DOI 10.37539/2949-1991.2026.45.10.011

Александрова Татьяна Валерьевна, магистрант,
ФГАОУ ВО «Уральский государственный
педагогический университет» (УрГПУ)
Aleksandrova Tatiana Valerievna**,** Master's student,
Ural State Pedagogical University (USPU)

ВЗАИМОСВЯЗЬ СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И ЗАВИСИМОСТИ ОТ СМАРТФОНА У ПОДРОСТКОВ
THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL INTELLIGENCE AND SMARTPHONE ADDICTION IN ADOLESCENTS

Аннотация. В статье описаны результаты корреляционного исследования связи зависимости от смартфона с показателями социального интеллекта у 79 подростков 12–17 лет. Установлено, что более высокий уровень зависимости сопряжен с более низкими показателями коммуникативных и организаторских умений и со сниженной чувствительностью к сигналам окружающих, тогда как эмпатия и самосознание с ним не связаны. Обсуждаются направления психологического сопровождения подростков в школе.

Abstract. The article reports the results of a correlational study of the relationship between smartphone addiction and social intelligence indicators in 79 adolescents aged 12–17. Higher levels of addiction were found to be associated with lower scores on communication and organizational skills and with reduced sensitivity to the cues of others, whereas empathy and self-awareness were not related to it. Directions for psychological support of adolescents at school are discussed.

Ключевые слова: Зависимость от смартфона, социальный интеллект, подростки, коммуникативные умения, социальные навыки, цифровая среда.

Keywords: Smartphone addiction, social intelligence, adolescents, communication skills, social skills, digital environment.

Для современного подростка смартфон давно стал не столько развлечением, сколько основным каналом общения со сверстниками. Переписка и короткие видео настолько плотно встроены в распорядок дня, что граница между общением в сети и общением лицом к лицу для многих школьников почти неразличима. Более 90% российских детей младше 11 лет пользуются интернетом, а у трети из них собственный смартфон появляется уже в четыре-пять лет [4]. Г. У. Солдатова с соавторами обращают внимание на то, что подростки заметно недооценивают время, проведенное с устройством. Фактические показатели превышают их собственные оценки примерно на треть [8].

Интенсивное использование смартфона еще не означает зависимости. О ней говорят тогда, когда подросток утрачивает контроль над обращением к телефону, а вынужденный перерыв сопровождается раздражением и тревогой. В. П. Шейнов, обобщив зарубежные исследования, указывает на сопряженность проблемного использования смартфона с депрессивной симптоматикой, стрессом и нарушениями сна, а также со снижением самоконтроля [10;11]. По данным С. Г. Кима и его коллег, у южнокорейских подростков тревожность и депрессия связаны с зависимостью от смартфона взаимно, так что они могут быть и ее предпосылкой, и сопутствующим состоянием [14].

В подростковом возрасте этот риск затрагивает ведущую деятельность. Д. Б. Эльконин описывал подростковый период как время, когда ведущей деятельностью становится интимно-личное общение со сверстниками, а оценки группы приобретают для подростка первостепенный вес [12].

Социальный интеллект во многом развивается именно в этом общении, причем неявно, через накопление опыта живого контакта с его мимикой и интонацией. Отдельный источник информации составляют паузы, по которым подросток учится понимать, готов ли собеседник продолжать разговор. Экранная коммуникация большую часть таких сигналов отсекает. И. И. Юдина подчеркивает, что недостаточно развитый социальный интеллект делает подростка уязвимым перед трудностями межличностного взаимодействия и повышает риск личностной зависимости [13].

Показательны и данные о межпоколенческих различиях. В. Г. Каменская и Л. В. Томанов фиксируют у детей и подростков цифрового поколения тенденцию к снижению показателей социального интеллекта по сравнению со сверстниками доинтернетной эпохи [5]. В школьной практике нередко встречается и другое расхождение. В мессенджере подросток общителен и уверен, а в разговоре с одноклассником теряется и спешит закончить беседу. Такому подростку общие беседы о вреде смартфона вряд ли помогут.

