

Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2025. Т. 31, № 3. С. 63–71. ISSN 2073-1426

Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2025, vol. 31, no. 3, pp. 63–71.

ISSN 2073-1426

Научная статья

5.3.1 Общая психология, психология личности, история психологии

УДК 159.923

EDN VMHUQJ

<https://doi.org/10.34216/2073-1426-2025-31-3-63-71>

ОТНОШЕНИЕ К ЦИФРОВЫМ ТЕХНОЛОГИЯМ И РОЛЕВОЙ КОНФЛИКТ РАБОТАЮЩЕЙ МАТЕРИ

Пономарева Ирина Владимировна, кандидат психологических наук, доцент, Южно-Уральский государственный университет, Челябинск, Россия, ivp-csu@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-8600-3533>

Агриненко Ольга Сергеевна, преподаватель кафедры социальной психологии Московского института психоанализа, Москва, Россия, olgaagrinenko@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0000-7566-829X>

Аннотация. Представленное исследование посвящено изучению связи между отношением к технологиям и степени выраженности ролевого конфликта у женщин, осуществляющих воспитание несовершеннолетних детей. В ходе исследования изучено отношение работающих матерей ($N = 31$) к технологиям, учитывая когнитивные и эмоциональные аспекты: технофилии, технофобии, технорационализма и технопессимизма, а также проведена диагностика степени выраженности ролевого конфликта: насколько реализация рабочих ролей мешает реализации семейных и наоборот; оценка чувства вины перед семьей, которое испытывает женщина из-за того, что она работает; оценка показателя степени неодобрения мужем того, что жена работает. Было обнаружено, что у работающих матерей доминирует технорационализм как стратегия отношения к технологиям. Ролевой конфликт у них проявляется в том, что реализация рабочих ролей мешает осуществлению семейных и наоборот. Как следствие данного конфликта могут возникать дефициты в сферах детско-родительских отношений либо профессиональной, повышая эмоциональную напряженность матери. При изучении отношения к технологиям и показателей ролевого конфликта матери установлено, что существует достоверная прямая связь между «технофобией» и «чувством вины перед семьей», которое испытывает женщина из-за того, что она работает, а также связь между «технорационализмом» и «степенью неодобрения мужем того, что жена работает». Связь данных феноменов может свидетельствовать о том, что неодобрение супругом того факта, что женщина работает, приводит к тому, что она обращается к технологиям исключительно в рациональных целях, как и в случае с чувством вины и технофобией. Перспективами данного исследования может быть детальное изучение соотношения стратегий отношения к технологиям и выраженности ролевого конфликта с учетом количества и возраста детей, времени, посвященного работе и др. переменных. Результаты исследований данной проблематики позволят более подробно изучить последствия цифровизации в сфере материнства и предложить рекомендации для повышения эффективности и безопасности использования цифровых технологий в совмещении работы и материнства.

Ключевые слова: цифровая экономика, цифровые технологии, ролевой конфликт матери.

Для цитирования: Пономарева И.В., Агриненко О.С. Отношение к цифровым технологиям и ролевой конфликт работающей матери // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2025. Т. 31, № 3. С. 63–71. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2025-31-3-63-71>

Research Article

ATTITUDE TO DIGITAL TECHNOLOGIES AND THE ROLE CONFLICT OF A WORKING MOTHER

Irina V. Ponomareva, candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, South Ural State University, Chelyabinsk, Russia, ivp-csu@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-8600-3533>

Olga S. Agrinenko, lecturer of the Department of Social Psychology, Moscow Institute of Psychoanalysis, Moscow, Russia, olgaagrinenko@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0000-7566-829X>

