

Исследование цифровых факторов формирования тревожности поколения Z в России

О. И. Щербакова¹, В. П. Осипов²

¹ Российский экономический университет имени Г. В. Плеханова,
115054, Россия, г. Москва, Стремянный пер., д. 36

² Государственный университет управления, 109542, Россия, г. Москва, Рязанский пр., д. 99

Сведения об авторах:

Ольга Ивановна Щербакова

e-mail: olga716@bk.ru

SPIN: 3287-9689

Scopus AuthorID: 57192576067

ResearcherID: ABB-1110-2021

ORCID: 0000-0002-0977-1851

Владимир Павлович Осипов

e-mail: moonghost1990@mail.ru

SPIN: 8020-1330

Scopus AuthorID: 59998825700

ResearcherID: LLM-4883-2024

ORCID: 0009-0009-3650-022X

© Авторы (2025).

Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. Анализ зарубежной научной литературы, направленной на изучение тревожности личности в связи с цифровой трансформацией общества, обнаруживает, что широкий спектр подходов к данной проблеме обладает рядом ограничений, в основе которых лежит дисбаланс между теорией и практикой, фундаментальными и прикладными исследованиями. Вместе с тем в области отечественной психологической науки наблюдается дефицит психодиагностического аппарата, способствующего изучению цифровых факторов формирования тревожности личности. Обобщение и систематизация зарубежного опыта при условии его адаптации к специфике российского общества может служить фундаментом для разработки соответствующих психометрических методик, актуальность появления которых обусловлена потребностями психологической науки в разработке и совершенствовании ее методического аппарата. Целью данной работы служит выявление цифровых факторов, оказывающих влияние на формирование тревожности поколения Z в России. На основании теоретического анализа зарубежных исследова-

ний определены группы цифровых факторов, способных повлиять на развитие тревожности личности. К ним отнесены цифровая техника, цифровые технологии и цифровое пространство. Для того, чтобы определить значимость и содержание каждой из них в процессе формирования тревожности личности, проведено 7 полуструктурированных интервью с представителями российского поколения Z как субъектами деятельности, чье взаимодействие с цифровым пространством представляется наиболее интенсивным. По результатам эмпирического исследования выявлено, что между цифровой техникой и цифровым пространством в процессе восприятия респондентами цифровых угроз наблюдается неразрывная связь, при способности разграничить два данных понятия на уровне абстрактно-логического мышления, интернет воспринимается респондентами в качестве цифровой технологии, но не как цифровое пространство, а также частично раскрыто содержание каждой из групп цифровых факторов, способных повлиять на развитие тревожности поколения Z. Также анализ ответов респондентов на вопросы интервью показал, что на развитие тревожности существенное влияние оказывают локус контроля и содержание цифрового пространства, которое во многом определяется деятельностью в нем самих респондентов. Но-визна исследования заключается в качественном подходе к изучению цифровых факторов формирования тревожности российских представителей поколения Z.

Ключевые слова: тревожность, цифровая тревожность, поколение Z, цифровые технологии, цифровое пространство, интернет-среда

Digital factors as drivers of anxiety in Russian Generation Z

O. I. Shcherbakova¹, V. P. Osipov²

¹ Plekhanov Russian University of Economics, 36 Stremyanny Lane, Moscow 115054, Russia

² State University of Management, 99 Ryazansky Ave., Moscow 109542, Russia

Authors:

Olga I. Shcherbakova

e-mail: olga716@bk.ru

SPIN: 3287-9689

Scopus AuthorID: 57192576067

ResearcherID: ABB-1110-2021

ORCID: 0000-0002-0977-1851

Vladimir P. Osipov

e-mail: moonghost1990@mail.ru

SPIN: 8020-1330

Scopus AuthorID: 59998825700

ResearcherID: LLM-4883-2024

ORCID: 0009-0009-3650-022X

Copyright:

