

ОСОБЕННОСТИ ЦИФРОВОГО ПОВЕДЕНИЯ В ОБЛАСТИ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ КАК ПРЕДМЕТ ИЗУЧЕНИЯ ЦИФРОВОЙ СОЦИОЛОГИИ

Dyakovich M.P.

FEATURES OF HEALTH DIGITAL BEHAVIOR AS A SUBJECT OF STUDYING DIGITAL SOCIOLOGY

Аннотация. Проведен анализ исследования, связанного с выявлением группы риска в отношении думскроллинга и киберхондрии, как особенностям цифрового поведения в области сохранения здоровья как предмет изучения цифровой социологии.

Ключевые слова: цифровая социология, социальное поведение, цифровое поведение в области сохранения здоровья, думскроллинг, киберхондрия.

Abstract. An analysis was carried out of a study related to the identification of a risk group in relation to doomscrolling and cyberchondria, as a feature of digital behavior in the field of health preservation as a subject of study of digital sociology.

Keywords: digital sociology, social behavior, digital health behavior, doomscrolling, cyberchondria.

Проблемы социального поведения в современном информационно-коммуникативном обществе (ИКО) привлекают внимание специалистов социально-гуманитарных и естественных наук, так как социальное поведение означает, по сути, адаптацию личности к природе, социальным системам и культуре, т.е. к жизненной среде, через активное или пассивное приспособление к ним способностей и умений, потребностей и интересов. Информатизация и виртуализация общества приводят к быстрым и коренным преобразованиям жизненной среды, что опосредованно приводит к качественным изменениям в поведении людей. В ИКО меняются стереотипы социального поведения: снижается значимость влияющих на индивидов обстоятельств, обусловленных социальной средой, и повышается значимость потребностей, мотивов и компетентности индивидов в осуществлении ими какой-либо деятельности. Цифровая социология, как новое научное направление зародилось пятнадцать лет назад в США [1]. В настоящее время она привлекает внимание и российских ученых [2], анализирующих, как цифровые технологии могут формировать модели социального поведения. В рамках этого направления особый интерес представляет изучение цифрового поведения, под которым мы будем понимать совокупность конкретных действий человека в цифровом пространстве. Актуальность изучения особенностей цифрового поведения определяется тем, что количество пользователей интернета в настоящее время превышает 5,5 миллиардов, среди потребителей цифрового медиа преобладают пользователи социальных сетей (63,8% населения планеты) [3], которых привлекает возможности общения и поиска контента, связанного со здоровьесбережением. Важным аспектом цифрового поведения является медиа-потребление, особенно в виде

думскроллинга – непрерывного поглощения негативного потока новостей (о кризисах, бедствиях, преступлениях), что может усиливать тревожность и неуверенность в завтрашнем дне, ухудшая способность предпринимать верные шаги на пути здоровьесбережения [4]. Особые трудности на этом пути у лиц, которые уже находятся в тревожном состоянии из-за проблем со здоровьем. Думскроллинг может привести к киберхондрии – стремлению к поиску болезней по реальным или мнимым симптомам в интернете, самолечению после просмотра «советующих» роликов в социальных сетях. Киберхондрия снижает самооценку здоровья, препятствует правильному здоровьесберегающему поведению, приводит к тому, что безоговорочная вера в «советы интернета» провоцирует отказ от реальных квалифицированных медицинских консультаций.

Проведенное нами исследование, в котором приняли участие 1114 жителей Ангарска в возрасте от 18 до 65 лет, показало незначительную распространенность неуверенности в завтрашнем дне, которую отметили лишь 11,4%. Это утешительный факт, но настораживает то, что среди женщин таких лиц – 11,3%, а среди мужчин – в 2,4 раза больше (27,1%). При этом, около трети тех, кто не уверен в завтрашнем дне, не удовлетворены здоровьем и личной безопасностью (36,2 и 27,6%, соответственно). Доли респондентов, не удовлетворенных здоровьем, а также личной безопасностью женщин и мужчин были практически одинаковы (36,4 и 37,3%; 28,8 и 27,1%). Следует отметить, что среди неуверенных в завтрашнем дне респондентов, распространенность тревожности/депрессии высока и составляет по их собственным оценкам 63,0%. У женщин этот показатель был выше в 1,3 раза, чем у мужчин (71,2 против 55,9%). Выявленный контингент имеет высокий риск развития думскроллинга и киберхондрии, так как именно они могут составлять ту аудиторию, для которой неограниченное потребление негативного медиа-контента по вопросам здоровьесбережения может вызывать усиления чувства тревоги, а также реальное ухудшение здоровья. Исследования в этом направлении будут продолжены.

ЛИТЕРАТУРА

1. **Wynn J.** Digital Sociology: Emergent Technologies in the Field and the Classroom – Текст: непосредственный // Sociological Forum. 2009. No 24 (2). P. 448–456. DOI: 10.1111/j.1573-7861.2009.01109.x.
2. **Щекотин Е.В.** Цифровые технологии в социальных науках: предмет и метод цифровой социологии. – Текст: непосредственный // Социология и право. 2020. – №1(47). – С. 23-33. DOI: 10.35854/2219-6242-2020-1-49-59.
3. Цифровое медиапотребление в 2024 году: глобальные тренды и ключевые инсайты – Текст: электронный. URL: <https://baj.media/ru/cifrovoe-mediapotreblenie-v-2024-godu/>(дата обращения 10.02.2025).
4. **Максименко А.А., Дейнека О.С., Мортикова И.А.** Инфодемический думскроллинг и психологическое благополучие россиян. – Текст: непосредственный // Общество: социология, психология, педагогика, 2022. – №12 (104). – С. 129-136.