

■ Фаббинг в академической среде и его связь с типами учебной мотивации студентов

Е.А. Проненко¹ , В.Д. Лосева²

¹ Донской государственный технический университет, Ростов-на-Дону, Российская Федерация

² Южный федеральный университет, Ростов-на-Дону, Российская федерация

 heimag@yandex.ru

РЕЗЮМЕ

Актуальность. Смартфоны стали неотъемлемой частью жизни, упрощая онлайн-общение, но затрудняя офлайн-взаимодействие. Фаббинг — это игнорирование партнера или партнеров по общению в пользу смартфона, проявление зависимости от смартфона. Фаббинг в академической среде широко распространен и может рассматриваться как контекстуальное проявление общего фаббинга; мы предполагаем, что тип учебной мотивации и регуляция студентом учебной деятельности могут быть связаны с особенностями проявления фаббинга.

Цель. Цель работы — выявить, как связан фаббинг в академической среде с учебной мотивацией студентов и осознанной регуляцией учебной деятельности.

Выборка. Выборка состояла из 100 студентов психолого-педагогических специальностей (средний возраст 20,19 лет, стандартное отклонение 2,46 года), среди них 17 юношей, 83 девушки.

Методы. В исследовании применялись следующие методики: Шкала фаббинга Е. Карадага; Опросник осознанной регуляции учебной деятельности П.Р. Галузо; Краткая шкала учебной мотивации (ШАМ) Т.О. Гордеевой. Применены корреляционный анализ и сравнение групп.

Результаты. Интроецированная и экстернальная типы учебной мотивации положительно связаны с проявлением фаббинга: чем выше уровень фаббинга студентов, тем более высокие значения по шкалам «Интроецированная мотивация» и «Экстернальная мотивация» они демонстрируют. Связей фаббинга с показателями осознанной регуляции учебной деятельности обнаружено не было.

Выводы. Выраженность интроецированной или экстернальной типов учебной мотивации студентов, проявляющихся в переживаниях необходимости продолжать обучение из чувства долга, стыда, «вынужденности» учиться, будет связана с проявлением фаббинга в академической среде.

Ключевые слова: фаббинг, фаббинг в академической среде, проблемное использование смартфона, учебная мотивация, интроецированная мотивация, экстернальная мотивация

Финансирование. Статья выполнена при поддержке РНФ (Проект 22-78-10107-П) «Трансформации конструктивных и деструктивных стратегий информационного поведения молодежи в условиях роста геополитических рисков: психологические, психофизиологические и психогенетические предикторы».

Для цитирования: Проненко, Е.А., Лосева, В.Д. (2026). Фаббинг в академической среде и его связь с типами учебной мотивации студентов. *Национальный психологический журнал*, 21 (1), 146–155. <https://doi.org/10.11621/npj.2026.0112>

■ Phubbing in the Academic Environment and its Relationship with Types of Students' Academic Motivation

Evgeny A. Pronenko ¹ , Victoria D. Loseva ²

¹ Don State Technical University, Rostov-on-Don, Russian Federation

² Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russian Federation

 heimag@yandex.ru

ABSTRACT

Background. Smartphones have become an integral part of modern life, facilitating online communication while simultaneously complicating offline interactions, particularly due to phubbing — a consequence of smartphone dependence, in which individuals ignore others in a social context by focusing on their phones. Phubbing is widespread in the academic environment and can be viewed as a contextual manifestation of general phubbing. We assume that the type of academic motivation and students' regulation of learning activity may be associated with phubbing behaviour.

Objective. The aim of this study is to examine how phubbing during academic activities is related to students' types of academic motivation and their conscious regulation of learning activity.

Study Participants. The sample included 100 university students majoring in psychology and pedagogy (mean age = 20.19 years, SD = 2.46 years), of whom 17 were male students and 83 were female respondents.

Methods. The following methods were used: Phubbing Scale (Karadağ, 2015, adapted by Ekimchik, Kryukova, 2022); the Conscious Regulation of Learning Questionnaire (Galuzza, 2013); the Short Academic Motivation Scale (Gordeeva et al., 2014). Correlation analysis, regression analysis, and group comparisons were conducted.

Results. Introjected and external types of academic motivation were significantly associated with phubbing. Moreover, students with higher levels of phubbing scored significantly higher on the scales of Introjected Motivation and External Motivation as compared to students with lower levels of phubbing. No significant correlations were found between phubbing and indicators of conscious regulation of learning activity.

Conclusion. We conclude that a high level of introjected or external academic motivation in students — associated with feelings of obligation, shame, or external pressure to study — may be connected to the manifestation of phubbing behaviour in the academic environment.

Keywords: phubbing, phubbing in the academic environment, problem smartphone use, academic motivation, introjected motivation, external motivation

Funding. This article was supported by the Russian Science Foundation (Project 22-78-10107-P) "Transformations of constructive and destructive strategies of youth information behavior in the context of increasing geopolitical risks: psychological, psychophysiological, and psychogenetic predictors."