© The Authors (2025).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Abstract. Analysis of international scholarship on anxiety in the context of digitalization reveals an imbalance between theory and practice. Simultaneously, Russian psychological science lacks sufficient psychodiagnostics tools to effectively study digital drivers of anxiety. Systematized international research adapted for the specifics of Russian society can provide a foundation for the development of appropriate psychometric techniques. The development of such tools is highly relevant, as it addresses a core need within psychological science to advance its methodological apparatus. The purpose of the reported study is to identify the digital factors involved in anxiety among Generation Z in Russia. Based on a theoretical analysis of international studies, three groups of digital anxiety factors were identified: digital devices, digital technologies, and digital space. To determine the specific contribution (significance and content) of each factor in the development of anxiety, we conducted seven interviews with representatives of Russian Generation Z. The study found an inextricable link between digital devices and digital space in the respondents' perception of digital threats. While the respondents could conceptionally distin-

guish between these two notions at an abstract-logical level, the Internet was perceived primarily as a digital technology rather than as a digital space. The content of each group of digital anxiety factors was only partially elucidated. Analysis of respondents' answers indicated that locus of control and the specific content of the digital space significantly influence the development of anxiety. The novelty of the study lies in its qualitative approach to investigating the digital factors of anxiety within the Russian Generation Z cohort.

Keywords: anxiety, digital anxiety, Generation Z, digital technologies, digital space, Internet environment

Введение

Цифровая трансформация общества представляет собой глобальный процесс, пронизывающий и преобразующий все сферы жизни современного человека, что позволяет рассматривать ее в качестве неотъемлемой части культурно-исторического контекста, на фоне которого формируется система отношений личности к себе, окружающей среде и другим людям. Это положение объясняет регулярно возрастающее в области современной психо-

логической науки число исследований, ориентированных на изучение различных феноменов психической реальности через призму цифровизации. К их числу можно отнести различные виды тревожности, формирование которых осуществляется при непосредственном или опосредованном воздействии цифровых факторов. Понятие «цифровые факторы» в данной работе используется для обозначения совокупности материальных и нематериальных объектов, а также процессов и средств, появившихся вследствие перехода с анало-

говой формы передачи информации на цифровую.

Проведенный ранее анализ отечественной и зарубежной научной литературы, посвященной изучению различных видов тревожности, связанной с процессом цифровизации, а также его производными, позволил сделать следующие выводы:

1) В области отечественной психологической науки в отличие от зарубежной наблюдается дефицит методического аппарата, позволяющего диагностировать тревожность личности, сформированную под влиянием различных цифровых факторов.

2) Множество из широкого спектра психодиагностических методик, разработанных за рубежом и направленных на изучение тревожности личности, вызванной различными цифровыми факторами, обладает рядом недостатков, в основе которых лежит преобладание практики над теорией. Таким образом, в зарубежных исследованиях игнорируется теоретическая система взглядов, свойственных определенной методологии. Как следствие, психологическая сущность тревожности как качества личности и тревоги как психологического состояния, проявляющегося в определенных ситуациях, замещаются совокупностью представлений, вызывающих у личности беспокойство (Щербакова, Осипов 2024).

Однако систематизация накопленных в зарубежной науке эмпирических данных при условии их адаптации к российскому социуму позволит заложить фундамент для разработки психодиагностической методики, способствующей изучению тревожности личности, вызванной комплексом цифровых факторов.

Для того, чтобы избежать механического переноса сложившихся за рубежом научных концепций тревожности, вызванной цифровыми факторами, необходимо провести качественное поисковое исследование, направленное на выявление наиболее значимых из них в контексте повседневной практики людей, проживающих в России.

Несмотря на то, что цифровизация всецело охватывает российское общество, степень ее влияния на различные социальные группы будет варьироваться в зависимости от множества условий. В связи с этим для участия в данном исследовании были приглашены представители поколения Z как наиболее активные пользователи интернет-технологий в своей учебной и трудовой деятельности, а также во время досуга и отдыха.

