	0,614**	0,632**	0,621**	0,417**	0,653**
	п12	0,976**	0,978**	1,000	0,507**	0,639**	0,653**	0,649**	0,447**	0,633**
	п13	0,503**	0,478**	0,507**	1,000	0,945**	0,889**	0,881**	0,253	0,342**
	п14	0,626**	0,614**	0,639**	0,945**	1,000	0,979**	0,970**	0,287*	0,381**
	п15	0,631**	0,632**	0,653**	0,889**	0,979**	1,000	0,987**	0,265*	0,345**
	п16	0,623**	0,621**	0,649**	0,881**	0,970**	0,987**	1,000	0,275*	0,313*
	п17	0,423**	0,417**	0,447**	0,253	0,287*	0,265*	0,275*	1,000	0,552**
	п18	0,645**	0,653**	0,633**	0,342**	0,381**	0,345**	0,313*	0,552**	1,000
	п19	0,650**	0,643**	0,631**	0,412**	0,447**	0,387**	0,367**	0,540**	0,869**
	п20	0,655**	0,667**	0,656**	0,389**	0,461**	0,428**	0,411**	0,604**	0,855**
	п21	0,629**	0,636**	0,636**	0,466**	0,507**	0,469**	0,459**	0,625**	0,847**
	п22	0,364**	0,371**	0,372**	0,433**	0,422**	0,363**	0,335**	0,431**	0,749**
	п23	0,340**	0,334**	0,341**	0,527**	0,461**	0,389**	0,379**	0,419**	0,633**
	п24	0,374**	0,373**	0,388**	0,616**	0,579**	0,525**	0,532**	0,501**	0,585**
	п25	0,345**	0,329*	0,357**	0,718**	0,632**	0,561**	0,580**	0,505**	0,524**
	п26	0,719**	0,722**	0,742**	0,467**	0,588**	0,605**	0,638**	0,361**	0,411**
	п27	0,102	0,118	0,133	0,203	0,236	0,235	0,225	0,044	0,044
	п28	0,169	0,151	0,188	0,509**	0,481**	0,451**	0,472**	0,322*	0,071
	п29	0,379**	0,373**	0,407**	0,671**	0,767**	0,791**	0,849**	0,192	0,046
	п30	0,323*	0,314*	0,354**	0,386**	0,483**	0,509**	0,555**	0,370**	0,025
	п31	0,316*	0,304*	0,321*	0,174	0,225	0,195	0,179	0,226	0,352**
	п32	0,288*	0,281*	0,307*	0,213	0,273*	0,244	0,226	0,289*	0,417**
	п33	0,210	0,208	0,243	0,198	0,254	0,252	0,235	0,307*	0,310*
	п34	0,274*	0,289*	0,317*	0,251	0,336**	0,344**	0,305*	0,336**	0,373**
	п35	0,338**	0,349**	0,357**	0,442**	0,515**	0,490**	0,461**	0,205	0,284*
	п36	0,385**	0,376**	0,390**	0,565**	0,650**	0,643**	0,623**	0,224	0,221
	п37	0,326*	0,317*	0,335**	0,563**	0,667**	0,706**	0,747**	0,164	0,014
	п38	0,378**	0,376**	0,388**	0,498**	0,601**	0,640**	0,680**	0,244	0,093
	п39	0,129	0,108	0,113	0,018	-0,001	-0,019	-0,016	0,001	-0,029
	п40	0,149	0,134	0,149	0,044	0,042	0,025	0,031	0,068	0,075
	п41	-0,003	-0,010	0,017	-0,069	-0,077	-0,081	-0,071	0,012	-0,066
	п42	-0,010	-0,011	0,014	-0,061	-0,062	-0,059	-0,053	0,021	-0,044