For citation: Pronenko, E.A., Loseva, V.D. (2026). Phubbing in the academic environment and its relationship with types of students' academic motivation. *National Psychological Journal*, 21(1), 146–155. <https://doi.org/10.11621/npj.2026.0112>

ВВЕДЕНИЕ

Персональные устройства — смартфоны — облегчили взаимодействие людей (Garrido et al., 2021) и вместе с тем стали «спутниками» человеческой жизни, помощниками, требующими постоянного внимания владельца (Семенова и др., 2024). Смартфоны стали «экзистенциальным продолжением» владельцев, вобрав в себя необходимые для общения,

развлечения, обучения и иных областей жизни функции (Южанин, 2022), что, особенно среди подростков и молодежи, способствовало распространению смартфонной и интернет-зависимости (Ефремова, 2023; Garrido et al., 2024; Lakicevic et al., 2025; Vyrkovsky, Krashennikova, 2024). Вместе с этим произошла глобальная и в чем-то парадоксальная трансформация межличностного общения: смартфоны облегчили онлайн-общение, но затруднили «офлайн»-общение (Южанин, 2022; Thabassum, 2021; Zinchenko et al., 2010). Одним из явлений, затруднивших офлайн-коммуникацию, стал фаббинг (Южанин, 2022). Фаббинг («phubbing», от «phone» (телефон) и «snubbing» (неуважение, унижение, пренебрежительное отношение)) — отвлечение человека на свой смартфон во время межличностной коммуникации. Использование смартфона при фаббинге носит постоянный характер, и очевидно, что игнорирование партнера или партнеров по общению в пользу смартфона имеет негативные социальные последствия (Amez, Baert, 2020; Thabassum, 2021). Некоторые авторы отмечают, что фаббинг — форма межличностного пренебрежения (Gao et al., 2023; Abramova et al., 2017) и остракизма (Knausenberger et al., 2022).

ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ

Фаббинг, выступая формой избегания дискомфорта или стрессовой ситуации (Gao et al., 2023), сам по себе является «стрессогенным фактором в близких отношениях» (Крюкова, Екимчик, 2019), приводя в итоге к снижению настроения у партнера по общению (Roberts, David, 2016), формированию напряженных отношений, снижению качества отношений и потере доверия (Thabassum, 2021; Knausenberger et al., 2022). «Игнорирование общения в пользу своего смартфона» (Garrido et al., 2021) для «фабби», то есть игнорируемой жертвы фаббинга, приводит к ощущению неприятия, отвержения и обиды, что фрустрирует фундаментальные потребности в безопасности и принятии (Gao et al., 2023; Knausenberger et al., 2022), а для «фаббера», то есть человека, который прибегает к фаббингу, — к риску формирования номофобии (состояния страха или тревоги остаться без мобильного телефона или находиться вдалеке от него) и снижению эмоционального интеллекта (Семенова и др., 2024). Фаббинг можно назвать следствием зависимости от смартфона, однако при изучении фаббинга как явления большее внимание уделяется ущербу межличностных отношений, а не личности фаббера (Gao et al., 2023).

Фаббинг в академической среде в нашем исследовании рассматривается как контекстуальное проявление общего феномена фаббинга. Сам фаббинг вслед за автором шкалы фаббинга (Karadağ et al., 2015) мы рассматриваем как относительно постоянную форму поведения личности — следствие зависимости от смартфона. В отличие от межличностного фаббинга, направленного на игнорирование конкретного собеседника, фаббинг в академической среде может носить неперсонифицированный характер. Студент может отвлекаться не от конкретного собеседника, а от учебной коммуникации как таковой, и фаббинг может быть направлен как на игнорирование сверстников, так и на выход из взаимодействия с преподавателем, а также игнорирование отдельных аспектов учебного процесса. Несмотря на преимущественно монологическую форму лекционных или семинарских занятий, взаимодействие преподавателя и студентов представляет собой коммуникативный процесс (Сорокопуд и др., 2023), в котором студент участвует не только посредством вербальных откликов, но и через включенность, внимание, невербальные реакции на лектора и визуальный контакт с ним. Наиболее точным определением фаббинга в таком случае будет фаббинг как практика игнорирования присутствия других людей в социальной среде (в нашем случае — преподавателя, одногруппников) из-за сосредоточения внимания человека («фаббера») на своем смартфоне (Chotpitayasunondh, Douglas, 2018). Под фаббингом в академической среде мы будем понимать отвлечение студента на смартфон, проявляющееся в ситуации учебного взаимодействия, выражающегося в использовании смартфона на занятиях вне образовательных целей и приводящего к снижению вовлеченности студента в процесс занятия и участия в нем (Рагозинская, 2021; Bisquetta Alzina, Chao Rebolledo, 2021).

В академической среде фаббинг широко распространен и, так же как в межличностном взаимодействии, подвергается нормализации (Chotpitayasunondh, Douglas, 2016; Knausenberger et al., 2022). Фаббинг в академической среде — это и привычка студентов отвлекаться (Рагозинская, 2023), и борьба со скукой, и попытка развлечься. Однако фаббинг в учебной ситуации, как и в межличностном общении, имеет негативные последствия: фаббинг выступает как демонстрация неуважительного поведения к выступающему (лектору или одногруппнику) (Рагозинская, 2023), отвлекает внимание студента от занятий, рассеивает внимание студентов и снижает концентрацию на занятии (Рагозинская, 2023), способствует академической прокрастинации (Pamaksız, 2023), может приводить к возрастанию уровня академического стресса (Pamaksız, 2023; Mahasneh, 2022), способствует снижению успеваемости (Garrido et al., 2024). Можно также предположить, что при недостаточной развитости осознанной регуляции учебной деятельности, которая позволяет удерживать фокус внимания на учебной ситуации, при отсутствии у студента понимания ее смысла, целеполагания, планирования и прогнозирования, проявления фаббинга в академической среде будут более частыми, поскольку снижение уровня саморегуляции затрудняет устойчивое удержание внимания и контроль над собственным поведением в учебной ситуации (Isrofin, Munawaroh, 2022). Нарушения самоконтроля и саморегуляции выделяют как предикторы фаббинга (Isrofin, Munawaroh, 2022).

Фаббинг в академической среде проявляется в форме снижения участия в образовательной коммуникации, поэтому мы предполагаем, что он может быть связан с мотивацией к учебной деятельности как с фактором, обеспечивающим включенность в нее (Гордеева и др., 2014).

Цель данной статьи — выявить, как связан фаббинг в академической среде с типами учебной мотивации студентов и осознанной регуляцией учебной деятельности.