Целью исследования служит выявление цифровых факторов, оказывающих влияние на формирование тревожности поколения Z в России.

Для достижения поставленной цели были реализованы следующие задачи:

- 1) на теоретическом уровне систематизировать зарубежные подходы к изучению тревожности личности, сформированной под влиянием цифровых факторов;
- 2) разработать анкету для проведения интервью с представителями поколения z;
- 3) провести полуструктурированное интервью с представителями поколения z, результаты которого будут проанализированы методом интерпретативного феноменологического анализа.

Группировку зарубежных подходов к изучению тревожности личности, вызванной цифровыми факторами, возможно осуществить на основании уточнения понятия «цифровые факторы» с последующей их дифференциацией. Так как мощность множества цифровых факторов, фигурирующих в научных трудах зарубежных исследователей, достаточно велика, целесообразно в нем выделить наиболее общие подмножества – группы цифровых факторов. К ним отнесены: цифровая техника, цифровые технологии и цифровое пространство. Здесь следует сделать несколько замечаний. Первое: дифференциация цифровых факторов весьма условна. Второе: под цифровым пространством здесь и далее понимается пространство цифровых данных (любые цифровые файлы: текст, фото и видео, ауди-файлы и прочие), то есть закодированной информации, доступной для восприятия челове-

Таблица. Зарубежные подходы к изучению тревожности, вызванной цифровыми факторами

Группа цифровых факторов	Подходы к изучению тревожности
Цифровая техника	Компьютерная тревожность (Mehar, Kaur 2018), тревожность, связанная с мобильным телефоном (Bi 2022)
Цифровые технологии	Тревожность, вызванная цифровыми технологиями (López-Bonilla, López-Bonilla 2012), тревожность, вызванная цифровизацией (Pfaffinger et al. 2021)
Цифровое пространство	Тревожность, связанная с киберпреступлениями (Elhai et al. 2017), тревожность, связанная с поиском информации (Erfanmanesh et al. 2012)

ком исключительно посредством цифровой техники и цифровых технологий. Далее, в таблице, между собой соотнесены группы цифровых факторов и некоторые зарубежные подходы к их изучению.

Систематизация зарубежных подходов к изучению тревожности личности, сформированной под влиянием цифровых факторов, возможна благодаря раскрытию связей между группами цифровых факторов, изучение которых осуществляется в рамках соответствующих подходов.

Группы цифровых факторов тревожности личности можно рассматривать в качестве уровней в структуре ее взаимодействия с цифровым пространством. Так, на верхнем уровне расположено само цифровое пространство, под которым в данной работе понимается совокупность цифровых данных, содержание и организация которых во многом обусловлены потребностями и интересами субъекта взаимодействия. Восприятие и любые действия над пространством цифровых данных реализуются исключительно посредством цифровых технологий, функционирование которых осуществляется на базе цифровой техники. С одной стороны, из этого следует единство цифровой техники, технологий и пространства, с другой – возникает потребность в изучении степени их дифференцированности в процессе восприятия человеком цифровых угроз. Данные положения заложили теоретическую основу при составлении анкеты для последующего проведения эмпирического исследования.

Материалы и методы

Респондентами исследования являются 7 представителей поколения Z в возрасте от 20 до 25 лет, обучающиеся по различным программам профессиональной подготовки: экономика, информационные технологии, психология, управление персоналом, менеджмент, физическая культура, изобразительное искусство.

С каждым из респондентов проводилось полуструктурированное интервью в онлайн формате с применением видеofиксации (период с июля по август 2025 года). Участникам исследования предъявлялись следующие вопросы:

1) Различаете ли Вы понятия «цифровая техника», «цифровые технологии» и «цифровое пространство»?

2) Вы когда-нибудь замечали за собой, что ощущаете беспокойство или напряжение при взаимодействии с «цифровой техникой», «цифровыми технологиями» или «цифровым пространством»? Если да, то при каких обстоятельствах и что именно Вас беспокоило?