		Индикаторы поведенческой активности пользователя социальной сети								
		п19	п20	п21	п22	п23	п24	п25	п26	п27
Индикаторы поведенческой активности пользователя социальной сети	п1	-0,102	-0,057	-0,043	0,032	0,068	0,195	0,266*	0,289*	0,249
	п2	0,093	0,111	0,052	0,105	0,143	0,234	0,174	0,176	0,287*
	п3	0,368**	0,393**	0,454**	0,408**	0,471**	0,559**	0,605**	0,576**	0,176
	п4	0,112	0,156	0,132	0,069	0,060	0,146	0,079	0,267*	0,119
	п5	0,151	0,122	0,157	0,262*	0,451**	0,467**	0,430**	0,064	0,012
	п6	0,015	0,001	0,005	0,203	0,112	0,159	0,160	0,142	0,314*
	п7	0,391**	0,394**	0,373**	0,196	0,227	0,292*	0,280*	0,543**	0,156
	п8	0,351**	0,388**	0,360**	0,258*	0,224	0,354**	0,313*	0,641**	0,213
	п9	0,624**	0,602**	0,596**	0,343**	0,363**	0,396**	0,394**	0,666**	0,085
	п10	0,650**	0,655**	0,629**	0,364**	0,340**	0,374**	0,345**	0,719**	0,102
	п11	0,643**	0,667**	0,636**	0,371**	0,334**	0,373**	0,329*	0,722**	0,118
	п12	0,631**	0,656**	0,636**	0,372**	0,341**	0,388**	0,357**	0,742**	0,133
	п13	0,412**	0,389**	0,466**	0,433**	0,527**	0,616**	0,718**	0,467**	0,203
	п14	0,447**	0,461**	0,507**	0,422**	0,461**	0,579**	0,632**	0,588**	0,236
	п15	0,387**	0,428**	0,469**	0,363**	0,389**	0,525**	0,561**	0,605**	0,235
	п16	0,367**	0,411**	0,459**	0,335**	0,379**	0,532**	0,580**	0,638**	0,225
	п17	0,540**	0,604**	0,625**	0,431**	0,419**	0,501**	0,505**	0,361**	0,044
	п18	0,869**	0,855**	0,847**	0,749**	0,633**	0,585**	0,524**	0,411**	0,044
	п19	1,000	0,950**	0,909**	0,657**	0,748**	0,688**	0,590**	0,451**	0,001
	п20	0,950**	1,000	0,961**	0,657**	0,707**	0,717**	0,603**	0,507**	0,031
	п21	0,909**	0,961**	1,000	0,705**	0,719**	0,743**	0,709**	0,464**	0,026
	п22	0,657**	0,657**	0,705**	1,000	0,836**	0,781**	0,713**	0,209	0,096
	п23	0,748**	0,707**	0,719**	0,836**	1,000	0,941**	0,841**	0,252	0,022
	п24	0,688**	0,717**	0,743**	0,781**	0,941**	1,000	0,914**	0,353**	0,070
	п25	0,590**	0,603**	0,709**	0,713**	0,841**	0,914**	1,000	0,308*	0,058
	п26	0,451**	0,507**	0,464**	0,209	0,252	0,353**	0,308*	1,000	0,226
	п27	0,001	0,031	0,026	0,096	0,022	0,070	0,058	0,226	1,000
	п28	0,090	0,089	0,136	0,224	0,263*	0,386**	0,487**	0,231	0,210
	п29	0,092	0,148	0,177	0,122	0,137	0,331**	0,364**	0,599**	0,266*
	п30	0,036	0,092	0,090	0,058	0,028	0,176	0,177	0,432**	0,182
	п31	0,251	0,303*	0,343**	0,285*	0,110	0,109	0,167	0,040	0,017
	п32	0,315*	0,363**	0,405**	0,425**	0,267*	0,277*	0,282*	0,009	0,050
	п33	0,185	0,271*	0,318*	0,316*	0,146	0,216	0,237	0,017	0,071
	п34	0,213	0,315*	0,345**	0,360**	0,157	0,238	0,236	0,142	0,200
	п35	0,212	0,266*	0,286*	0,400**	0,241	0,296*	0,302*	0,244	0,268*
	п36	0,185	0,240	0,286*	0,369**	0,238	0,331**	0,353**	0,338**	0,220
	п37	0,032	0,147	0,182	0,125	0,087	0,300*	0,298*	0,514**	0,173
	п38	0,093	0,203	0,225	0,112	0,083	0,276*	0,275*	0,570**	0,166
	п39	-0,067	-0,062	-0,042	-0,034	-0,076	-0,081	-0,044	0,159	-0,041
	п40	0,049	0,071	0,086	0,076	0,079	0,090	0,083	0,127	-0,042
	п41	-0,100	-0,096	-0,066	-0,059	-0,079	-0,080	-0,063	0,067	-0,036
	п42	-0,096	-0,061	-0,029	-0,037	-0,081	-0,078	-0,051	0,043	-0,021

