



Р. В. ЕРШОВА

## Информация в интернете как фактор эмоционально-психологического благополучия человека

**Введение.** В современном обществе информация выступает как культурное орудие, влияющее на социализационные процессы человека. Однако количество информации потребляемой человеком таково, что, приводит к информационной перегрузке, последствия которой на эмоционально-психологическое благополучие человека недостаточно изучены, что определяет актуальность проведенного исследования. Вопросы доверия к СМИ и психологического благополучия человека в современной психологической науке чаще всего изучались как независимые феномены. Чаще всего исследователи фокусируются на анализе влияния новостного контента на благополучия человека вне зависимости от степени доверия к нему.

*Целью исследования* было определение связи уровня доверия к цифровым СМИ с эмоционально-психологическим благополучием человека.

**Материалы и методы.** В исследовании приняли участие 456 студентов 1-5 курсов Государственного социально-гуманитарного университета (М=116, Ж=340, средний возраст  $19,7 \pm 2,8$ ). Для изучения эмоционально-психологического благополучия использовались Интегративный тест тревожности; Шкала базисных убеждений; Шкала психологического благополучия; уровень доверия к СМИ измерялся с использованием авторской анкеты.

**Результаты исследования.** Установлено, что у людей, доверяющих интернет СМИ, в большей мере представлены эмоциональные и личностные проблемы, снижающие уровень их психологического благополучия: тревожность относительно будущего ( $p=0,004$ ), депрессия ( $p=0,011$ ), негативная самооценка и неудовлетворённость обстоятельствами собственной жизни ( $p=0,034$ ). Как показал факторный анализ, главными коррелятами эмоционально-психологического неблагополучия в группах доверяющих и не доверяющих СМИ являются: выраженная тревожность, низкий уровень самооценки и самоценности, использование эмоциональной стратегии совладания со стрессом (фактор 2 «Эмоциональный дискомфорт»). Неблагополучие лиц, доверяющих информации в интернете усиливается при обращении в сложных ситуациях к стратегии эмоциональной социальной поддержки, а общий баланс благополучия у людей не доверяющих интернету может быть нарушен в случае «кризиса убеждений» (фактор 2 «Эмоциональный дискомфорт»).

**Заключение.** Полученные результаты помогают глубже понять механизмы влияния интернет-источников на психологическое благополучие человека, разрабатывать программы «здорового» медиа-потребления. Дальнейшие исследования в этой области могут быть сфокусированы на углубленном поиске набора детерминирующих психологических переменных -протекторов развития психологического неблагополучия, с учетом гендерных и возрастных и индивидуально-психологических характеристик человека, лежащих в основе доверия к потребляемой информации.

**Ключевые слова:** психологическое благополучие, доверие к СМИ, тревожность, стратегии совладания со стрессом, ценности

### Ссылка для цитирования:

Ершова Р. В. Информация в интернете как фактор эмоционально-психологического благополучия человека // Перспективы науки и образования. 2023. № 4 (64). С. 442-454. doi: 10.32744/pse.2023.4.27



R. V. ERSHOVA

## Internet information as a factor of a person's emotional and psychological well-being

**Introduction.** Information in modern society acts as a cultural tool influencing human socialisation processes. However, the amount of information consumed by a human is so extensive that it leads to information overload; its consequences on a person's emotional and psychological well-being are not sufficiently studied, which determines the relevance of the present study. The issues of trust in mass media and human's psychological well-being have been studied most often in modern psychological science as independent phenomena. Most often researchers focus on analysing the impact of news content on human well-being regardless of the extent of trust in it.

*The aim of the study* was to reveal the relationship between the level of trust in digital media and a person's emotional and psychological well-being.

**Materials and methods.** The study involved 456 1st – 5th year students of the State University for Humanities and Social Studies (M=116, W=340, average age 19.7±2.8). The Integrative anxiety test; the Basic beliefs scale; the Psychological well-being scale were used to study one's emotional and psychological well-being. The level of trust in mass media was measured with the use of the original questionnaire.

**Results.** It was found that people who trust Internet media have more expressed emotional and personal problems reducing the level of their psychological well-being: anxiety about the future ( $p=0.004$ ), depression ( $p=0.011$ ), negative self-esteem and dissatisfaction with circumstances of their life ( $p=0.034$ ). As shown by the factor analysis, the main correlatives of emotional and psychological ill-being in groups of those who trust and do not trust the media are as follows: expressed anxiety, low level of self-esteem and self-value, use of the emotional strategy for coping with stress (factor 2 "Emotional discomfort"). The ill-being of people who trust information in the Internet increases when they turn to the strategy of emotional social support in difficult situations, and the overall balance of well-being in people who do not trust the Internet can be disrupted in case of "crisis of beliefs" (factor 2 "Emotional discomfort").

**Conclusion.** The obtained results help to gain deeper understanding of the mechanisms of influence of Internet sources on human psychological well-being and to develop "healthy" media consumption programmes. Further research in this area can be focused on in-depth search for a set of determinant psychological variables – psychological well-being development protectors, with regard for gender, age and individual psychological characteristics of a person underlying trust in consumed information.

**Keywords:** psychological well-being, trust in mass media, anxiety, stress coping strategies, values

### For Reference:

Ershova, R. V. (2023). Internet information as a factor of a person's emotional and psychological well-being. *Perspektivy nauki i obrazovania – Perspectives of Science and Education*, 64 (4), 442-454. doi: 10.32744/pse.2023.4.27

## Введение

В 2011 году ООН признало выход в Интернет неотъемлемым правом человека, подчеркнув, что Интернет обладает рядом преимуществ: он может объединять людей, обеспечивать свободу слова, способствовать распространению информации между пользователями с высокой скоростью.