Гипотезы исследования:

1. Проявления фаббинга в академической среде связаны с внешними типами учебной мотивации: интроецированной и экстернальной; студенты с высоким уровнем фаббинга демонстрируют более высокие показатели по этим шкалам мотивации.
2. Осознанная регуляция учебной деятельности отрицательно связана с фаббингом в академической среде.

МЕТОДЫ

В качестве методик нами использовались:

1. Шкала фаббинга Карадага (Phubbing Scale) (Karadağ et al., 2015) в русскоязычной адаптации О.А. Екимчик и Т.Л. Крюковой (Екимчик, Крюкова, 2022), нацеленная на измерение межличностного фаббинга. Использование данной шкалы в контексте исследования академического фаббинга обусловлено теоретическим предположением, что склонность к фаббингу может выступать следствием зависимости от гаджета (Karadağ et al., 2015) и проявляться не только в межличностной коммуникации, но и в иных социальных ситуациях (Chotpitayasunondh, Douglas, 2018). Шкала фаббинга Карадага ранее применялась в исследованиях, нацеленных на изучение фаббинга в академической среде, а именно связи фаббинга и академической прокрастинации (Parnaksiz, 2023), фаббинга и академической вовлеченности (Kobicheva et al., 2025).
2. Опросник осознанной регуляции учебной деятельности (Галузо, 2013);
3. Краткая шкала учебной мотивации ШАМ (Гордеева и др., 2014).

Для статистического анализа применялась дескриптивная статистика, в качестве методов математической статистики — коэффициент корреляции Спирмена, U-критерий Манна — Уитни. Для расчетов использовалась программа SPSS Statistics 27.

ВЫБОРКА

В исследовании приняли участие 100 студентов Южного федерального университета и Донского государственного технического университета (г. Ростов-на-Дону, Российская Федерация) гуманитарных специальностей разных курсов обучения. Средний возраст студентов — 20,19 лет, стандартное отклонение 2,46 года, возраст участников варьировался от 17 до 24 лет. Среди выборки — 17 юношей и 83 девушки. Специальности обучения преимущественно относились к психолого-педагогической направленности: 58 студентов обучались по программе бакалавриата «Психология», 15 — специалитета «Клиническая психология», 11 — специалитета «Педагогика и психология девиантного поведения», 5 — магистратуры по направлению «Психология» (специализация «Психологическое консультирование и психотерапия»), 5 — направления «Педагогическое образование» и 6 человек — по программе бакалавриата «Начальное образование». Поскольку в выборке в основном представлены респонденты женского пола, основные результаты будут проинтерпретированы по отношению к женщинам, в исследовании не учитывались половые и гендерные различия между респондентами.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Применение корреляционного анализа с использованием непараметрического коэффициента корреляции Спирмена между шкалой фаббинга и краткой шкалой учебной мотивации позволило обнаружить статистически значимые связи между «внешними» типами учебной мотивации: интроецированной и экстернальной мотивацией, и общим фаббингом (Таблица 1). Связей общего фаббинга и иных типов мотивации («внутренних») обнаружено не было ($p > 0,05$).

Таблица 1

Корреляционные связи между шкалами опросника «Краткая шкала учебной мотивации» и шкалами методики «Шкала фаббинга» (N = 100)

	Общий фаббинг	Одержимость телефоном	Нарушение коммуникации
Интроецированная мотивация	0,310**	0,228*	0,296**
Экстернальная мотивация	0,302**	—	0,335*

Примечание. ** — $p < 0,01$, * — $p < 0,05$

Table 1

Correlations between the Brief Academic Motivation Scale and Phubbing Scale subscales (N = 100)

	General Phubbing	Phone Obsession	Communication Disturbance
Introjected Motivation	0.310**	0.228*	0.296**
External Motivation	0.302**	—	0.335*

Note. ** — $p < 0.01$, * — $p < 0.05$

Интроецированная ($r = 0,310^{**}$, $p < 0,01$) и экстернатальная ($r = 0,302^{**}$, $p < 0,01$) типы учебной мотивации показали связь с фаббингом, причем субшкала «Нарушение коммуникации» оказалась связана и с интроецированной ($r = 0,296^{**}$, $p < 0,01$), и с экстернатальной типами мотивации ($r = 0,335^{**}$, $p < 0,05$), а субшкала «Одержимость телефоном» — только с интроецированной мотивацией ($r = 0,228^{**}$, $p < 0,05$).

Таким образом, общий фаббинг оказался связан с «внешними» типами учебной мотивации, проявляющимися в наличии у субъекта определенных чувств, лежащих в основе данных типов учебной мотивации: чувства стыда, необходимости учиться из чувства долга (интроецированная мотивация) и переживания «вынужденности» учебной ситуации (экстернатальная мотивация). Фаббинг в таком случае, вероятно, может проявляться как способ избегания учебных ситуаций. В любом случае в ситуациях с внешними типами учебной мотивации будет проявляться нарушение коммуникации вследствие фаббинга, отвлечения от социальной ситуации взаимодействия на использование смартфона.

Для дополнения результатов мы применили U-критерий Манна — Уитни, чтобы сравнить группы респондентов по степени выраженности общего фаббинга. Результаты представлены в Таблице 2. В группу с низким проявлением фаббинга вошло 64 респондента, набравших от 10 до 30 баллов по методике, в группу с высоким — 36 респондентов, набравших от 30 до 50 баллов.