Annotation. The presented study is devoted to the study of the relationship between the attitude to technology and the degree of severity of role conflict in women who are raising minor children. The study examined the attitude of working mothers ($N=31$) to technologies that take into account cognitive and emotional aspects: technophilia, technophobia, technorationalism and

technopessimism, as well as the diagnosis of the severity of role conflict: how much the implementation of work roles interferes with the implementation of family roles and vice versa; assessment of guilt towards the family that a woman feels because of the fact that she works; an assessment of the degree of disapproval by the husband of the fact that the wife works. It was found that technorationalism dominates among working mothers as a strategy of attitude to technology, as well as in working mothers, role conflict manifests itself in the fact that the realization of work roles interferes with the realization of family roles and vice versa. As a result of this conflict, there may be deficits in the following areas. Studying attitudes to technology and indicators of the mother's role conflict, it was found that there is a reliable direct link between Technophobia and the guilt a woman feels before her family because she works, as well as a link between Technorationalism and the degree of disapproval of the husband that his wife works. The connection of these phenomena may indicate that the spouse's disapproval of the fact that a woman works leads to the fact that she turns to technology exclusively for rational purposes, as in the case of guilt and technophobia. The prospects of this study may be a detailed study of the relationship between strategies of attitude to technology and the severity of role conflict, taking into account the number and age of children, time devoted to work, and other variables. The results of research on this issue will allow us to study in more detail the consequences of digitalization in the field of motherhood and offer recommendations for improving the efficiency and safety of use.

Keywords: digital economy, digital technologies, mother's role conflict.

For citation: Ponomareva I.V., Agrinenko O. S. Attitude to digital technologies and the role conflict of a working mother. Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2025, vol. 31, no. 3, pp. 63–71 (In Russ.). <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2025-31-3-63-71>

Введение (актуальность). Цифровизация в современном обществе представляет собой качественно новый этап в развитии человечества, связанный с широким применением современных цифровых технологий. Одним из основных достижений цифровизации является возможность осуществлять действия на расстоянии. Ранее невозможные или сложные задачи теперь можно решать с помощью технологий, что стало значимым прорывом в области науки и экономики. Например, благодаря возможности проводить видеоконференции люди могут работать и общаться без необходимости физического присутствия. А женщинам с детьми можно найти онлайн-профессию, чтобы иметь возможность следить за ребенком и бытом.

В начале 90-х годов прошлого века одним из важных показателей экономического роста стало формирование информационного бизнеса как виртуального фактора экономического развития. Интернет и цифровые технологии открыли новые возможности для создания и продвижения бизнеса, что привело к росту производительности и увеличению прибыли компаний.

Цифровизация открыла новые перспективы и возможности, улучшив качество жизни, и способствовала экономическому росту. На начальном этапе цифровизации исследователи отмечали множество позитивных моментов, акцентируя внимание на эффективных результатах информационного бизнеса. Так, А.И. Щербаков среди таких позитивных результатов для экономики и общества выделил заполнение «белых пятен» рынка информации, в частности посредством создания информационных ресурсов для людей о счастье, здоровье, воспитании детей, здоровом образе жизни, об организации семьи и так

далее [Щербаков 2011: 52]. Особого внимания заслуживают в данном контексте женщины, осуществляющие уход за детьми, так как развитие онлайн-образования и дистанционных форм профессиональной деятельности позволяет совмещать материнство и семью с работой. Однако в этом кроются не только позитивные, но и негативные последствия цифровизации общества для данной категории женщин, на которые также хочется обратить внимание ввиду того, что в связи с развитием цифрового мира эта тема становится все более актуальной.

В отечественной психологии исследование О.А. Гаврилицы [Гаврилица], посвященное изучению ролевого конфликта работающей женщины, определяет методологию в работах подобного рода. Ролевой конфликт в рамках данных методологических представлений определяется как разновидность межролевого внутриличностного конфликта. Ролевой конфликт работающей женщины связан с необходимостью выполнять большое количество разнообразных, часто несовместимых ролей, в которые женщина вовлечена, он имеет сложную и неоднозначную структуру, причины его возникновения и развития во многом зависят от переплетения как личностных факторов, так и особенностей близкого окружения [Пачколина: 60].