Среднестатистический житель планеты ежедневно тратит на взаимодействие с цифровыми устройствами третью часть времени бодрствования [1]. Глубокое проникновение цифровых гаджетов в нашу жизнь ставит перед научным сообществом ряд вопросов, связанных с изучением механизмов воздействия цифровой информации на психическое и физическое развитие человека, его поведение и процессы принятия решений. Актуальность этих исследований связана с целым рядом факторов:

- поскольку информация (в т.ч. медиа информация), вступает как важнейшее культурное орудие, которое, с точки зрения К. Бенсона, может выступать как средство ориентации, так и дезориентации человека, важно понимать, каким образом человек отбирает релевантную для него информацию, какие механизмы отвечают за формирование доверия к ней [2].
- многие авторы характеризуют непрерывный поток нефильТРованной информации в СМИ и следующую за этим информационную перегрузку как «инфодемию», что требует детального изучения механизмов и последствий влияния этих перегрузок на психическое здоровье личности [3]. Отметим, что эмоционально-психологическое благополучие современного человек вызывает все большую обеспокоенность, по данным ВОЗ, только за 2020 год число людей с тревожными расстройствами возросло на 26%, а с депрессией на 28%;
- важным является и понимание того, какие личностные характеристики могут выступать в качестве внутренних предикторов развития психо-эмоциональных расстройств в ситуации инфодемии [4].

В данное исследование посвящено одному из аспектов взаимодействия человека со СМИ, вопросу соотношения уровня доверия к информации и степени эмоционально-психологического благополучия личности.

Исследования, посвященные изучению проблемы доверия к СМИ, в том числе интернет-источникам, содержат противоречивые выводы. Некоторые авторы признают, что интернет занимает равное место в ряду традиционных источников информации: телевидения и радио [5]. Hilligoss и Rieh отмечают, что серьезную озабоченность вызывает вопрос дезинформации в интернете, число пользователей онлайн медиа неуклонно растет [6]. Другие специалисты убеждены, что онлайн медиа в будущем могут потерять свою аудиторию из-за проблем с конфиденциальностью, достоверностью и надежностью [7]. В работах, посвященных проблеме доверия к СМИ, сопоставляются уровни доверия к интернету, телевидению и радио. Johnson and Kaye [8], Metzger [9] и соавт. делают вывод о том, что интернет-информация вызывает больше доверия, чем традиционные медиа-аналоги. В свою очередь Fogg и соавт. утверждают, что онлайн-пользователи становятся все более скептически настроенными по отношению к онлайн-информации [10]. В качестве важнейших факторов доверия к СМИ исследователи рассматривают заметность и авторитетность источника, степень вовлеченности потребителя информации в проблему, представ-

ленную в СМИ [11], «надежность» источника информации [12; 13], соответствие контента потребности, которую хочет удовлетворить потребитель. К примеру, контенту в Instagram больше доверяют при покупке одежды, а Youtube – при приобретении косметических средств [14]. Marrie и др. обнаружили, что главным после лечащего врача источником информации о здоровье для пациентов является Интернет [15]. Пандемия COVID-19 позволила уточнить этот вывод: согласно исследованию de Bérail и Bungener важнейшими источниками информации о здоровье для населения в этот период стали любимые ютуб-блогеры, постами которых доверяют не меньше, чем информации от журналистов, друзей или членов семьи, причем уровень доверия к этой информации прямо коррелирует с интенсивностью парасоциальных связей с блогером [16]. Среди психологических характеристик самого потребителя информации, влияющих на степень его доверия к СМИ Lucassen and Schraagen выделяют опыт работы с источниками, экспертные знания в предметной области и навыки работы с информацией [17]. Rubin, в свою очередь, предлагает многоуровневую модель формирования доверия к информации, которая включает в себя характеристики источника информации (опыт и надежность), характеристики содержания информации (правдоподобие, внутренняя согласованность, качество), характеристики получателя информации (культурное происхождение, прежние убеждения, склонность доверять), технологию доставки информации (смартфон, планшет, ноутбук и др.), когнитивные усилия со стороны получателя информации [18].

Еще одним важным направлением исследований является вопрос влияния уровня доверия к СМИ на психологическое состояние человека. В современных работах представлены противоречивые данные относительно влияния медиа информации на благополучие личности. С одной стороны, глубокая увлеченность интернетом может приводить к его снижению, формированию интернет-зависимости, росту социальной изоляции, нарциссизма, развитию тревожности, депрессии, специфических фобий (FOMO-эффекта), расстройствам внимания [19; 20]. С другой – цифровые ресурсы помогают формировать положительные эмоции, справляться со стрессом, восстанавливаться, заниматься физической активностью, отдыхать, общаться и получать поддержку [1]. Причем уровень психологического благополучия связывается не столько с глубиной погруженности в цифровой мир, сколько с особенностями поведения в нем [4]: активное поведение (общение, самопрезентация, развлечения) – повышают его уровень [21], пассивное потребление контента, приводит к его снижению [22]. Влияние потребляемого новостного контента на психологическое состояние человека активно изучалось на протяжении пандемии COVID-19. Согласно Garfin и др., СМИ существенно влияли на психическое здоровье населения, особенно на проявления уровня страха, тревоги, стресса [23].

*Целью актуального исследования* было определение того, как связан уровень доверия к цифровым СМИ с эмоционально-психологическим благополучием человека.

