

## ТРЕВОГА И ДЕПРЕССИЯ В КОНТЕКСТЕ СОЦИАЛЬНОЙ СЕТИ ИНСТАГРАМ

Жилова Я. Н., Газарян З. Е.

Научный руководитель: д.м.н., профессор кафедры психиатрии РязГМУ Меринов Алексей Владимирович  
Кафедра психиатрии  
Рязанский государственный медицинский университет им. И.П. Павлова

**Контактная информация:** Жилова Яна Николаевна — студентка 6 курса лечебного факультета.  
E-mail: yana\_zhilova@mail.ru

**Ключевые слова:** тревога; депрессия; дисморфофобия; Инстаграм

**Актуальность исследования:** расстройства тревожно-депрессивного спектра — серьезная проблема современности, затрагивающая различные сферы человеческой жизни. По данным статистики их распространённость в мире составляет от 4,4% до 20% населения [1]. И, так как более 1 миллиарда человек являются пользователями приложения Инстаграм [2], логично предположить, что среди них есть значительная доля людей с данными расстройствами.

**Цель исследования:** оценка статистически значимых отличий по ряду поведенческих паттернов относительно социальной сети Инстаграм в зависимости от наличия тревожного или депрессивного профиля опрашиваемых.

**Материалы и методы:** было обследовано 287 девушек методом онлайн-анкетирования.

В качестве диагностических методов использовались: авторский опросник качественно-количественных характеристик поведенческих и Инстаграм-паттернов, госпитальная шкала тревоги и депрессии (HADS), шкала obsessions и compulsions Yale-Brown, модифицированная для дисморфофобии (BDD-YBOCS).

Статистический анализ произведён посредством методов математической статистики:  $\chi^2$  и t-критерия Стьюдента.

**Результаты:** в процессе поочередного сравнения тревожных и депрессивных лиц с группой контроля были получены следующие данные.

Тревожные девушки чаще удаляют публикации из своего профиля ( $p=0,005$ ). Также они более склонны чувствовать себя в одно время «лучше» ( $p=0,024$ ), а в другое время «хуже» ( $p=0,00$ ) других пользователей. Для них характерно более частое наличие дисморфофобического расстройства ( $p=0,007$ ), а также склонность к перееданию или отказу от пищи ( $p=0,001$ ). Кроме того, данная выборка достоверно чаще выкладывает эротические фото своего тела в Инстаграм.

Депрессивные девушки обладают меньшим количеством подписок и подписчиков ( $p=0,024$  и  $p=0,042$ ). Как и тревожные лица, девушки из депрессивной выборки чаще чувствуют себя непривлекательными по сравнению с группой контроля ( $p=0,042$ ).

**Выводы:** тревожные лица в большей степени беспокоятся о мнении со стороны других пользователей. Они более активны в отношении изучаемой социальной сети и, в свою очередь, подвергаются большему воздействию со стороны приложения. У депрессивных лиц, напротив, наблюдается снижение пользовательской активности, уровня заинтересованности в других людях.

Социальные сети стали неотъемлемой частью жизни миллионов людей во всем мире. Этот факт нужно учитывать в психотерапевтическом процессе. Так, клиент может не осознавать степень своей вовлеченности в социальную сеть и не распознавать проблему в этой области.

### Литература

1. Felger, J.C. The role of dopamine in inflammation-associated depression: mechanisms and therapeutic implications. *Cur Top Bahav Neurosci.* 2017; 31: 199-219.
2. 44 Instagram Stats That Matter to Marketers in 2021 [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.log.hootsuite.com> (дата обращения 20.03.2021).