Материнство исторически является одной из фундаментальных форм самореализации женщины как биологического вида. И хотя современное общество формально сохраняет за женщиной право выбора — становиться ей матерью или нет — любая женщина в своей жизни хотя бы раз столкнулась с этим внутренним противоречием и следующим за ним внутриличностным конфликтом самореализации: быть и оставаться только матерью и хранитель-

ницей домашнего очага или пытаться покорить карьерные и бизнес-вершины. Женщины сталкиваются с трудностями при совмещении карьеры и семьи: профессиональные амбиции и высокие требования к роли матери часто приводят к тому, что женщины откладывает рождение детей [Исупова, Уткина].

В советское и постсоветское время этот конфликт решался проще. Фактически у женщины не было выбора: по истечении декретного отпуска до года большинство женщин возвращалось на прежнее место работы. Начиная с 1991 г. в России женщине начали предоставлять отпуск по уходу за ребенком до достижения им трех лет с выплатой за этот период ежемесячного государственного пособия, что должно было в теории способствовать укреплению детско-родительских отношений и демографическому росту. На практике же по экономическим причинам не каждая семья в нашей стране может позволить себе только одного работающего взрослого, и многие женщины вынуждены выходить на работу, прерывая декретный отпуск или пытаясь совместить работу и родительство. Так, по данным сервиса по поиску высокооплачиваемой работы Superjob.ru, каждая девятая мама в России отказывается от декретного отпуска в пользу выхода на работу (в исследовании, которое было проведено весной 2024 г., приняли участие 1600 матерей детей в возрасте до 10 лет из всех округов страны) [Каждая девятая мама].

Цифровизация общества предоставила женщинам возможность выбирать – работать офлайн или онлайн без отрыва от семьи и быта. Для женщин, имеющих несовершеннолетних детей, здесь открываются новые перспективы решения ролевого конфликта работа – семья. Не всегда при этом речь идет о поиске работы по профессии и профессиональной самореализации. Чаще всего в декрете женщина сталкивается с переоценкой ценностей и начинает активно обучаться новым профессиям, что также становится для многих проблемой, потому что вовлечение в любую онлайн-профессию связано с чередой различных сложностей и вызовов.

Материнская социализация через социальные сети и виртуальные онлайн-форумы является одним из негативных факторов, влияющих на роль интернеты в наше время. В то время как, с одной стороны, интернет и социальные сети предоставляют матерям возможность обмениваться информацией, получать поддержку и советы от других родителей и экспертов, а также формировать положительное сообщество, они также могут быть источником потенциальных проблем.

По нашим наблюдениям, с появлением и развитием социальных сетей именно матери стали самой желанной целевой аудиторией для большинства производителей товаров и услуг, так как у них больше

свободного времени для потребления контента. Чрезмерное использование гаджетов матерями не может не сказываться на их эмоциональном состоянии и отношениях внутри семьи. Приведем ряд современных исследований, свидетельствующих о связи использования цифровых технологий и особенностей реализации роли матери.

В исследовании, проведенном А. Сакакихара среди матерей, находящихся в отпуске по уходу за ребенком, была выдвинута гипотеза о том, что злоупотребление социальными сетями может оказывать негативное влияние на качество ухода матерью за ребенком и даже стать причиной насилия в отношении детей. Эта гипотеза отражает серьезную обеспокоенность ученых и специалистов в области психологии и детского развития [Sakakihara et al.: 173].