Таблица 2

Сравнение студентов с низким и высоким уровнем фаббинга по показателям мотивации (критерий Манна-Уитни, N = 100)

Шкала мотивации	Группа	N	Средний ранг	Сумма рангов	U	Z	p
Интроецированная	Низкий (1)	64	44,62	2855,5	775,5	-2,7	0,007
	Высокий (2)	36	60,96	2194,5			
Экстернатальная	Низкий (1)	64	44,80	2867,5	787,5	-2,6	0,009
	Высокий (2)	36	60,63	2182,5			

Примечание. Группа 1 — студенты с низким уровнем фаббинга; Группа 2 — студенты с высоким уровнем фаббинга. Критерий Манна — Уитни показал статистически значимые различия между группами по шкале интроецированной и экстернатальной мотивации.

Table 2

Comparison of students with low and high phubbing levels on motivation measures (Mann — Whitney U test; N = 100)

Motivation Scale	Group	N	Mean Rank	Sum of Ranks	U	Z	p
Introjected Motivation	Low phubbing (1)	64	44.62	2855.5	775.50	-2.7	0.007
	High phubbing (2)	36	60.96	2194.5			
External Motivation	Low phubbing (1)	64	44.80	2867.5	787.50	-2.6	0.009
	High phubbing (2)	36	60.63	2182.5			

Note. Group 1 = students with low phubbing; Group 2 = students with high phubbing. The Mann — Whitney U test indicates significant differences in both introjected and external motivation between the two groups.

Студенты с более высоким уровнем фаббинга продемонстрировали более высокие значения по шкале «Интроецированная мотивация», чем студенты с низким уровнем фаббинга ($U = 775,5$, $Z = -2,716$, $p = 0,007$). Аналогично, по шкале «Экстернатальная мотивация» студенты в группе с высокими баллами по шкале фаббинга продемонстрировали более

высокий средний ранг, чем в группе с низкими баллами. Можно заключить, что студенты с более выраженной склонностью к фаббингу характеризуются большей выраженностью внешних типов учебной мотивации — интроецированной и экстернальной, чем студенты с меньшей склонностью к фаббингу.

Связей общего фаббинга с опросником осознанной регуляции учебной деятельности обнаружено не было; нам не удалось найти ни различий между группами студентов, ни возможного влияния различных параметров осознанной регуляции учебной деятельности на проявления фаббинга в академической среде.

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Итак, в нашем исследовании фаббинг был рассмотрен в академическом контексте, как форма ухода студентов от взаимодействия в социальной ситуации учебной деятельности. Под фаббингом в академической среде мы понимали отвлечение на смартфон в ситуации образовательной коммуникации (с преподавателем, одногруппниками) как следствие зависимости от смартфона (Karadağ et al., 2015; Рагозинская, 2021), значимо снижающее вовлеченность студентов в ситуацию академического взаимодействия (Kobicheva et al., 2025; Bisquera Alzina, Chao Rebolledo, 2021). Исследование было направлено на изучение ситуационного проявления фаббинга как общего феномена в условиях академической среды (стоит также отметить, что определение фаббинга не подразумевает целенаправленного использования смартфона в учебных целях). Мы опирались на представления, показывающие, что склонность к фаббингу выступает формой «привычки» и типом проблемного использования смартфона, которое распространяется и на межличностную сферу, и на академическую (Крюкова, Екимчик, 2019), а также наносит ущерб эмоциональному интеллекту (Шейнов и др., 2024). Наиболее значимый предиктор фаббинга — это зависимость от смартфона (Arenz, Schnauber-Stockmann, 2024; Talan et al., 2024; Chotpitayasunondh, Douglas, 2016; Karadağ et al., 2015). Поскольку фаббинг в академической среде выражается в виде ухода от образовательной коммуникации, мы рассматривали его как поведение, направленное на избегание учебной ситуации, снижение личной включенности в происходящее, которые, возможно, связаны с отсутствием интереса и мотивации студента к учебной деятельности, или посещения занятий из чувства долга, необходимости, вынужденности, или ради оценки (что соответствует внешним типам учебной мотивации). Использование смартфона в таком случае выступает как средство краткосрочного избегания учебной ситуации.

С фаббингом в нашем исследовании оказались связаны интроецированная и экстернальная типы учебной мотивации, которые отражают мотивацию учения из чувства долга и стыда, либо из-за вынужденности, необходимости учиться. Интроецированная и экстернальная типы учебной мотивации также выступили как предикторы общего фаббинга. Здесь важно отметить, что природа самого фаббинга является многофакторной, и, помимо мотивационных предикторов, в нее могут быть включены ситуативные, межличностные и личностные. Опираясь на теорию самодетерминации (Ryan, Deci, 2000) и на то, что фаббинг в учебной среде может быть связан с преобладанием интроецированной мотивации («учусь потому, что я должен это делать» (Гордеева и др., 2013)) и экстернальной мотивации («учусь потому, что у меня нет другого выбора, так как посещаемость отмечается» (Гордеева и др., 2014)), мы предполагали, что эти типы мотивации способствуют поверхностному участию в учебном процессе. Студенты, испытывающие внешнее давление или внутренний дискомфорт по поводу учебы, с большей вероятностью будут прибегать к фаббингу как форме отвлечения на смартфон.

В целом, при интроецированной и экстернальной типах учебной мотивации для студентов будет характерна фрустрация потребности в автономии, поскольку их поведение будет детерминировано «извне», угрозой наказания или обещанными наградами (экстернальная мотивация), или чувством тревоги и стыда перед неудачей, поскольку неудачи провоцируют стыд за то, что не получается учиться на «должном уровне» (Гордеева и др., 2013). Преобладание у студентов данных типов мотивации в конечном итоге приводит к переживанию ощущения бессмысленности обучения, скуке во время занятий (Руднова, 2018), а попытка избавиться от скуки — одна из главных причин фаббинга в академической среде (Gao et al., 2023).