		Индикаторы поведенческой активности пользователя социальной сети								
		п28	п29	п30	п31	п32	п33	п34	п35	п36
Индикаторы поведенческой активности пользователя социальной сети	п1	0,597**	0,534**	0,382**	-0,101	-0,008	0,126	0,263*	0,238	0,313*
	п2	0,314*	0,272*	0,225	0,063	0,124	0,167	0,292*	0,422**	0,315*
	п3	0,359**	0,613**	0,426**	0,338**	0,410**	0,267*	0,302*	0,491**	0,581**
	п4	0,012	0,101	0,067	0,055	0,025	-0,011	0,014	0,010	0,027
	п5	0,308*	0,058	0,122	-0,012	0,111	0,118	0,134	0,052	0,058
	п6	0,606**	0,224	0,173	-0,087	0,092	0,157	0,415**	0,249	0,175
	п7	0,176	0,653**	0,438**	0,245	0,146	0,077	0,091	0,388**	0,412**
	п8	0,393**	0,825**	0,681**	0,139	0,136	0,142	0,211	0,446**	0,564**
	п9	0,187	0,388**	0,330**	0,236	0,216	0,136	0,184	0,308*	0,371**
	п10	0,169	0,379**	0,323*	0,316*	0,288*	0,210	0,274*	0,338**	0,385**
	п11	0,151	0,373**	0,314*	0,304*	0,281*	0,208	0,289*	0,349**	0,376**
	п12	0,188	0,407**	0,354**	0,321*	0,307*	0,243	0,317*	0,357**	0,390**
	п13	0,509**	0,671**	0,386**	0,174	0,213	0,198	0,251	0,442**	0,565**
	п14	0,481**	0,767**	0,483**	0,225	0,273*	0,254	0,336**	0,515**	0,650**
	п15	0,451**	0,791**	0,509**	0,195	0,244	0,252	0,344**	0,490**	0,643**
	п16	0,472**	0,849**	0,555**	0,179	0,226	0,235	0,305*	0,461**	0,623**
	п17	0,322*	0,192	0,370**	0,226	0,289*	0,307*	0,336**	0,205	0,224
	п18	0,071	0,046	0,025	0,352**	0,417**	0,310*	0,373**	0,284*	0,221
	п19	0,090	0,092	0,036	0,251	0,315*	0,185	0,213	0,212	0,185
	п20	0,089	0,148	0,092	0,303*	0,363**	0,271*	0,315*	0,266*	0,240
	п21	0,136	0,177	0,090	0,343**	0,405**	0,318*	0,345**	0,286*	0,286*
	п22	0,224	0,122	0,058	0,285*	0,425**	0,316*	0,360**	0,400**	0,369**
	п23	0,263*	0,137	0,028	0,110	0,267*	0,146	0,157	0,241	0,238
	п24	0,386**	0,331**	0,176	0,109	0,277*	0,216	0,238	0,296*	0,331**
	п25	0,487**	0,364**	0,177	0,167	0,282*	0,237	0,236	0,302*	0,353**
	п26	0,231	0,599**	0,432**	0,040	0,009	0,017	0,142	0,244	0,338**
	п27	0,210	0,266*	0,182	0,017	0,050	0,071	0,200	0,268*	0,220
	п28	1,000	0,439**	0,450**	-0,083	0,022	0,234	0,373**	0,228	0,259*
	п29	0,439**	1,000	0,735**	-0,006	0,027	0,066	0,127	0,384**	0,565**
	п30	0,450**	0,735**	1,000	0,022	0,092	0,202	0,241	0,316*	0,528**
	п31	-0,083	-0,006	0,022	1,000	0,887**	0,706**	0,596**	0,499**	0,420**
	п32	0,022	0,027	0,092	0,887**	1,000	0,818**	0,733**	0,435**	0,419**
	п33	0,234	0,066	0,202	0,706**	0,818**	1,000	0,903**	0,333**	0,370**
	п34	0,373**	0,127	0,241	0,596**	0,733**	0,903**	1,000	0,458**	0,428**
	п35	0,228	0,384**	0,316*	0,499**	0,435**	0,333**	0,458**	1,000	0,876**
	п36	0,259*	0,565**	0,528**	0,420**	0,419**	0,370**	0,428**	0,876**	1,000
	п37	0,346**	0,845**	0,709**	0,084	0,095	0,244	0,222	0,413**	0,691**
	п38	0,436**	0,780**	0,755**	0,045	0,050	0,155	0,229	0,346**	0,580**
	п39	-0,048	-0,056	-0,030	0,537**	0,403**	0,286*	0,217	-0,016	-0,010
	п40	-0,061	-0,051	-0,014	0,621**	0,589**	0,447**	0,358**	0,038	0,045
	п41	-0,060	-0,041	-0,007	0,207	0,168	0,407**	0,319*	-0,050	-0,068
	п42	-0,041	-0,036	-0,007	0,215	0,205	0,408**	0,407**	-0,017	-0,044