Для практической работы необходимо знать, с какими именно компонентами социального интеллекта связана зависимость от смартфона. Одни составляющие могут оказаться тесно связанными с ней, другие нет. От этого зависит содержание групповых занятий и индивидуальных консультаций. Работа с семьей также строится с учетом того, какие умения подростка нуждаются в поддержке.

Цель исследования состояла в выявлении связей зависимости от смартфона с отдельными компонентами социального интеллекта у подростков.

Предполагалось, что эти связи окажутся преимущественно отрицательными и будут теснее для поведенческих компонентов, проявляющихся в живом общении, чем для эмоциональных.

Изложение результатов исследования. Исследование проводилось на базе общеобразовательной школы г. Екатеринбурга. В нем приняли участие 79 подростков в возрасте от 12 до 17 лет, среди них 51 девочка (64,6%) и 28 мальчиков (35,4%). Основную часть выборки составили учащиеся 13–15 лет, больше половины респондентов обучаются в 8 классе.

Опрос проводился дистанционно с помощью сервиса «Яндекс Формы».

Выраженность зависимости от смартфона оценивалась с помощью «Шкалы зависимости от смартфона» М. Квона и соавторов в адаптации В. П. Шейнова.

Для измерения социального интеллекта применялись три методики. Методика «Социальный интеллект» Г. В. Резапкиной; Методика «Социальные умения личности» (СУМ-60) Е. А. Васиной; «Шкала социального интеллекта Тромсе» Д. Сильверы и соавторов в адаптации А. Д. Наследова и В. Ю. Семенова.

Распределение данных проверялось с помощью критерия Колмогорова–Смирнова. Поскольку оно отличалось от нормального, для оценки связей был выбран коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Анализ начинался с методики «Социальный интеллект» Г. В. Резапкиной, для пяти шкал которой вычислены коэффициенты корреляции с итоговым баллом «Шкалы зависимости от смартфона» (таблица 1).

Таблица 1

Коэффициенты корреляции Спирмена между уровнем зависимости от смартфона и показателями методики «Социальный интеллект» Г.В. Резапкиной (N = 79)

Шкала	**r**
«Самосознание»	–0,121
«Саморегуляция»	–0,242*
«Эмпатия»	0,026

«Коммуникабельность»	–0,341**
«Самомотивация»	–0,303**

*Примечание. * p < 0,05; ** p < 0,01.*

Из пяти шкал значимые отрицательные связи с уровнем зависимости получены для трех. Наиболее тесно с ним связана «Коммуникабельность» (r = –0,341; p < 0,01). Подростки, набравшие более высокий балл по «Шкале зависимости от смартфона», реже оценивают себя как общительных и открытых к сотрудничеству людей. Сопоставимая по силе связь установлена для «Самомотивации» (r = –0,303; p < 0,01). Можно предположить, что привычка к быстрому и почти не требующему усилий вознаграждению в цифровой среде сочетается с меньшей готовностью удерживать внимание на отдаленной цели. Связь с «Саморегуляцией» слабее и значима на уровне p < 0,05 (r = –0,242). Для шкал «Самосознание» и «Эмпатия» значимых связей с уровнем зависимости не выявлено. По шкале «Эмпатия» коэффициент близок к нулю и формально имеет даже положительный знак (r = 0,026).

Переходим к следующему анализу. Наибольшее число коэффициентов корреляции, 24 из 31, вычислено по методике «Социальные умения личности». Результаты по основным шкалам, обобщенным блокам и общему индексу сведены в таблицу 2.