После этого видеозаписи транскрибировались, а полученный текстовый материал был подвергнут качественной обработке методом интерпретативного феноменологического анализа (ИФА). Метод ИФА позволяет детально описать отношение респондентов к проблеме исследования, выявить у них глубинные ассоциации с рассматриваемой проблемой, обнаружить информацию, которую затруднительно получить другими методами качественного исследования. Программа ИФА

в данной работе аналогична представленной в научной статье за авторством М. Мирошенко и коллег (Мирошенко и др. 2024).

Результаты и их обсуждение

В ходе анализа транскрибированных ответов респондентов были выделены три наиболее общие темы, связанные с проблемой исследования.

1. Восприятие респондентами «цифровой техники», «цифровых технологий» и «цифрового пространства»

Несмотря на то, что все участники исследования смогли объяснить, чем различаются рассматриваемые понятия, при ответе на второй вопрос интервью они часто употреблялись респондентами в неразрывной связи: «Переживаю, что мой компьютер сломается, и сохраненные на нем данные пропадут» (n = 1), «Переживаю, что не могу контролировать время, проведенное за просмотром видео на телефоне» (n = 1), «Беспокоит то, что телефон разрядится и я не смогу получить нужную информацию по работе» (n = 1). Можно говорить о том, что респонденты полностью адаптированы к использованию цифровой техники и, следовательно, не испытывают беспокойства по отношению к ней вне ее связи с цифровыми данными.

Прослеживается относительная однородность в интерпретации респондентами понятия «цифровое пространство»: «То, что мы видим на экране телефона или компьютера» (n = 2), «Мир, который существует благодаря компьютерным технологиям» (n = 1), «Пространство, которое нельзя потрогать» (n = 3), «Виртуальный мир» (n = 1). Несмотря на то, что нередко в современных научных трудах «цифровое пространство» и «интернет пространство» выступают в качестве взаимозаменяемых понятий, участники исследования в ходе обсуждения замечали, что цифровое пространство и интернет не являются идентичными понятиями: «цифровое пространство может существовать без интернета» (n = 3), «интернет позволяет получить доступ к глобальному цифровому пространству» (n = 4). Полученные резуль-

таты свидетельствуют о том, что студенты не только технических, но и гуманитарных направлений демонстрируют навыки информационной грамотности, в основе которых, предположительно, лежат знания, полученные в период обучения в школе.

2. Цифровые факторы тревожности личности и локус контроля

Рассуждая о тревожности, вызванной тремя рассматриваемыми группами факторов, некоторые респонденты замечали: «Все, что от меня зависит, чтобы избежать беспокойства я сделал, а думать об остальном – пустая трата нервов» (n = 1), «Все мои личные данные и так, уверен, есть в общем доступе, на это повлиять невозможно, а значит и не о чем беспокоиться» (n = 2). Участники исследования с данной позицией утверждали, что не замечали за собой беспокойства, вызванного цифровыми факторами. Другие точки зрения наблюдались у респондентов, которые в дальнейшем сообщали о том, что испытывали тревожность, вызванную цифровыми факторами: «Стараюсь контролировать свое взаимодействие с телефоном, но не всегда получается» (n = 1), «Цифровые технологии сегодня достаточно уязвимы, я не способен на это повлиять» (n = 1), «Стараюсь соблюдать правила цифровой безопасности, но не уверен, что это обязательно мне поможет» (n = 2). Вероятно, участники исследования с преобладающим интернальным локусом контроля не склонны испытывать тревожность, вызванную цифровыми техникой, технологиями и пространством, или склонны испытывать ее реже и менее остро по сравнению с респондентами, у которых преобладающим является экстернальный локус контроля.