		Индикаторы поведенческой активности пользователя социальной сети					
		п37	п38	п39	п40	п41	п42
Индикаторы поведенческой активности пользователя социальной сети	п1	0,389**	0,392**	-0,085	-0,059	-0,098	-0,082
	п2	0,182	0,107	-0,092	-0,038	-0,146	-0,138
	п3	0,556**	0,523**	0,159	0,224	-0,043	-0,044
	п4	0,106	0,110	0,221	0,219	0,039	0,013
	п5	-0,007	-0,001	0,153	0,310*	0,130	0,077
	п6	0,021	0,037	-0,049	-0,021	-0,035	0,014
	п7	0,468**	0,457**	0,031	0,032	-0,037	-0,032
	п8	0,713**	0,761**	-0,048	-0,038	-0,051	-0,046
	п9	0,321*	0,369**	0,074	0,085	-0,028	-0,030
	п10	0,326*	0,378**	0,129	0,149	-0,003	-0,010
	п11	0,317*	0,376**	0,108	0,134	-0,010	-0,011
	п12	0,335**	0,388**	0,113	0,149	0,017	0,014
	п13	0,563**	0,498**	0,018	0,044	-0,069	-0,061
	п14	0,667**	0,601**	-0,001	0,042	-0,077	-0,062
	п15	0,706**	0,640**	-0,019	0,025	-0,081	-0,059
	п16	0,747**	0,680**	-0,016	0,031	-0,071	-0,053
	п17	0,164	0,244	0,001	0,068	0,012	0,021
	п18	0,014	0,093	-0,029	0,075	-0,066	-0,044
	п19	0,032	0,093	-0,067	0,049	-0,100	-0,096
	п20	0,147	0,203	-0,062	0,071	-0,096	-0,061
	п21	0,182	0,225	-0,042	0,086	-0,066	-0,029
	п22	0,125	0,112	-0,034	0,076	-0,059	-0,037
	п23	0,087	0,083	-0,076	0,079	-0,079	-0,081
	п24	0,300*	0,276*	-0,081	0,090	-0,080	-0,078
	п25	0,298*	0,275*	-0,044	0,083	-0,063	-0,051
	п26	0,514**	0,570**	0,159	0,127	0,067	0,043
	п27	0,173	0,166	-0,041	-0,042	-0,036	-0,021
	п28	0,346**	0,436**	-0,048	-0,061	-0,060	-0,041
	п29	0,845**	0,780**	-0,056	-0,051	-0,041	-0,036
	п30	0,709**	0,755**	-0,030	-0,014	-0,007	-0,007
	п31	0,084	0,045	0,537**	0,621**	0,207	0,215
	п32	0,095	0,050	0,403**	0,589**	0,168	0,205
	п33	0,244	0,155	0,286*	0,447**	0,407**	0,408**
	п34	0,222	0,229	0,217	0,358**	0,319*	0,407**
	п35	0,413**	0,346**	-0,016	0,038	-0,050	-0,017
	п36	0,691**	0,580**	-0,010	0,045	-0,068	-0,044
	п37	1,000	0,867**	-0,038	-0,026	-0,063	-0,062
	п38	0,867**	1,000	-0,050	-0,044	-0,077	-0,075
	п39	-0,038	-0,050	1,000	0,920**	0,380**	0,300*
	п40	-0,026	-0,044	0,920**	1,000	0,397**	0,325*
	п41	-0,063	-0,077	0,380**	0,397**	1,000	0,843**
	п42	-0,062	-0,075	0,300*	0,325*	0,843**	1,000