Таблица 2

Коэффициенты корреляции Спирмена между уровнем зависимости от смартфона и основными шкалами методики «Социальные умения личности» (СУМ-60) Е.А. Васиной (N = 79)

Блок	**Шкала**	**r**
Коммуникативный потенциал	«Базовые коммуникативные умения»	–0,548**
	«Межличностное понимание»	–0,331**
	«Позитивное влияние»	–0,195
	Блок в целом	–0,385**
Личностный потенциал	«Ассертивные умения»	–0,274*
	«Самоорганизация»	–0,419**
	«Саморегуляция»	–0,330**
	Блок в целом	–0,379**
Социальный потенциал	«Сотрудничество»	–0,287*
	«Организаторские умения»	–0,449**
	«Регуляция конфликтов»	–0,289**
	«Комплексные интерсубъектные умения»	–0,361**
	Блок в целом	–0,392**
–	«Индекс сформированности социальных умений»	–0,415**

*Примечание. * p < 0,05; ** p < 0,01.*

Наиболее тесная связь во всем исследовании получена для «Базовых коммуникативных умений» (r = –0,548; p < 0,01). Утверждения этой шкалы описывают умение вступить в разговор, поддержать его и завершить. Чем выше у подростка балл по «Шкале зависимости от смартфона», тем реже, по его собственной оценке, ему удается уверенно справляться с этими

элементарными действиями живого диалога. Далее по силе следуют связи с «Организаторскими умениями» (r = –0,449) и «Самоорганизацией» (r = –0,419). Обе шкалы описывают способность выстраивать деятельность во времени, одна на уровне совместной работы с другими людьми, другая на уровне собственных планов. Близость коэффициентов позволяет предположить общее основание, связанное с устойчивостью внимания и последовательностью действий, которые плохо согласуются с частыми переключениями между приложениями и уведомлениями. Коэффициенты для трех обобщенных блоков методики почти совпадают и лежат в узком диапазоне от –0,379 до –0,392. Для общего «Индекса сформированности социальных умений» коэффициент корреляции с уровнем зависимости составил r = –0,415 (p <0,01).

Внутри блоков связи распределены неравномерно. «Сотрудничество» и «Ассертивные умения» связаны с зависимостью слабее других шкал своих блоков (r = –0,287 и r = –0,274 соответственно, p <0,05). Для шкалы «Позитивное влияние», отражающей умение оказать собеседнику эмоциональную поддержку, значимой связи не выявлено (r = –0,195). Отдельно анализировались связи уровня зависимости с десятью дополнительными шкалами СУМ-60 (таблица 3).

Таблица 3

Коэффициенты корреляции Спирмена между уровнем зависимости от смартфона и дополнительными шкалами методики СУМ-60 (N = 79)

Шкала	**r**
«Этические умения»	–0,438**
«Социальный интеллект»	–0,405**
«Речевые умения»	–0,363**
«Благожелательность»	–0,360**
«Психологическое благополучие»	–0,346**
«Толерантность»	–0,321**
«Ценностное отношение к людям»	–0,313**
«Альтероцентрические умения»	–0,292**
«Коммуникативная компетентность»	–0,273*
«Жизнестойкость»	–0,218

*Примечание. * p < 0,05; ** p < 0,01. Шкалы упорядочены по убыванию силы связи.*

Наиболее сильные связи получены для «Этических умений» (r = –0,438) и шкалы «Социальный интеллект» (r = –0,405). Эту шкалу не следует смешивать с одноименной методикой Г. В. Резапкиной. В СУМ-60 она оценивает способность понимать людей и предвидеть их поступки. Коэффициенты для «Речевых умений» и «Благожелательности» практически совпадают (r = –0,363 и r = –0,360). Значимой связи не выявлено только для «Жизнестойкости» (r = –0,218). Для «Шкалы социального интеллекта Тромсе» отдельная таблица не составлялась, поскольку методика включает лишь две субшкалы. Связи обеих субшкал с уровнем зависимости значимы при p <0,01. Для «Социального осознания» коэффициент корреляции составил r = 0,403. С учетом обратного ключа подсчета положительный знак означает, что более высокому уровню зависимости от смартфона соответствует более низкая чувствительность подростков к вербальным и невербальным сигналам других людей. По собственной оценке, подросткам с более высоким уровнем зависимости труднее улавливать настроение собеседника по его интонации, мимике или манере держаться.