3. Тревожность личности и цифровые данные

В ходе описания респондентами ситуаций, в которых они испытывали тревожность, неоднократно затрагивалась тема интернет-зависимости: «Смотрю видео в интернете, время незаметно пролетает, беспокоюсь, что ничего не успеваю» (n = 1), «Иногда понимаю, что сейчас сяду

переписываться в социальных сетях и не смогу оторваться, беспокоюсь, но ничего не могу с собой поделаться» (n = 1), «Беспокоюсь, что время пролетает незаметно, когда сижу в телефоне, общаюсь или смотрю что-то» (n = 1). Можно проследить, что не интернет как технология вызывает тревожность у респондентов, а именно неподдающаяся контролю тяга к потреблению и обмену цифровыми данными. По всей видимости, тревожность участников исследования вызвана внутренней неудовлетворенностью тем, что потребности в развлечении и коммуникации находятся в доминантном положении по отношению к потребности в самоорганизации.

Некоторые респонденты замечали, что испытывают обеспокоенность о сохранности и распространении своих личных данных: «Боюсь, что сломается компьютер, и я потеряю много важной для меня информации, которая хранится на нем» (n = 1), «Я знаю, что обо мне много информации в интернете, но беспокоит не это, а то, как ей могут воспользоваться недоброжелатели» (n = 2), «Искала в интернете информацию для курсовой, через час вся реклама на сайтах связана с покупкой курсовой работы. Такая тревога охватила, будто за мной следят» (n = 1). В этом контексте наблюдались также и латентные формы тревожности: «Никогда ничего важного на компьютере не храню» (n = 1), «Вообще стараюсь ничего лишнего в переписке не сообщать» (n = 1), «У меня более 10 банковских карт, если одну или две взломают, остальные останутся нетронутыми» (n = 1). Вероятно, респонденты испытывают беспокойство в связи с угрозой потерять контроль над ценными для них цифровыми данными, что тесно сопряжено с их потребностью в безопасности.

Выводы

Выявление цифровых факторов формирования тревожности личности и изучение механизмов их воздействия на человека составляют важную проблему, стоя-

щую перед отечественной психологической наукой в условиях цифровой трансформации общества.

На основании анализа зарубежных научных трудов, посвященных данной проблеме, выявлены три группы цифровых факторов, оказывающих влияние на развитие тревожности личности. К ним отнесены цифровая техника, цифровые технологии и цифровое пространство. Полученные в ходе теоретического анализа работ зарубежных исследователей сведения составили теоретическую основу при формировании анкеты для последующего проведения полуструктурированного интервью.

По результатам качественного анализа ответов 7 представителей поколения Z, полученных в ходе проведения интервью, было выявлено, что:

1) существует неразрывная связь между цифровой техникой и цифровыми технологиями в процессе восприятия респондентами цифровых угроз; одновременно, на уровне абстрактно-логического мышления разграничение данных понятий не вызывает у участников исследования затруднений;

2) интернет воспринимается респондентами как цифровая технология, но не в качестве цифрового пространства;

3) участники исследования с ярко выраженным интернальным локусом контроля не испытывают тревожность, вызванную цифровыми факторами.

4) наиболее сильное влияние на формирование тревожности участников исследования оказывает цифровое пространство, точнее, та его часть (цифровые данные), которая представляет субъективную ценность для респондентов; вместе с тем субъективная ценность тех или иных цифровых данных определяется потребностями личности, реализующимися в процессе ее взаимодействия с цифровой техникой, цифровыми технологиями и цифровым пространством.