Условные обозначения

п1 – Количество «Друзей»

- п2 – Количество «Подписчиков»
- п3 – Количество «Интересных страниц»
- п4 – Количество «Аудиозаписей»
- п5 – Количество «Подарков»
- п6 – Количество «Видео» с испытуемым
- п7 – Количество «Записей на стене»
- п8 – Количество «Записей на стене» за 2 недели
- п9 – Количество «Записей на стене» за 4 недели
- п10 – Количество «Записей на стене» за 8 недель
- п11 – Количество «Записей на стене» за 12 недель
- п12 – Количество «Отметок «Мне нравится» к «записям на стене»» за 2 недели
- п13 – Количество «Отметок «Мне нравится» к «записям на стене»» за 2 недели
- п14 – Количество «Отметок «Мне нравится» к «записям на стене»» за 8 недель
- п15 – Количество «Отметок «Мне нравится» к «записям на стене»» за 12 недель
- п16 – Количество «Аватарок»
- п17 – Количество смен «Аватарок» за 2 недели
- п18 – Количество смен «Аватарок» за 4 недели
- п19 – Количество смен «Аватарок» за 8 недель
- п20 – Количество смен «Аватарок» за 12 недель
- п21 – Количество «Отметок «Мне нравится» к «аватаркам»» за 2 недели
- п22 – Количество «Отметок «Мне нравится» к «аватаркам»» за 4 недели
- п23 – Количество «Отметок «Мне нравится» к «аватаркам»» за 8 недель
- п24 – Количество «Отметок «Мне нравится» к «аватаркам»» за 12 недель
- п25 – Количество «Видеозаписей»
- п26 – Количество «Комментариев к видеозаписям»
- п27 – Количество «Фотографий» с испытуемым
- п28 – Количество «Фотографий»
- п29 – Количество «Комментариев к фотографиям»
- п30 – Количество «Фотоальбомов»
- п31 – Количество добавленных «Фотоальбомов» за 2 недели
- п32 – Количество добавленных «Фотоальбомов» за 4 недели
- п33 – Количество добавленных «Фотоальбомов» за 8 недель
- п34 – Количество добавленных «Фотоальбомов» за 12 недель
- п35 – Количество добавленных фотографий за 2 недели
- п36 – Количество добавленных фотографий за 4 недели
- п37 – Количество добавленных фотографий за 8 недель
- п38 – Количество добавленных фотографий за 12 недель
- п39 – Количество фотографий на 1 альбом за 2 недели
- п40 – Количество фотографий на 1 альбом за 4 недели
- п41 – Количество фотографий на 1 альбом за 8 недель
- п42 – Количество фотографий на 1 альбом за 12 недель

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Таблица 10 – Значения констант и нестандартизованных коэффициентов регрессии, входящих в уравнение множественной регрессии