Низкий уровень самоконтроля и проблемы с саморегуляцией также связывают с фаббингом (Семенова и др., 2024; Sansevere, Ward, 2021), в том числе фаббинг связывают и с проблемами академической самоэффективности (Patmaksiz, 2023; Sun, Samp, 2021). Осознанная саморегуляция учебной деятельности, таким образом, выделяется исследователями как значимый фактор, который позволяет переключать фокус внимания с фаббинга на материал лекции или семинара. Однако, в нашем исследовании осознанная регуляция учебной деятельности не показала связей с общим фаббингом. В целом, и в исследовании (Isgofin, Munawaroh, 2022) фаббинг оказался не связан с саморегуляцией, несмотря на теоретическую обоснованность этой связи.

ВЫВОДЫ

Студенты, у которых выражены интроецированная или экстернальная типы учебной мотивации, связанные с переживаниями необходимости учиться из чувства долга или стыда и «вынужденности» учиться, чаще будут проявлять фаббинг в академической среде. Интроецированная и экстернальная типы учебной мотивации выступают предикторами общего фаббинга.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ

Опираясь на то, что целью использования фаббинга на учебных занятиях является избегание учебной ситуации, мы можем предположить, что запрет использования смартфонов на занятиях может не дать ожидаемых результатов; для «профилактики» фаббинга необходимо укрепление внутренней мотивации учащихся.

ОГРАНИЧЕНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Ограничением исследования является преобладание в выборке девушек, поскольку в релевантных исследованиях указывается, что проявления фаббинга имеют связь с гендерными особенностями (Chotpitayasonondh, Douglas, 2016), однако данный фактор не был рассмотрен в нашем исследовании.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Галузо, П.Р. (2013). Разработка опросника осознанной регуляции учебной деятельности студентов (ОРУДС). *Психологическая диагностика*, (4), 66–110.
- Гордеева, Т.О., Сычев, О.А., Осин, Е.Н. (2013). Внутренняя и внешняя учебная мотивация студентов: их источники и влияние на психологическое благополучие. *Вопросы психологии*, (1), 35–45.
- Гордеева, Т.О., Сычев, О.А., Осин, Е.Н. (2014). Опросник «Шкалы академической мотивации». *Психологический журнал*, 35(4), 96–107.
- Екимчик, О.А., Крюкова, Т.Л. (2022). Адаптация методик измерения фаббинга в близких отношениях: шкала фаббинга Карадага и шкала партнерского фаббинга Робертса. *Консультативная психология и психотерапия*, 30(3), 112–128. <https://doi.org/10.17759/cpp.2022300307>
- Екимчик, О.А., Рулева, Е.С. (2020). Психологические факторы фаббинга в студенческой среде. В кн.: Ананьевские чтения — 2020. Психология служебной деятельности: достижения и перспективы развития (в честь 75-летия Победы в Великой Отечественной войне 1941–1945 гг.). Сб. тр. международной научной конференции (8–11 декабря, 2020 г.). Под ред. А.В. Шаболтас, Е.Л. Солдатовой. (С. 63–64). Санкт-Петербург: Изд-во «Скифия-принт».
- Ефремова, Н.Ф. (2023). Цифровая педагогика: проблемы и готовность обучения в цифровой среде. *Инновационная наука: психология, педагогика, дефектология*, 6(5), 81–93. <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2023-6-5-81-93>
- Крюкова, Т.Л., Екимчик, О.А. (2019). Фаббинг как угроза благополучию близких отношений. *Консультативная психология и психотерапия*, 27(3), 61–76. <https://doi.org/10.17759/cpp.2019270305>
- Рагозинская, В.Г. (2021). Проблема фаббинга в психологии: обзор научной литературы. *Известия высших учебных заведений. Уральский регион*, (2), 67–95.
- Рагозинская, В.Г. (2023). Нейропсихологические особенности студентов вуза, склонных к фаббингу в аудитории. *Вестник Омского университета. Серия «Психология»*, (4), 81–91. <https://doi.org/10.24147/2410-6364.2023.4.81-91>
- Руднова, Н.А. (2018). Профессиональная мотивация и ее вклад в уровень прокрастинации. *Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования*, 7(5А), 201–211.
- Семенова, Л.Э., Семенова, В.Э., Карпушкина, Н.В., Конева, И.А. (2024). Возрастная специфика восприятия фаббинга. *Вестник Мининского университета*, 12(1), 8. URL: <https://www.minin-vestnik.ru/jour/article/view/1514> (дата обращения: 15.10.2025).
- Сорокопуд, Ю.В., Канюк, А.С., Дудаев, Г.С.-Х. (2023). Организация эффективного коммуникативного взаимодействия в высшей школе в процессе реализации идей гуманистической образовательной парадигмы. *Мир науки, культуры, образования*, (3), 332–334. <https://doi.org/10.24412/1991-5497-2023-3100-332-334>
- Шейнов, В.П., Низовских, Н.А., Девицын, А.С. (2024). Проблемное использование смартфона: связи с эмоциональным интеллектом, уверенностью в себе и поведением в конфликтах у белорусов и россиян. *Российский психологический журнал*, 21(2), 200–221. <https://doi.org/10.21702/rpj.2024.2.12>
- Южанин, М.А. (2022). Фаббинг как социально-коммуникативный феномен современности. *Путеводитель предпринимателя*, 15(3), 80–87. <https://doi.org/10.24182/2073-9885-2022-15-3-80-87>
- Abramova, O., Baumann, A., Krasnova, H., Lessmann, S. (2017). To phub or not to phub: Understanding off-task smartphone usage and its consequences in the academic environment. In: I. Ramos, V. Tuunainen, H. Krcmar, (eds.). Proceedings of the 25th European Conference on Information Systems (ECIS) (June 5–10, 2017). (pp. 1984–1999). Atlanta: Association for Information Systems Publ.
- Amez, S., Baert, S. (2020). Smartphone use and academic performance: A literature review. *International Journal of Educational Research*, 103, 101618. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0883035520303487?via%3Dihub> (дата обращения: 15.10.2025).
- Arenz, A., Schnauber-Stockmann, A. (2024). Who “phubs”? A systematic meta-analytic review of phubbing predictors. *Mobile Media and Communication*, 12(3), 637–661. <https://doi.org/10.1177/20501579231215678>
- Bisquerra Alzina, R., Chao Rebolledo, C. (2021). Social and emotional learning and wellbeing: Towards a scientifically grounded educational practice. *International Journal of Emotional Education and Well-being*, 1(1), 9–29. <https://doi.org/10.48102/rieeb.2021.1.1.4>