Литература

- Мирошенко, М., Коростиченко, Е., Ноздрачев, Д. (2024) Особенности мировоззрения врачей паллиативной помощи детям: интерпретативный феноменологический анализ. *Социологическое обозрение*, т. 23, № 1, с. 160–184. DOI: 10.17323/1728-192x-2024-1-160-184
- Щербакова, О. И., Осипов В. П. (2024) Беспокойство личности в эпоху цифровизации: от технофобии к цифровой тревожности. *Человеческий фактор: социальный психолог*, № 2 (54), с. 542–548.
- Bi, J. (2022) The relationship between mobile phone anxiety and sleep quality occupational therapy in adolescents and its internal mechanism. *Occupational therapy international*, vol. 2023, no. 1, pp. 1–9. DOI:10.1155/2022/8489077
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Hall, B. J. (2017) Anxiety about electronic data hacking: predictors and relations with digital privacy protection behavior. *Internet research*, vol. 27, no. 3, pp. 631–649. DOI: 10.1108/IntR-03-2016-0070
- Erfanmanesh, M., Abrizah, A., Karim, N. H. A. (2012) Development and validation of the information seeking anxiety scale. *Malaysian Journal of Library & Information Science*, vol. 17, no. 1, pp. 21–39.
- López-Bonilla, J. M., López-Bonilla, L. M. (2012) Validation of an information technology anxiety scale in undergraduates. *British journal of educational technology*, vol. 43, no. 2, pp. 56–58. DOI: 10.1111/j.1467-8535.2011.01256.x
- Mehar, R., Kaur, G. (2018) Construction and standardization of computer anxiety scale. *Review of research*, vol. 7, no. 6, pp. 1–6.
- Pfaffinger, K. F., Reif, J. A. M., Huber, A. K. et al. (2021) Digitalisation anxiety: development and validation of a new scale. *Discover Mental Health*, vol. 1, no. 3. DOI: 10.1007/s44192-021-00003-w

References

- Bi, J. (2022) The relationship between mobile phone anxiety and sleep quality occupational therapy in adolescents and its internal mechanism. *Occupational therapy international*, vol. 2023, no. 1, pp. 1–9. DOI:10.1155/2022/8489077 (In English)
- Elhai, J.D., Levine, J. C., Hall, B. J. (2017) Anxiety about electronic data hacking: predictors and relations with digital privacy protection behavior. *Internet research*, vol. 27, no. 3, pp. 631–649. DOI: 10.1108/IntR-03-2016-0070 (In English)
- Erfanmanesh, M., Abrizah, A., Karim, N. H. A. (2012) Development and validation of the information seeking anxiety scale. *Malaysian Journal of Library & Information Science*, vol. 17, no. 1, pp. 21–39. (In English)
- López-Bonilla, J. M., López-Bonilla, L. M. (2012) Validation of an information technology anxiety scale in undergraduates. *British journal of educational technology*, vol. 43, no. 2, pp. 56–58. DOI: 10.1111/j.1467-8535.2011.01256.x (In English)
- Mehar, R., Kaur, G. (2018) Construction and standardization of computer anxiety scale. *Review of research*, vol. 7, no. 6, pp. 1–6. (In English)
- Miroshenko, M., Korostichenko, E., Nozdrachev, D. (2024) Osobennosti mirovozzreniya vrachej palliativnoj pomoshchi detyam: interpretativnyj fenomenologicheskij analiz [Peculiarities of the worldview of doctors providing palliative care to children: an interpretative phenomenological analysis]. *Sotsiologicheskoe obozrenie — Sociological review*, vol 23, no. 1, pp. 160–184. DOI: 10.17323/1728-192x-2024-1-160-184 (In Russian)
- Pfaffinger, K. F., Reif, J. A. M., Huber, A. K. et al. (2021) Digitalisation anxiety: development and validation of a new scale. *Discover Mental Health*, vol. 1, no. 3. DOI: 10.1007/s44192-021-00003-w (In English)

Shcherbakova, O. I., Osipov, V. P. (2024) *Bespokojstvo lichnosti v epokhu tsifrovizatsii: ot tekhnofobii k tsifrovoj trevozhnosti* [Personal anxiety in the Age of digitalization: from technophobia to digital anxiety]. *Chelovecheskij faktor: sotsial'nyj psikholog*, no. 2 (54), pp. 542–548. (In Russian)