«Социальные навыки» связаны с уровнем зависимости отрицательно (r = –0,326). Эта субшкала описывает поведение непосредственно в ситуации общения, в частности, умение быстро освоиться в незнакомой компании и найти подходящую тему для разговора. Направление обеих связей согласуется с результатами, полученными по методике СУМ-60. Чем выше у подростка уровень зависимости от смартфона, тем ниже, по его самооценке, и способность замечать состояние другого человека, и умение действовать в живом взаимодействии.

Из 31 коэффициента корреляции значимыми оказались 27. Все значимые связи однонаправлены по смыслу, то есть более высокому уровню зависимости от смартфона соответствуют более низкие показатели социального интеллекта. При этом связи заметно различаются по силе. Наиболее тесные связи получены для умений, которые требуют от подростка инициативы и последовательных действий, прежде всего в живом взаимодействии с другими людьми. Слабее с зависимостью связаны «Сотрудничество» и «Ассертивные умения», где подросток может опираться на уже сложившиеся правила группы или на устойчивые личные установки. Связи с «Эмпатией», «Самосознанием», «Позитивным влиянием» и «Жизнестойкостью» статистически незначимы. Такое распределение согласуется с позицией Д. В. Ушакова, который подчеркивает, что социальный интеллект формируется преимущественно через имплицитное научение в реальном общении. Умение начать разговор или распределить роли в совместном деле вряд ли можно освоить, только наблюдая за другими через экран, поскольку для этого нужен многократный собственный опыт. Именно эти умения оказались наиболее тесно связаны с уровнем зависимости от смартфона.

С результатами В. Л. Бозаджиева наши данные совпадают частично. Отрицательные связи зависимости со шкалами «Коммуникабельность» и «Самомотивация» воспроизвелись, а связь со шкалой «Эмпатия» нет. Подростки с более высоким уровнем зависимости реже отмечают у себя способность улавливать чужое настроение по интонации и мимике, но не менее охотно, чем их сверстники, описывают себя как сочувствующих людей. Можно предположить, что готовность откликнуться на переживания другого и точность их распознавания относятся к разным сторонам социального интеллекта, мотивационной и перцептивной, и с зависимостью от смартфона сопряжена прежде всего перцептивная сторона. Ю. Ю. Гудименко и М. А. Павлова не обнаружили связи склонности к фаббингу, то есть к пренебрежению собеседником ради смартфона, с показателями методики «Социальный интеллект» Дж. Гилфорда и М. Салливен. Эта методика построена на решении задач, а не на самоотчете. Вместе эти результаты позволяют допустить, что связь цифровой зависимости с социальным интеллектом проявляется в самооценке поведенческих умений отчетливее, чем в объективно измеренной когнитивной способности.

Полученные результаты согласуются с гипотезой исследования. Связи зависимости от смартфона с показателями социального интеллекта преимущественно отрицательны по смыслу и теснее для поведенческих компонентов, чем для эмоциональных.

Выводы. В ходе исследования установлено, что уровень зависимости от смартфона у подростков связан с 27 из 31 измеренного показателя социального интеллекта, причем все значимые связи отрицательны по смыслу. Эти связи избирательны. Наиболее тесно с зависимостью сопряжены поведенческие умения, проявляющиеся в живом взаимодействии, прежде всего умение вступить в разговор и поддержать его, способность организовать совместную деятельность и выстроить собственную. Более высокому уровню зависимости соответствует и более низкая, по самооценке подростков, чувствительность к вербальным и невербальным сигналам окружающих. В то же время значимых связей уровня зависимости с готовностью к сопереживанию и осознанием собственных эмоций не обнаружено.