---

## Процедура и методы исследования

В исследовании приняли участие 456 студентов 1-5 курсов Государственного социально-гуманитарного университета (М=116, Ж=340, средний возраст  $19,7 \pm 2,8$ ). Исследование проводилось в 15 апреля по 21 июня 2022 года. Желающие принять участие

в исследовании добровольцы ответили на вопросы тестов, размещенные в Google Forms (<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe6f3ZLRRNIOU8xcZAi55aW0nVifjmp8lOKoPIALpDr8i1dew/viewform>).

Для изучения связи эмоционально-психологического благополучия человека с уровнем его доверия к сетевой информации использовались Интегративный тест тревожности (ИТТ) (А.П. Бизюк, Л.И. Вассерман, Б.В. Иовлев) [24]; Шкала базисных убеждений (ШБУ) (World Assumptions Scale, WAS) Р. Янов-Бульман в адаптации О. Кравцовой [25]; опросник COPE К. Карвера, М. Шейера, Дж. Вейнтрауба в адаптации Е.И. Рассказовой, Т.О. Гордеевой, Е.Н. Осина [26], Шкала психологического благополучия (ШПБ) К. Рифф, в адаптации Т.Д. Шевеленковой и Т.П. Фесенко [27]; шкала депрессии А. Бека (Beck Depression Inventory) [28], анкета, позволяющая определить источники получения информации и новостного контента и уровень доверия к ним респондентов.

По результатам анкетирования из общего числа респондентов были выделены 2 контрастные группы: в первую группу были включены студенты, доверяющие сетевой информации (N=153) (они обозначили свою позицию в анкете как «доверяю», «скорее доверяю»), во вторую группу – те, кто редко («скорее не доверяю») или совсем не доверяет информации в интернете (N=223).

Математико-статистическая обработка данных проводилась с использованием непараметрического критерия U Манна-Уитни, факторного и дискриминантного анализа в программе IBM SPSS Statistics.

## Результаты исследования

На этапе количественного анализа результаты были обработаны с помощью статистического критерия Манна-Уитни (см. табл. 1).

**Таблица 1**

Статистические различия в выраженности показателей эмоционально-психологического благополучия в двух группах

Шкалы	Доверяют интернету (N=153)	Редко доверяют интернету (N=223)	Асимптотическая значимость (2-сторонняя)
	средний ранг	средний ранг	
ИТТ_Тревожная оценка перспектив	207,91	175,18	0,004
ШБУ_Справедливость мира	206,12	176,41	0,009
ШБУ_Степень самоконтроля	203,42	178,26	0,027
COPE_Мысленный уход от проблем	208,50	174,78	0,003
COPE_Концентрация на эмоциях и их выражении	209,64	174,00	0,002
COPE_Инструментальная социальная поддержка	201,39	179,65	0,055
COPE_Успокоительные	211,21	172,92	0
COPE_Принятие	202,24	179,08	0,04
Шкала депрессии	205,70	176,70	0,011
ШПБ_Баланс аффекта	203,09	178,49	0,031

*Примечание: ИТТ – Интегральный тест тревожности, ШБУ – Шкала базисных убеждений, ШПБ – Шкала психологического благополучия*

Он позволил обнаружить значимые различия, в двух группах: респонденты первой группы (доверяющие информации в сети интернет) имеют большее число эмоциональных и личностных проблем, снижающих уровень их психологического благополучия: в структуре их тревожности доминируют страхи, связанные не столько с текущим положением дел, сколько ориентированные в будущее, по принципу «как бы чего не случилось» ( $p=0,004$ ), у них более высокие показатели по шкалам «справедливость мира» ( $p=0,009$ ) и «степень самоконтроля» ( $p=0,027$ ) (ШБУ), а также показатель депрессии ( $p=0,011$ ), они имеют более выраженную негативную самооценку, неудовлетворённость обстоятельствами собственной жизни, чаще испытывают ощущение собственной никчёмности и бессилия (шкала «баланс аффекта» ШПБ;  $p=0,031$ ). Важно отметить, что в системе способов совладания с трудными жизненными ситуациями они чаще, чем респонденты второй группы используют такие стратегии как «мысленный уход от проблем» ( $p=0,003$ ), «концентрация на эмоциях и их выражении» ( $p=0,002$ ), «инструментальная социальная поддержка» ( $p=0,055$ ), «использование успокоительных» ( $p=0,000$ ), «принятие» ( $p=0,04$ ).

Проведенный отдельно в каждой группе факторный анализ (см. табл. 2) позволил подтвердить вывод о тесной связи эмоционально-психологического благополучия с уровнем доверия респондентов к потребляемой информации.

**Таблица 2**

Факторный анализ структуры эмоционально-психологического благополучия в группах доверяющих и не доверяющих информации в интернете

тест	переменные	факторы				факторы			
		доверяют интернету				не доверяют интернету			
		1	2	3	4	1	2	3	4
ШПБ	Позитивные отношения	,773				,727			
	Автономия	,760				,615			
	Управление средой	,807				,734	-,437		
	Личностный рост	,871				,874			
	Цели в жизни	,895				,839			
	Самопринятие	,781	-,442			,758	-,467		
	Баланс аффекта	-,772	,446			-,716	,518		
	Осмысленность жизни	,903				,860			
	Человек как открытая система	,799				,774			
	Психологическое благополучие	,949				,916			
ИТТ	Эмоциональный дискомфорт		,801				,785		
	Астенический компонент тревожности		,669				,634		
	Фобический компонент		,722				,688		
	Тревожная оценка перспективы		,791				,772		
	Социальная защита		,455						
ШБУ	Благосклонность мира			,546			-,454		
	Доброта людей						-,495		
	Справедливость мира			,800					,728
	Контролируемость мира			,770					,783
	Случайность происходящего						,467		