Capilla Garrido, E., Cubo Delgado, D., Gutiérrez Esteban, P. (2024). Phubbing and its impact on the individual's psychological well-being. *Acta Psychologica*, 248, 104388. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0001691824002658?via%3Dihub> (дата обращения: 15.10.2025).

Capilla Garrido, E., Tomayess, I., Gutiérrez Esteban, P., Cubo Delgado, D. (2021). A descriptive literature review of phubbing behaviors. *Heliyon*, 7(5), e07094. URL: [https://www.cell.com/heliyon/fulltext/S2405-8440\(21\)01140-3?returnURL=https%3A%2F%2Flinkinghub.elsevier.com%2Fretrieve%2Fpii%2FS2405844021011403%3Fshowall%3Dtrue](https://www.cell.com/heliyon/fulltext/S2405-8440(21)01140-3?returnURL=https%3A%2F%2Flinkinghub.elsevier.com%2Fretrieve%2Fpii%2FS2405844021011403%3Fshowall%3Dtrue) (дата обращения: 15.10.2025).

Chotpitayasunondh, V., Douglas, K.M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9–18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>

Chotpitayasunondh, V., Douglas, K.M. (2018). The effects of “phubbing” on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 48(6), 304–316. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>

Gao, B., Liu, Y., Shen, Q., Fu, C., Li, W., Li, X. (2023). Why cannot I stop phubbing? Boredom proneness and phubbing: A multiple mediation model. *Psychology Research and Behavior Management*, 16, 3727–3738. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S423371>

Isofin, B., Munawaroh, E. (2022). The effect of smartphone addiction and self-control on phubbing behavior. *Journal of Guidance and Counseling Studies*, 6(1), 13. URL: <https://journal2.um.ac.id/index.php/jkbb/article/view/16508> (дата обращения: 15.10.2025).

Karadağ, E., Tosuntaş, Ş.B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B.M., Çulha, İ., Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60–74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>

Knausenberger, J., Giesen-Leuchter, A., Echterhoff, G. (2022). Feeling ostracized by others' smartphone use: The effect of phubbing on fundamental needs, mood, and trust. *Frontiers in Psychology*, 13, 883901. URL: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2022.883901/full> (дата обращения: 15.10.2025).

Kobicheva, A., Tokareva, E., Baranova, T. (2025). How does students' level of phubbing relate to academic engagement and performance variables? *European Journal of Psychology of Education*, 40(1), 1–16. <https://doi.org/10.1007/s10212-024-00905-7>

Lakicevic, N., Manojlovic, M., Chichinina, E., Drid, P., Zinchenko, Yu. (2025). Screen time exposure and executive functions in pre-school children. *Scientific Reports*, 15. URL: <https://www.nature.com/articles/s41598-024-79290-6#citeas> (дата обращения: 15.10.2025).

Mahasneh, A.M. (2022). The Relationship between Subjective Well-being and Social Support among Jordanian University Students. *Psychology in Russia: State of the Art*, 15(2), 53–64. <https://doi.org/10.11621/pir.2022.0204>

Parmaksız, İ. (2023). The effect of phubbing, a behavioral problem, on academic procrastination: The mediating and moderating role of academic self-efficacy. *Psychology in the Schools*, 60(1), 105–121. <https://doi.org/10.1002/pits.22765>

Roberts, J.A., David, M.E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior*, 54, 134–141. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>

Ryan, R.M., Deci, E.L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54–67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>

Sansevere, K.S., Ward, N. (2021). Linking phubbing behavior to self-reported attentional failures and media multitasking. *Future Internet*, 13(4), 100. URL: <https://www.mdpi.com/1999-5903/13/4/100> (дата обращения: 15.10.2025).

Sun, J., Samp, J.A. (2021). “Phubbing is happening to you”: Examining predictors and effects of phubbing behaviour in friendships. *Behaviour and Information Technology*, 41(12), 2691–2704. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2021.1943711>

Talan, T., Doğan, Y., Kalinkara, Y. (2024). Effects of smartphone addiction, social media addiction and fear of missing out on university students' phubbing: A structural equation model. *Deviant Behavior*, 45(1), 1–14. <https://doi.org/10.1080/01639625.2023.2235870>

Thabassum, L. (2021). Phubbing: A literature review of the technological invasion that has changed lives for the last decade. *Psychology Research on Education and Social Sciences*, 2(1), 11–18. URL: <https://dergipark.org.tr/en/pub/press/issue/58384/847262> (дата обращения: 15.10.2025).

Vyrkovsky, A., Krashennnikova, M. (2024). Factors of media text traumogenicity: The role of content and context. *World of Media. Journal of Russian Media and Journalism Studies*, 4, 5–21. <https://doi.org/10.30547/worldofmedia.4.2024.1>

Zinchenko, Yu.P., Menshikova, G.Ya., Bayakovskiy, Yu.M., Chernorizov, A.M., Voiskounsky, A.E. (2010). Technologies of virtual reality in the context of world-wide and Russian psychology: methodology, comparison with traditional methods, achievements and perspectives. *Psychology in Russia: State of the Art*, 3, 11–45.