Перспективы дальнейших исследований связаны с включением в исследование объективных показателей, таких как задачи на распознавание эмоций или наблюдение за поведением в группе, а также проверка возможных посредников связи, в частности одиночества и самоконтроля. Расширение выборки с учетом пола и возраста позволит проверить устойчивость полученных результатов.

Список литературы:

1. Бозаджиев, В.Л. Гаджет-аддикция и социальный интеллект у подростков 13–14 лет / В. Л. Бозаджиев // Современные проблемы науки и образования, Москва, 17 сентября 2019 года – 16 2020 года. Том XIX. – Москва: Издательский дом Академии Естествознания, 2020. – С. 136-137.

2. Васина, Е.А. Социальные умения личности: диагностика и развитие: методическое руководство к методике СУМ-60 / Е.А. Васина. – СПб., 2021. – 96 с.

3. Гудименко, Ю.Ю. Исследование взаимосвязи склонности к фаббингу и социального интеллекта / Ю.Ю. Гудименко, М.А. Павлова // Психология, образование: актуальные и приоритетные направления исследований: материалы международной научно-практической конференции студентов, магистрантов, аспирантов, молодых ученых и их наставников, Тверь, 22–23 апреля 2025 года. – Тверь: Тверской государственный университет, 2025. – С. 48-51.

4. Как дети и подростки в России пользуются интернетом. Инфографика. РБК [Электронный ресурс]. – URL: https://www.rbc.ru/technology_and_media/01/03/2025/67c1b67a9a7947a146b068c3 (дата обращения: 23.09.2026).

5. Каменская, В.Г. Дети и подростки цифрового сообщества / В.Г. Каменская, Л.В. Томанов // Семья и социум: психологические и социально-педагогические аспекты профилактики девиантного поведения. – 2020. – С. 40-46.

6. Наследов, А.Д. Модификация Шкалы социального интеллекта Tromsø для российских школьников / А.Д. Наследов, В.Ю. Семенов // Вестник Санкт-Петербургского государственного университета. Серия: Социология. – 2015. – № 4. – С. 5-21.

7. Резапкина, Г.В. Методика «Социальный интеллект» [Электронный ресурс] / Г.В. Резапкина // Психологические тесты онлайн. – 2008. – URL: https://psytests.org/eq/rezhall.html (дата обращения: 23.09.2026).

8. Повседневная деятельность подростков в смешанной реальности: пользовательская активность и многозадачность / Г.У. Солдатова, С.В. Чигарькова, А.Г. Кошевая, Е.Ю. Никонова // Сибирский психологический журнал. – 2022. – № 83. – С. 20-45. – DOI: 10.17223/17267080/83/2.

9. Ушаков, Д.В. Социальный интеллект как вид интеллекта / Д.В. Ушаков // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. – М.: Изд-во Института психологии РАН, 2004. – С. 11-29.

10. Шейнов, В.П. Адаптация и валидизация опросника «Шкала зависимости от смартфона» для русскоязычного социума / В.П. Шейнов // Системная психология и социология. – 2020. – № 3 (35). – С. 75-84.

11. Шейнов, В.П. Взаимосвязи зависимости от смартфона с психологическими и социально-психологическими характеристиками личности: обзор зарубежных исследований / В.П. Шейнов // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2021. – Т. 18, № 1. – С. 235-253.

12. Эльконин, Д.Б. Детская психология: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Д.Б. Эльконин; ред.-сост. Б.Д. Эльконин. – 4-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 384 с.

13. Юдина, И.И. Социальный интеллект как один из факторов успешного развития в подростковом возрасте / И.И. Юдина // Современная терапия в психиатрии и неврологии. – 2017. – № 2. – С. 29-32.

14. The relationship between smartphone addiction and symptoms of depression, anxiety, and attention-deficit/hyperactivity in South Korean adolescents [Text] / S.-G. Kim, J. Park, H.-T. Kim [et al.] // Annals of General Psychiatry. – 2019. – Vol. 18, № 1.