ШБУ	Ценность собственного Я	,549	-,457			,519	-,511		
	Степень самоконтроля			,518					,598
	Степень удачи				,548				,451
	Общее отношение к благосклонности мира			,508			-,519		
	Общее отношение к осмысленности мира			,869					,826
	Убеждение относительно собственной ценности	,500		,465	,432				,520
COPE	F1: Позитивное переформулирование и личностный рост	,474			,515	,422		,647	
	F2: Мысленный уход от проблемы						,455		
	F3: Концентрация на эмоциях и их активное выражение		,592					,628	
	F4: Использование инструментальной социальной поддержки								,515
	F5: Активное совладание	,611		,407		,500		,423	
	F6: Отрицание				,476	-,416		,431	
	F7: Обращение к религии								
	F8: Юмор				,738			,616	
	F9: Поведенческий уход от проблемы	-,576				-,554			
	F10: Сдерживание				,482			,598	
	F11: Использование эмоциональной социальной поддержки		,405					,442	
	F12: Использование «успокоительных»	-,451							
	F13: Принятие				,599			,520	
	F14: Подавление конкурирующей деятельности			,528				,421	,468
	F15: Планирование	,542				,407		,434	
ШД	Депрессия		,678			-,405	,611		

*Примечание: группа 1 – доверяют информации в интернете; группа 2 – не доверяют информации в интернете. ИТТ – Интегральный тест тревожности, ШБУ – Шкала базисных убеждений, ШПБ – Шкала психологического благополучия, ШД – Шкала депрессии.*

Как в первой, так и во второй группах, первый фактор формируют переменные психологического благополучия, что указывает на тесную связь этой характеристики с потребляемой информацией вне зависимости от степени доверия к ней. Структура фактора (назовем его фактором психологического комфорта) практически идентична у респондентов первой и второй групп: помимо всех переменных шкалы психологического благополучия в него вошли «ценность собственного Я» и «убеждение относительно собственной ценности» шкалы базисных убеждений, и несколько переменных шкалы совладания со стрессом COPE: «позитивное переформулирование и личностный рост», «активное совладание», «планирование» и «поведенческий уход от проблем» (с отрицательным весом). У лиц, доверяющих интернету, в структуру фактора также с отрицательным весом вошла переменная «использование успокоительных». Специфической особенностью первого фактора в группе респондентов не доверяющих интернету является наличие в его структуре двух переменных (обе с отрицательными весами) «отрицание» шкалы COPE и «депрессия» шкалы депрессии Бека.

Переменные, вошедшие в состав второго фактора, позволяют определить его как фактор эмоционального дискомфорта. В обеих группах его основу составляют пере-

менные интегрального теста тревожности: «эмоциональный дискомфорт», «астенический компонент», «фобический компонент», «тревожная оценка перспективы», а также переменные «баланс аффекта» и «самопринятие» (отрицательный вес) шкалы психологического благополучия, «ценность собственного я» (отрицательный вес) шкалы базисных убеждений, «концентрация на эмоциях и их активном выражении» шкалы COPE и «депрессия». Общие для обеих групп переменные указывают на совокупность личностных особенностей, выступающих факторами эмоционально-психологического неблагополучия человека. При этом специфическими характеристиками, вносящими вклад в неблагополучие доверяющих интернету респондентов, являются переменные «социальная защита» интегрального теста тревожности и «использование эмоциональной социальной поддержки» шкалы COPE. Отличительной особенностью второго фактора группы не доверяющих интернету являются переменные «благосклонность мира», «доброта людей», «общее отношение к благосклонности мира» (отрицательные значения), «случайность происходящего» шкалы базисных убеждений и «мысленный уход от проблем» шкалы COPE.

Третий фактор в группе лиц, доверяющих интернету, можно условно обозначить как фактор убеждений: его составляют переменные ШБУ «благосклонность мира», «справедливость мира», «контролируемость мира», «степень самоконтроля», «общее отношение к благосклонности мира», «общее отношение к осмысленности мира», «убеждение относительно собственной ценности», а также переменные «активное совладание» и «подавление конкурирующей деятельности» шкалы COPE. Третий фактор у респондентов, не доверяющих интернету, включает исключительно переменные шкалы совладания со стрессом COPE: «позитивное переформулирование и личностный рост», «использование инструментальной социальной поддержки», «активное совладание», «отрицание», «юмор», «сдерживание», «использование эмоциональной социальной поддержки», «принятие», «подавление конкурирующей деятельности», «планирование».

Структура четвертого фактора в обеих сравниваемых группах также различна. В первой группе «доверяющих» интернету в него включены две переменные шкалы базисных убеждений «степень удачи» и «убеждение относительно собственной ценности», и пять переменных шкалы COPE: «позитивное переформулирование и личностный рост», «отрицание», «юмор», «сдерживание», «принятие». Это фактор может рассматриваться как фактор совладания. Содержание четвертого фактора во второй группе (шесть переменных шкалы базисных убеждений: «справедливость мира», «контролируемость мира», «степень самоконтроля», «степень удачи», «общее отношение к осмысленности мира», «убеждение относительно собственной ценности» и одна переменная шкалы COPE: «подавление конкурирующей деятельности») позволяет назвать его фактором убеждений.