REFERENCES

Abramova, O., Baumann, A., Krasnova, H., Lessmann, S. (2017). To phub or not to phub: Understanding off-task smartphone usage and its consequences in the academic environment. In: I. Ramos, V. Tuunainen, H. Krčmar, (eds.). Proceedings of the 25th European Conference on Information Systems (ECIS) (June 5–10, 2017). (pp. 1984–1999). Atlanta: Association for Information Systems Publ.

Amez, S., Baert, S. (2020). Smartphone use and academic performance: A literature review. *International Journal of Educational Research*, 103, 101618. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0883035520303487?via%3Dihub> (accessed 15.10.2025).

Arenz, A., Schnauber-Stockmann, A. (2024). Who “phubs”? A systematic meta-analytic review of phubbing predictors. *Mobile Media and Communication*, 12(3), 637–661. <https://doi.org/10.1177/20501579231215678>

Bisquerra Alzina, R., Chao Rebolledo, C. (2021). Social and emotional learning and wellbeing: Towards a scientifically grounded educational practice. *International Journal of Emotional Education and Well-being*, 1(1), 9–29. <https://doi.org/10.48102/rieeb.2021.1.1.4>

Capilla Garrido, E., Cubo Delgado, D., Gutiérrez Esteban, P. (2024). Phubbing and its impact on the individual's psychological well-being. *Acta Psychologica*, 248, 104388. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0001691824002658?via%3Dihub> (accessed: 15.10.2025).

Capilla Garrido, E., Tomayess, I., Gutiérrez Esteban, P., Cubo Delgado, D. (2021). A descriptive literature review of phubbing behaviors. *Heliyon*, 7(5), e07094. URL: [https://www.cell.com/heliyon/fulltext/S2405-8440\(21\)01140-3?returnURL=https%3A%2F%2Flinkinghub.elsevier.com%2Fretrieve%2Fpii%2FS2405844021011403%3Fshowall%3Dtrue](https://www.cell.com/heliyon/fulltext/S2405-8440(21)01140-3?returnURL=https%3A%2F%2Flinkinghub.elsevier.com%2Fretrieve%2Fpii%2FS2405844021011403%3Fshowall%3Dtrue) (accessed: 15.10.2025).

Chotpitayasunondh, V., Douglas, K.M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9–18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>

Chotpitayasunondh, V., Douglas, K.M. (2018). The effects of “phubbing” on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 48(6), 304–316. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>

Efremova, N.F. (2023). Digital pedagogy: Challenges and readiness for learning in digital environment. *Innovatsionnaya nauka: psikhologiya, pedagogika, defektologiya = Innovative Science: Psychology, Pedagogy, Defectology*, 6(5), 81–93. (In Russ.). <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2023-6-5-81-93>

Ekimchik, O.A., Kryukova, T.L. (2022). Measuring phubbing in close relationships: E. Karadağ’s Phubbing Scale and J. Roberts’ Scale of Partner Phubbing. *Konsul’tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 30(3), 112–128. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/cpp.2022300307>

Ekimchik, O.A., Ruleva, E.S. (2020). Psychological factors of phubbing in the student environment. In the Ananyevskiy readings — 2020. Psychology of professional activity: achievements and development prospects (in honor of the 75th anniversary of Victory in the Great Patriotic War of 1941–1945). In: A.V. Shabolta, E.L. Soldatova, (eds.). International Scientific Conference (December 8–11, 2020). (pp. 63–64). Saint Petersburg: Skifiya-print Publ. (In Russ.)

Galuzo, P. R. (2013). Development of the Conscious Regulation of Students’ Learning Activity Questionnaire (ORUDS). *Psikhologicheskaya diagnostika = Psychological Diagnostics*, (4), 66–110. (In Russ.)

Gao, B., Liu, Y., Shen, Q., Fu, C., Li, W., Li, X. (2023). Why cannot I stop phubbing? Boredom proneness and phubbing: A multiple mediation model. *Psychology Research and Behavior Management*, 16, 3727–3738. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S423371>

Gordeeva, T.O., Sychev, O.A., Osin, E.N. (2013). Internal and external academic motivation of students: Its sources and influence on psychological well-being. *Voprosy Psichologii*, (1), 35–45. (In Russ.)

Gordeeva, T.O., Sychev, O.A., Osin, E.N. (2014). Academic motivation scales questionnaire. *Psikhologicheskii zhurnal = Psychological Journal*, 35(4), 96–107. (In Russ.)

Isrofin, B., Munawaroh, E. (2022). The effect of smartphone addiction and self-control on phubbing behavior. *Journal of Guidance and Counseling Studies*, 6(1), 13. URL: <https://journal2.um.ac.id/index.php/jkbb/article/view/16508> (accessed: 15.10.2025).

Karadağ, E., Tosuntaş, Ş.B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B.M., Çulha, İ., Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60–74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>

Knausenberger, J., Giesen-Leuchter, A., Echterhoff, G. (2022). Feeling ostracized by others’ smartphone use: The effect of phubbing on fundamental needs, mood, and trust. *Frontiers in Psychology*, 13, 883901. URL: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2022.883901/full> (accessed: 15.10.2025).

Kobicheva, A., Tokareva, E., Baranova, T. (2025). How does students’ level of phubbing relate to academic engagement and performance variables? *European Journal of Psychology of Education*, 40(1), 1–16. <https://doi.org/10.1007/s10212-024-00905-7>

Kryukova, T.L., Ekimchik, O.A. (2019). Phubbing as a possible threat to close relationships’ welfare. *Konsul’tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 27(3), 61–76. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/cpp.2019270305>

Lakicevic, N., Manojlovic, M., Chichinina, E., Drid, P., Zinchenko, Yu. (2025). Screen time exposure and executive functions in preschool children. *Scientific Reports*, 15. URL: <https://www.nature.com/articles/s41598-024-79290-6#citeas> (accessed: 15.10.2025).