Название фактора психологического благополучия	Доля объяснимой дисперсии	Названия нестандартизованных канонических коэффициентов	Значения нестандартизованных канонических коэффициентов
Спокойствие-тревожность	19,1	Константа	5,981
		Количество «Интересных страниц»	0,017
		Количество «Подарков»	-0,032
		Количество «Записей на стене»	0,008
		Количество «Отметок «Мне нравится» к записям на стене»	-0,003
		Количество «Фотоальбомов» за 4 недели	-0,584
Энергичность-усталость	31,6	Константа	6,016
		Количество «Подписчиков»	-0,008
		Количество «Интересных страниц»	0,011
		Количество «Подарков»	0,026
		Количество «Записей на стене»	-0,006
		Количество «Фотоальбомов» за 4 недели	-1,133
		Количество «Фотоальбомов» за 12 недель	0,586
Приподнятость-подавленность	12,7	Константа	6,47
		Количество «Подписчиков»	-0,004
		Количество фотографий на 1 альбом за 8 недель	-0,042
Чувство уверенности в себе-чувство беспомощности	25,7	Константа	6,984
		Количество «Подписчиков»	-0,01
		Количество «Подарков»	0,034
Самооценка эмоционального состояния	27,8	Константа	24,777
		Количество «Подписчиков»	-0,024
		Количество «Интересных страниц»	0,059
		Количество «Отметок «Мне нравится» в записям на стене»	-0,007
		Количество «Фотоальбомов» за 4 недели	-3,267
		Количество «Фотоальбомов» за 12 недель	1,765

Название фактора психологического благополучия	Доля объяснимой дисперсии	Названия нестандартизованных канонических коэффициентов	Значения нестандартизованных канонических коэффициентов
Субъективное переживание одиночества	40,8	Константа	53,135
		Количество «Подписчиков»	0,071
		Количество «Интересных страниц»	-0,178
		Количество «Видеозаписей» с испытуемым	-0,116
		Количество «Отметок «Мне нравится» к записям на стене»	0,03
		Количество «Фотоальбомов» за 4 недели	10,079
		Количество «Фотоальбомов» за 12 недель	-8,065
Глобальное самоотношение	36,3	Константа	18,518
		Количество «Подписчиков»	-0,028
		Количество «Интересных страниц»	0,051
		Количество «Смен аватарок» за 12 недель	-0,415
		Количество «Фотоальбомов» за 4 недели	-4,235
		Количество «Фотоальбомов» за 12 недель	2,834
		Количество добавленных фотографий за 12 недель	-0,015
Самоуважение	35,6	Константа	10,075
		Количество «Подписчиков»	-0,016
		Количество «Интересных страниц»	0,028
		Количество «Смен аватарок» за 12 недель	-0,31
		Количество «Фотоальбомов» за 4 недели	-2,839
		Количество «Фотоальбомов» за 12 недель	1,762
Аутосимпатия	12,2	Константа	10,087
		Количество «Подписчиков»	-0,008
		Количество добавленных фотографий за 12 недель	-0,007

Название фактора психологического благополучия	Доля объяснимой дисперсии	Названия нестандартизованных канонических коэффициентов	Значения нестандартизованных канонических коэффициентов
Ожидаемое отношение от других	29,6	Константа	10,044
		Количество «Подписчиков»	-0,007
		Количество «Аудиозаписей»	0,001
		Количество «Видеозаписей» с испытуемым	0,025
		Количество «Смен аватарок» за 12 недель	-0,188
Самоинтерес	40,1	Константа	6,159
		Количество «Друзей»	0,003
		Количество «Подписчиков»	-0,006
		Количество «Аудиозаписей»	0,001
		Количество «Фотографий»	0,001
		Количество «Фотоальбомов» за 4 недели	-0,758
		Количество «Фотоальбомов» за 12 недель	0,625
		Количество фотографий на 1 альбом за 12 недель	-4,193
Самоуверенность	40	Константа	4,643
		Количество «Друзей»	0,002
		Количество «Подписчиков»	-0,008
		Количество «Интересных страниц»	0,021
		Количество «Отметок «Мне нравится» к аватаркам» за 12 недель	-0,008
		Количество «Фотоальбомов» за 4 недели	-1,372
		Количество «Фотоальбомов» за 12 недель	0,821
		Количество добавленных фотографий за 12 недель	-0,006
Отношение других.	24,5	Константа	5,612
		Количество «Смен аватарок» за 12 недель	-0,121
		Количество «Фотографий» с испытуемым	0,003