Полученные результаты подтверждают сделанные ранее Williams и др. выводы о тесной прямой связи психологического благополучия и позитивных моделей совладающего поведения [32], обратной связи негативных моделей совладания и благополучия человека [33].

Проведенный на заключительном этапе статистической обработки дискриминантный анализ позволил определить предикторы доверия к информации в интернете. Это «убеждение в справедливости мира» шкалы базисных убеждений, и две стратегии совладания: «прием успокоительных» и «концентрация на эмоциях и их выражении». Полученная дискриминантная функция описывает 62% эмпирической выборки.



Таблица 3

## Коэффициенты стандартизированной дискриминантной функции

Переменные	Функция
	1
COPE_Концентрация на эмоциях и их выражении	,572
COPE_Прием успокоительных	,546
ШБУ_Справедливость мира	,581

Как следует из полученной функции, доверие к информации в интернете выше у тех, кто верит в то, что мир устроен справедливо и люди в жизни получают то, что заслуживают в соответствии со своими личными качествами и поступками (что рассматривается как когнитивное искажение), склонен фокусироваться на неприятных эмоциях, неудачах и выражении чувств, использовать алкоголь, лекарственные средства или наркотики как способ избежать проблемы и улучшить самочувствие.

## Обсуждение результатов

Полученные результаты позволяют посмотреть на проблему взаимодействия человека с информацией под другим углом зрения. До настоящего времени исследования, посвященные этой проблематике были сфокусированы на анализе характеристик, лежащих в основе доверия пользователя к информации, представленной в СМИ, в том числе электронных, причем в качестве основных факторов доверия описывались характеристики информационного ресурса: вид ресурса, способ доставки сообщения [8; 18]; характеристики ресурса авторитетность, надежность [11; 13], характеристики самой информации [18], специфика взаимодействия человека с источником (степень соответствия информации потребностям личности, когнитивные усилия) [14; 16]. В качестве личностных паттернов, влияющих на степень доверия к информации рассматриваются культурное происхождение, убеждения, склонность доверять [18]. С другой стороны, в исследованиях, посвященных проблеме эмоционально-психологического благополучия личности рассматриваются вопросы влияния информации на уровень благополучия человека без изучения параметров доверия к ней [20; 21]. Полученные в актуальном исследовании результаты определяют связь выраженности эмоционально-личностных проблем с уровнем доверия к информации, представленной в интернете. Показано, что уровень тревожности, связанной с будущим и депрессии у людей, доверяющих информации в интернете, существенно ниже, чем у тех, кто относится к ней скептически. Они также имеют более выраженную негативную самооценку, неудовлетворённость обстоятельствами собственной жизни, чаще испытывают ощущение собственной никчёмности и бессилия. Полученные результаты расширяют выводы De Coninck и др. [29], доказавшими, что высокий уровень депрессии соотносится с верой в конспирологические теории, которая, в свою очередь, выше у тех, кто доверяет информации в интернете, а также Zheng и др. [30] и Laato и др. [31] о том, что информационная перегрузка и доверие к информации выступают триггерами киберхондрии. Анализ литературы в проблемном поле позволяет констатировать, что выводы о связи и содержательном соотношении уровня доверия к информации и степени эмоциональ-

ного и психологического благополучия человека являются новыми и требующими дальнейшей проработки и уточнения. Следует отметить, что несмотря на то, что, как показал анализ полученных результатов, показатели эмоционально-психологического здоровья человека в первую очередь коррелируют с уровнем тревожности, самооценки и стратегий совладания со стрессом, степень доверия к электронной информации также может выступать в качестве фактора, определяющего благополучие в случае, если человек убежден в справедливости мира, склонен к негативной оценке себя и использованию успокоительных препаратов как способа преодоления трудных жизненных ситуаций.

## Выводы

Проведенное исследование позволило сделать следующие выводы:

- у людей, доверяющих интернету, в большей мере представлены эмоциональные и личностные проблемы, снижающие уровень их психологического благополучия: тревожность относительно будущего, депрессия, негативная самооценка, неудовлетворённость обстоятельствами собственной жизни;
- эмоционально-психологическое благополучие человека, вне зависимости от степени доверия к интернету тесно связано с выраженностью общего психологического благополучия, «сильными» ценностями «собственного Я» и использованием функциональных стратегий совладания со стрессом;
- маркером эмоционально-психологического благополучия лиц, доверяющих интернету, является редкое использование успокоительных средств, эмоционально-психологическое благополучие у лиц, не доверяющих интернету, связано с редким использованием совладающей стратегии «отрицания» и отсутствием симптомов депрессии;
- главными коррелятами эмоционально-психологического неблагополучия в обеих группах являются выраженная тревожность, низкий уровень самооценки, и самоценности, использование эмоциональной стратегии совладания со стрессом. Неблагополучие лиц, доверяющих интернету, усиливается при обращении в сложных ситуациях к стратегии эмоциональной социальной поддержки, общий баланс благополучия у людей не доверяющих интернету может быть нарушен в случае «кризиса убеждений», т.е. низкой выраженности базисных убеждений;
- в факторной структуре эмоционально-психологического благополучия лиц, доверяющих интернету более важное место занимают базисные убеждения, тогда как у лиц, не доверяющих интернету – стратегии совладания со стрессом, иными словами, если у респондентов первой группы их эмоциональный комфорт связан со степенью их убежденности в ценности себя и мира, то у представителей второй группы он сопряжен с совокупностью действий, помогающих эффективно справляться со сложными ситуациями;
- доверие к информации в интернете выше у лиц, верящих в справедливость мира, фокусирующихся на негативных эмоциях и их выражении и прибегающих к использованию лекарств, алкоголя и наркотиков для коррекции эмоционального состояния.