Mahasneh, A.M. (2022). The Relationship between Subjective Well-being and Social Support among Jordanian University Students. *Psychology in Russia: State of the Art*, 15(2), 53–64. <https://doi.org/10.11621/pir.2022.0204>

Parmaksız, İ. (2023). The effect of phubbing, a behavioral problem, on academic procrastination: The mediating and moderating role of academic self-efficacy. *Psychology in the Schools*, 60(1), 105–121. <https://doi.org/10.1002/pits.22765>

Ragozinskaya, V.G. (2021). The phubbing problem in psychology: A review of the scientific literature. *Izvestiya vysshikh uchebnykh zavedeniy. Ural’skii region = News of Higher Educational Institutions. Ural Region*, (2), 67–95. (In Russ.)

Ragozinskaya, V.G. (2023). Neuropsychological features of university students, prone to classroom phubbing. *Vestnik Omskogo Universiteta. Seriya “Psikhologiya” = Herald of Omsk University. Series “Psychology”*, (4), 81–91. (In Russ.). <https://doi.org/10.24147/2410-6364.2023.4.81-91>

Roberts, J.A., David, M.E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior*, 54, 134–141. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>

Rudnova, N.A. (2018). Professional motivation and its contribution to the level of procrastination. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya = Psychology. Historical-Critical Reviews and Current Researches*, 7(5A), 201–211. (In Russ.)

Ryan, R.M., Deci, E.L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54–67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>

Sansevere, K.S., Ward, N. (2021). Linking phubbing behavior to self-reported attentional failures and media multitasking. *Future Internet*, 13(4), 100. URL: <https://www.mdpi.com/1999-5903/13/4/100> (accessed: 15.10.2025).

Semenova, L.E., Semenova, V.E., Karpushkina, N.V., Koneva, I.A. (2024). Age-specific perception of phubbing. *Vestnik Mininskogo universiteta = Vestnik of Minin University*, 12(1), 8. (In Russ.). URL: <https://www.minin-vestnik.ru/jour/article/view/1514> (accessed: 15.10.2025).

Sheinov, V.P., Nizovskikh, N.A., Dziavitsyn, A.S. (2024). Problematic smartphone use: Relationships with emotional intelligence, self-confidence, and conflict behavior in Belarusians and Russians. *Russian Psychological Journal*, 21(2), 200–221. (In Russ.). <https://doi.org/10.21702/rpj.2024.2.12>

Sorokopud, Y.V., Kanyuk, A.S., Dudaev, G.S.-Kh. (2023). Organization of effective communicative interaction in higher education in the process of implementing ideas of a humanistic educational paradigm. *Mir nauki, kul’tury, obrazovaniya = The World of Science, Culture, Education*, (3), 332–334. (In Russ.). <https://doi.org/10.24412/1991-5497-2023-3100-332-334>

- Sun, J., Samp, J.A. (2021). "Phubbing is happening to you": Examining predictors and effects of phubbing behaviour in friendships. *Behaviour and Information Technology*, 41(12), 2691–2704. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2021.1943711>
- Talan, T., Doğan, Y., Kalinkara, Y. (2024). Effects of smartphone addiction, social media addiction and fear of missing out on university students' phubbing: A structural equation model. *Deviant Behavior*, 45(1), 1–14. <https://doi.org/10.1080/01639625.2023.2235870>
- Thabassum, L. (2021). Phubbing: A literature review of the technological invasion that has changed lives for the last decade. *Psychology Research on Education and Social Sciences*, 2(1), 11–18. URL: <https://dergipark.org.tr/en/pub/press/issue/58384/847262> (accessed: 15.10.2025).
- Vyrkovsky, A., Krashennnikova, M. (2024). Factors of media text traumogenicity: The role of content and context. *World of Media. Journal of Russian Media and Journalism Studies*, 4, 5–21. <https://doi.org/10.30547/worldofmedia.4.2024.1>
- Yuzhanin, M.A. (2022). Phubbing as a social and communicative phenomenon of modernity. *Putevoditel' predprinimatel'ya = Entrepreneur's Guide*, 15(3), 80–87. (In Russ.). <https://doi.org/10.24182/2073-9885-2022-15-3-80-87>
- Zinchenko, Yu.P., Menshikova, G.Ya., Bayakovskiy, Yu.M., Chernorizov, A.M., Voiskounskiy, A.E. (2010). Technologies of virtual reality in the context of world-wide and Russian psychology: methodology, comparison with traditional methods, achievements and perspectives. *Psychology in Russia: State of the Art*, 3, 11–45.

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ / ABOUT THE AUTHORS



**Евгений Александрович
Проненко**

Evgeny A. Pronenko

Кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и консультативной психологии Донского государственного технического университета, Ростов-на-Дону, Российская Федерация, heimag@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-6032-6059>

Cand. Sci. (Psychol.), Associate Professor, Department of General and Consultative Psychology, Don State Technical University, Rostov-on-Don, Russian Federation, heimag@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-6032-6059>



**Виктория Дмитриевна
Лосева**

Victoria D. Loseva

Аспирант кафедры психофизиологии и клинической психологии факультета психологии Южного федерального университета, Ростов-на-Дону, Российская Федерация, voronaya@sfedu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-9984-2245>

Postgraduate Student, Department of Psychophysiology and Clinical Psychology, Faculty of Psychology, Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russian Federation, voronaya@sfedu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-9984-2245>

Поступила 17.02.2025. Получена после доработки
25.06.2025. Принята в печать 07.12.2025.

Received 17.02.2025. Revised
25.06.2025. Accepted 07.12.2025.