Название фактора психологического благополучия	Доля объяснимой дисперсии	Названия нестандартизованных канонических коэффициентов	Значения нестандартизованных канонических коэффициентов
Самопринятие	23,2	Константа	5,818
		Количество «Подписчиков»	-0,006
		Количество «Аудиозаписей»	0,001
		Количество «Видеозаписей»	0,001
		Количество «Записей на стене»	-0,007
		Количество «Фотоальбомов»	0,035
		Количество добавленных фотографий за 12 недель	-0,006
Саморуководство, самопоследовательность	4,7	Константа	4,424
		Количество «Смен аватарок» за 12 недель	-0,077
Самообвинение	8,2	Константа	3,9
		Количество «Подписчиков»	0,006
Самоинтерес	37,6	Константа	5,592
		Количество «Подписчиков»	-0,007
		Количество «Аудиозаписей»	0,001
		Количество «Видеозаписей» с испытуемым	0,012
		Количество «Отметок «Мне нравится» к записям на стене»	-0,002
		Количество «Аватарок»	0,018
		Количество «Смен аватарок» за 12 недель	-0,215
		Количество «Отметок «Мне нравится» к аватаркам» за 12 недель	0,009
Самопонимание	18	Константа	3,343
		Количество "Подписчиков"	-0,006
		Количество "Фотографий"	0,001
		Количество "Фотоальбомов"	0,036
Позитивные отношения с окружающими	47	Константа	58,175
		Количество «Друзей»	0,014
		Количество «Интересных страниц»	0,123
		Количество «Аудиозаписей»	0,003
		Количество «Подарков»	0,295
		Количество «Видеозаписей»	-0,018
		Количество «Фотоальбомов» за 4 недели	-4,819
		Количество фотографий на 1 альбом за 8 недель	-0,296

Название фактора психологического благополучия	Доля объяснимой дисперсии	Названия нестандартизованных канонических коэффициентов	Значения нестандартизованных канонических коэффициентов
Автономия	24,1	Константа	59,18
		Количество «Интересных страниц»	0,126
		Количество «Записей на стене»	0,044
		Количество «Отметок «Мне нравится» к записям на стене»	-0,018
		Количество «Отметок «Мне нравится» к аватаркам» за 12 недель	-0,04
		Количество «Фотоальбомов» за 4 недели	-3,965
Управление окружающей средой	37,6	Константа	59,326
		Количество «Подписчиков»	-0,047
		Количество «Интересных страниц»	0,195
		Количество «Видеозаписей»	-0,013
		Количество «Отметок «Мне нравится» к записям на стене»	-0,015
		Количество «Фотоальбомов» за 4 недели	-8,259
		Количество «Фотоальбомов» за 12 недель	3,391
Личностный рост	19,8	Константа	63,114
		Количество «Интересных страниц»	0,081
		Количество «Фотографий»	-0,004
		Количество добавленных фотографий за 12 недель	0,044
Цель в жизни	35,9	Константа	63,07
		Количество «Подписчиков»	-0,051
		Количество «Интересных страниц»	0,202
		Количество «Отметок «Мне нравится» к записям на стене»	-0,02
		Количество «Фотоальбомов» за 4 недели	-5,713
		Количество «Фотоальбомов» за 12 недель	3,265

Продолжение таблицы 10

Название фактора психологического благополучия	Доля объяснимой дисперсии	Названия нестандартизованных канонических коэффициентов	Значения нестандартизованных канонических коэффициентов
Самопринятие	45,2	Константа	62,702
		Количество «Подписчиков»	-0,077
		Количество «Интересных страниц»	0,207
		Количество «Отметок «Мне нравится» к записям на стене»	-0,031
		Количество «Фотоальбомов» за 4 недели	-6,81
		Количество «Фотоальбомов» за 12 недель	4,109
Общий показатель психологического благополучия	43	Константа	365,898
		Количество «Подписчиков»	-0,288
		Количество «Интересных страниц»	1,083
		Количество «Аудиозаписей»	0,01
		Количество «Видеозаписей»	-0,038
		Количество «Отметок «Мне нравится» к записям на стене»	-0,092
		Количество «Фотоальбомов» за 4 недели	-43,079
		Количество «Фотоальбомов» за 12 недель	18,541