## Заключение

В качестве ограничений проведенного исследования следует отметить неуровненность выборки по половому составу, относительную однородность по возрасту, что ограничивает рамки распространения полученных результатов.

Дальнейшие исследования в этой области могут быть сфокусированы на углубленном поиске набора детерминирующих психологических переменных (когнитивных, ценностно-смысловых, характерологических) и факторов, препятствующих развитию психологического неблагополучия личности, погруженной в цифровое информационное пространство, с более детализованным учетом гендерных и возрастных характеристик этих связей, исследованием индивидуально-психологических характеристик человека, лежащих в основе доверия к потребляемой информации и разработке на этой основе программ «здорового» медиа-потребления.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Courbet D., Fourquet-Courbet M. P. *Connectés et heureux!: Du stress digital au bien-être numérique*. Dunod, 2020.
2. Benson C. *The cultural psychology of self: Place, morality and art in human worlds*. Routledge, 2002.
3. Patel M. P. et al. "Infodemic" COVID 19: More Pandemic than the Virus // *Indian journal of nephrology*. 2020. Т. 30. №. 3. С. 188. doi: 10.4103/ijn.IJN\_216\_20
4. Liu D. et al. Digital communication media use and psychological well-being: A meta-analysis // *Journal of Computer-Mediated Communication*. 2019. Т. 24. №. 5. С. 259-273. doi: 10.1093/jcmc/zmz013
5. Lu H., Andrews J. E. College students' perception of the absolute media credibility about SARS-related news during the SARS outbreak in Taiwan // *China Media Research*. 2006. Т. 2. №. 2. С. 85-93.
6. Hilligoss B., Rieh S. Y. Developing a unifying framework of credibility assessment: Construct, heuristics, and interaction in context // *Information Processing & Management*. 2008. Т. 44. №. 4. С. 1467-1484. doi:10.1016/j.ipm.2007.10.001
7. Abdulla R. A. et al. The credibility of newspapers, television news, and online news // *Education in Journalism Annual Convention, Florida USA*. 2002.
8. Johnson T. J., Kaye B. K. Cruising is believing?: Comparing Internet and traditional sources on media credibility measures // *Journalism & Mass Communication Quarterly*. 1998. Т. 75. №. 2. С. 325-340. doi: 10.1177/107769909807500208
9. Metzger M. J. et al. Credibility for the 21st century: Integrating perspectives on source, message, and media credibility in the contemporary media environment // *Annals of the International Communication Association*. 2003. Т. 27. №. 1. С. 293-335. doi: 10.1080/23808985.2003.11679029
10. Fogg B. J. et al. What makes web sites credible? A report on a large quantitative study // *Proceedings of the SIGCHI conference on Human factors in computing systems*. 2001. С. 61-68. doi: 10.1145/365024.365037
11. Gunther A. C. Biased press or biased public? Attitudes toward media coverage of social groups // *Public opinion quarterly*. 1992. Т. 56. №. 2. С. 147-167. doi: 10.1086/269308
12. Johnson T. J. et al. Every blog has its day: Politically-interested Internet users' perceptions of blog credibility // *Journal of Computer-Mediated Communication*. 2007. Т. 13. №. 1. С. 100-122. doi: 10.1111/j.1083-6101.2007.00388.x
13. Zhang M. The present situation and analysis of Mass media use & media credibility in countryside of mid-China: the case of Hubei Province // *China media research*. 2006. Т. 2. №. 4. С. 37-47.
14. Cooley D., Parks-Yancy R. The effect of social media on perceived information credibility and decision making // *Journal of Internet Commerce*. 2019. Т. 18. №. 3. С. 249-269. doi: 10.1080/15332861.2019.1595362
15. Marrie R. A. et al. Preferred sources of health information in persons with multiple sclerosis: degree of trust and information sought // *Journal of Medical Internet Research*. 2013. Т. 15. №. 4. С. e2466. doi: 10.2196/jmir.2466
16. de Bérail P., Bungener C. Favorite YouTubers as a source of health information during quarantine: Viewers trust their favorite YouTubers with health information // *Social Network Analysis and Mining*. 2022. Т. 12. №. 1. С. 88. doi: 10.1007/s13278-022-00925-5
17. Lucassen T., Schraagen J. M. Factual accuracy and trust in information: The role of expertise // *Journal of the American Society for Information Science and Technology*. 2011. Т. 62. №. 7. С. 1232-1242. doi: 10.1002/asi.21545
18. Rubin V. L. *Credibility Assessment Models and Trust Indicators in Social Sciences* // *Misinformation and Disinformation: Detecting Fakes with the Eye and AI*. Cham: Springer International Publishing, 2022. С. 61-94.
19. Upadhayay V. Social Media Usage and Psychological Wellbeing among Indian Youth // *International Journal of Stress Prevention and Wellbeing*. 2018. Т. 2. №. 4. С. 1-12.

20. Matthes J. et al. "Too much to handle": Impact of mobile social networking sites on information overload, depressive symptoms, and well-being // *Computers in Human Behavior*. 2020. Т. 105. С. 106217. doi: 10.1016/j.chb.2019.106217
21. Thorisdottir I. E. et al. Active and passive social media use and symptoms of anxiety and depressed mood among Icelandic adolescents // *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2019. Т. 22. №. 8. С. 535-542. doi: 10.1089/cyber.2019.0079
22. Lup K., Trub L., Rosenthal L. Instagram#instasad?: exploring associations among instagram use, depressive symptoms, negative social comparison, and strangers followed // *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2015. Т. 18. № 5. – С. 247-252. doi: 10.1089/cyber.2014.0560
23. Garfin D. R., Silver R. C., Holman E. A. The novel coronavirus (COVID-2019) outbreak: Amplification of public health consequences by media exposure // *Health psychology*. 2020. Т. 39. № 5. С. 355. doi: 10.1037/hea0000875
24. Бизюк А. П., Вассерман Л. И., Иовлев Б. В. Применение интегративного теста тревожности (ИТТ): Методические рекомендации. СПб.: изд-во НИПНИ им. ВМ Бехтерева. 1997.
25. Солдатова Г. У. и др. Практикум по психодиагностике и исследованию толерантности личности. М.: МГУ им. МВ Ломоносова. 2003.
26. Рассказова Е. И., Гордеева Т. О., Осин Е. Н. Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики COPE // *Психология. Журнал высшей школы экономики*. 2013. Т. 10. № 1. С. 82-118.
27. Шевеленкова Т. Д., Фесенко П. П. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) // *Психологическая диагностика*. 2005. Т. 3. С. 95-129.
28. Beck A. T. et al. An inventory for measuring depression // *Archives of general psychiatry*. 1961. Т. 4. № 6. С. 561-571.
29. De Coninck D. et al. Beliefs in conspiracy theories and misinformation about COVID-19: Comparative perspectives on the role of anxiety, depression and exposure to and trust in information sources // *Frontiers in psychology*. 2021. Т. 12. С. 646394. doi: 10.3389/fpsyg.2021.646394
30. Zheng H. et al. How does health information seeking from different online sources trigger cyberchondria? The roles of online information overload and information trust // *Information Processing & Management*. 2023. Т. 60. № 4. С. 103364. doi: 10.1016/j.ipm.2023.103364
31. Laato S. et al. What drives unverified information sharing and cyberchondria during the COVID-19 pandemic? // *European journal of information systems*. 2020. Т. 29. № 3. С. 288-305. doi: 10.1080/0960085X.2020.1770632
32. Williams G., Thomas K., Smith A. Stress and well-being of University Staff: an investigation using the Demands-Resources-Individual Effects (DRIVE) model and Well-being Process Questionnaire (WPQ) // *Psychology*. 2017. Т. 8. № 12. С. 1919-1940. doi: 10.4236/psych.2017.812124
33. Fan J., Smith A. P. Information overload, wellbeing and COVID-19: A survey in China // *Behavioral sciences*. 2021. Т. 11. № 5. С. 62. doi: 10.3390/bs11050062

## REFERENCES

1. Courbet D., Fourquet-Courbet M. P. Connectés et heureux!: Du stress digital au bien-être numérique. Dunod, 2020.
2. Benson C. The cultural psychology of self: Place, morality and art in human worlds. Routledge, 2002.
3. Patel M. P. et al. "Infodemic" COVID 19: More Pandemic than the Virus. *Indian journal of nephrology*, 2020, vol. 30, no 3, pp. 188. DOI: 10.4103/ijn.IJN\_216\_20
4. Liu D. et al. Digital communication media use and psychological well-being: A meta-analysis. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 2019, vol. 24, no. 5, pp. 259-273. DOI: 10.1093/jcmc/zmz013
5. Lu H., Andrews J. E. College students' perception of the absolute media credibility about SARS-related news during the SARS outbreak in Taiwan. *China Media Research*, 2006, vol. 2, no. 2, pp. 85-93.
6. Hilligoss B., Rieh S. Y. Developing a unifying framework of credibility assessment: Construct, heuristics, and interaction in context. *Information Processing & Management*, 2008, vol. 44, no. 4, pp. 1467-1484. DOI: 10.1016/j.ipm.2007.10.001
7. Abdulla R. A. et al. The credibility of newspapers, television news, and online news. *Education in Journalism Annual Convention*, Florida USA, 2002.
8. Johnson T. J., Kaye B. K. Cruising is believing?: Comparing Internet and traditional sources on media credibility measures. *Journalism & Mass Communication Quarterly*, 1998, vol. 75, no. 2, pp. 325-340. DOI: 10.1177/107769909807500208
9. Metzger M. J. et al. Credibility for the 21st century: Integrating perspectives on source, message, and media credibility in the contemporary media environment. *Annals of the International Communication Association*, 2003, vol. 27, no. 1, pp. 293-335. DOI: 10.1080/23808985.2003.11679029
10. Fogg B. J. et al. What makes web sites credible? A report on a large quantitative study. *Proceedings of the SIGCHI conference on Human factors in computing systems*, 2001, vol. 61-68. DOI: 10.1145/365024.365037
11. Gunther A. C. Biased press or biased public? Attitudes toward media coverage of social groups. *Public opinion quarterly*, 1992, vol. 56, no. 2, pp. 147-167. DOI: 10.1086/269308
12. Johnson T. J. et al. Every blog has its day: Politically-interested Internet users' perceptions of blog credibility. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 2007, vol. 13, no. 1, pp. 100-122. DOI: 10.1111/j.1083-6101.2007.00388.x

13. Zhang M. The present situation and analysis of Mass media use & media credibility in countryside of mid-China: the case of Hubei Province. *China media research*, 2006, vol. 2, no. 4, pp. 37-47.
14. Cooley D., Parks-Yancy R. The effect of social media on perceived information credibility and decision making. *Journal of Internet Commerce*, 2019, vol. 18, no. 3, pp. 249-269. DOI: 10.1080/15332861.2019.1595362
15. Marrie R. A. et al. Preferred sources of health information in persons with multiple sclerosis: degree of trust and information sought. *Journal of Medical Internet Research*, 2013, vol. 15, no. 4, pp. e2466. DOI: 10.2196/jmir.2466
16. de Bérail P., Bungener C. Favorite YouTubers as a source of health information during quarantine: Viewers trust their favorite YouTubers with health information. *Social Network Analysis and Mining*, 2022, vol. 12, no. 1, pp. 88. DOI: 10.1007/s13278-022-00925-5
17. Lucassen T., Schraagen J. M. Factual accuracy and trust in information: The role of expertise. *Journal of the American Society for Information Science and Technology*, 2011, vol. 62, no. 7, pp. 1232-1242. DOI: 10.1002/asi.21545
18. Rubin V. L. Credibility Assessment Models and Trust Indicators in Social Sciences. *Misinformation and Disinformation: Detecting Fakes with the Eye and AI*, Cham: Springer International Publishing, 2022, pp. 61-94.
19. Upadhayay V. Social Media Usage and Psychological Wellbeing among Indian Youth. *International Journal of Stress Prevention and Wellbeing*, 2018, vol. 2, no 4, pp. 1-12.
20. Matthes J. et al. "Too much to handle": Impact of mobile social networking sites on information overload, depressive symptoms, and well-being. *Computers in Human Behavior*, 2020, vol. 105, pp. 106217. DOI: 10.1016/j.chb.2019.106217
21. Thorisdottir I. E. et al. Active and passive social media use and symptoms of anxiety and depressed mood among Icelandic adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 2019, vol. 22, no. 8, pp. 535-542. DOI: 10.1089/cyber.2019.0079
22. Lup K., Trub L., Rosenthal L. Instagram# instasad?: exploring associations among instagram use, depressive symptoms, negative social comparison, and strangers followed. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 2015, vol. 18, no. 5, pp. 247-252. DOI: 10.1089/cyber.2014.0560
23. Garfin D. R., Silver R. C., Holman E. A. The novel coronavirus (COVID-2019) outbreak: Amplification of public health consequences by media exposure. *Health psychology*, 2020, vol. 39, no. 5, pp. 355. DOI: 10.1037/hea0000875
24. Bisiuk A., Wasserman L., Iovlev B. Application of the Integrative Anxiety Test (IAT): Guidelines, Saint-Petersburg, Publishing house NIPNI of V.M. Bekhterev, 1997. (in Russ.)
25. Soldatova et al. Workshop on psychodiagnostics and research of personality tolerance, Moscow, MSU Publ., 2003. (in Russ.)
26. Rasskazova E., Gordeeva T., Osin E. Coping strategies in the structure of activity and self-regulation: psychometric characteristics and possibilities of using the COPE Inventory, *Psychology. Journal of Higher School of Economics*, 2013, vol. 10, no. 1, pp. 82-118. (in Russ.)
27. Shevelenkova T., Fesenko P. Psychological well-being of the individual (a review of the main concepts and research methods). *Psychological Diagnostic*, 2005, vol. 3, pp. 95-129. (in Russ.)
28. Beck A. T. et al. An inventory for measuring depression. *Archives of general psychiatry*, 1961, vol. 4, no. 6, pp. 561-571.
29. De Coninck D. et al. Beliefs in conspiracy theories and misinformation about COVID-19: Comparative perspectives on the role of anxiety, depression and exposure to and trust in information sources. *Frontiers in psychology*, 2021, vol. 12, pp. 646394. DOI: 10.3389/fpsyg.2021.646394
30. Zheng H. et al. How does health information seeking from different online sources trigger cyberchondria? The roles of online information overload and information trust. *Information Processing & Management*, 2023, vol. 60, no 4, pp. 103364. DOI: 10.1016/j.ipm.2023.103364
31. Laato S. et al. What drives unverified information sharing and cyberchondria during the COVID-19 pandemic? *European journal of information systems*, 2020, vol. 29, no. 3, pp. 288-305. DOI: 10.1080/0960085X.2020.1770632
32. Williams G., Thomas K., Smith A. Stress and well-being of University Staff: an investigation using the Demands-Resources-Individual Effects (DRIVE) model and Well-being Process Questionnaire (WPQ). *Psychology*, 2017, vol. 8, no. 12, pp. 1919-1940. DOI: 10.4236/psych.2017.812124
33. Fan J., Smith A. P. Information overload, wellbeing and COVID-19: A survey in China. *Behavioral sciences*, 2021, vol. 11, no. 5, pp. 62. DOI: 10.3390/bs11050062

### Информация об авторах

**Ершова Регина Вячеславовна**

(Россия, Коломна)

Профессор, доктор психологических наук, профессор кафедры психологии и педагогики филологического факультета

Российский университет дружбы народов имени Патриса Лумумбы

E-mail: erchovareg@mail.ru

ORCID ID: 0000-0002-5054-1177

Scopus Author ID: 57205234611

ResearcherID: AFG-3703-2022

### Information about the authors

**Regina V. Ershova**

(Russia, Kolomna)

Professor, Dr. Sci. (Educ.), Professor of the Department of Psychology and Pedagogy, Faculty of Philology Peoples' Friendship University of Russia named after Patrice Lumumba

E-mail: erchovareg@mail.ru

ORCID ID: 0000-0002-5054-1177

Scopus Author ID: 57205234611

ResearcherID: AFG-3703-2022