Одной из основных причин, по которой матери могут злоупотреблять социальными сетями, является отчаяние и чувство изоляции, которые они могут испытывать в своей новой роли матерей в декрете. Социальные сети предлагают им возможность почувствовать себя связанными с другими людьми и получить ощущение поддержки в виртуальном сообществе [McSorley: 205]. Однако постепенно этот положительный эффект может перерасти в зависимость и циклические паттерны потребления информации и взаимодействия, которые захватывают все больше времени и энергии матери, уводя ее в виртуальный мир от физического присутствия и ухода за ребенком [Jo 2023: 374]. На ранних стадиях развития ребенка особенно важно формировать эмоциональную связь и строить доверительные отношения с родителями. Виртуальное присутствие матери может существенно ограничить ее время для активного взаимодействия и ухода за ребенком, а также ослабить качество ухода и внимания, которое она ему уделяет. Кроме того, чрезмерное время, проведенное в социальных сетях, может вызвать раздражение и фрустрацию у матери, что в свою очередь способствует интенсификации риска развития насилия в отношении детей [Салморбекова 2023: 94].

Другим негативным последствием цифровизации общества можно считать увеличение психологической нагрузки на женщин, особенно на молодых матерей. Несмотря на то, что работа в онлайн-сфере позволяет совмещать работу и заботу о ребенке, она также требует от женщины постоянного присутствия в виртуальном пространстве. Это может привести к постоянному чувству недостатка времени и неспособности отключиться от работы, особенно в условиях, когда многие обязанности выполняются в рамках домашней обстановки [Крошилин: 197].

Кроме того, развитие информационных технологий и появление социальных сетей могут отражаться на межличностных отношениях. Виртуальное

общение не может заменить полноценного личного контакта, что может повлечь за собой ухудшение качества коммуникации и социальной поддержки [Мотовилова: 2023, 545].

Таким образом, развитие цифровизации общества, несомненно, имеет свои положительные стороны, такие как возможность совмещения работы и семейных обязанностей, расширение информационных возможностей и повышение уровня жизни. Однако важно учитывать и негативные аспекты, связанные с психологической нагрузкой, снижением качества межличностных отношений и повышенным риском нарушения информационной безопасности.

Изучение влияния информационного перенасыщения на психологическое состояние человека и его способность принимать решения стало актуальной проблемой для многих ученых. Избыток информации может вызвать стресс, беспокойство и затруднения в принятии решений. Исследования указывают на необходимость развития навыков критического мышления и фильтрации информации для снижения воздействия информационного шума на человеческий мозг [Труфанова: 4].

Исследование, проведенное американским научным коллективом, подтвердило, что избыточное количество информации может привести к перегрузке когнитивных ресурсов и ухудшению качества принимаемых решений. Авторы отмечают важность правильного разделения времени, отводимого на поиск и обработку информации, а также необходимость выбора достоверных и авторитетных источников [Peng: 1852]. Мы можем сделать вывод о том, что с увеличением объема доступной информации возрастает и сложность ее обработки и анализа. Можно предположить, что это требует от человека развития навыков фильтрации и критической оценки информации, а также умения правильно распределять свое время и когнитивные ресурсы. Возможно, для решения этой проблемы необходимо совершенствовать образовательные программы, направленные на развитие информационной грамотности и критического мышления у населения.

Исходя из вышеизложенного, можно увидеть противоречие, заключающееся в том, что, с одной стороны, формирование материнской позиции посредством социальных сетей – это фактор риска для женщины, а с другой – информационные технологии и социальные сети предоставляют матерям возможность обмениваться информацией, получать поддержку и советы от других родителей и экспертов, а также быть местом профессиональной реализации. В этом, на наш взгляд, заключается проблема исследования.

Цель представленного исследования: определить взаимосвязь между отношением к информаци-

онным технологиям и степенью выраженности ролевого конфликта у работающих матерей.

Для достижения цели необходимо реализовать следующие **задачи**:

1. Провести теоретический анализ соотношения ролевого конфликта работающей матери и ее отношения к цифровым технологиям;

2. Организовать и провести эмпирическое исследование взаимосвязи ролевого конфликта работающей матери и ее отношения к цифровым технологиям;

3. Провести анализ полученных результатов, определить ограничения и перспективы исследования.

Теоретическое обоснование предполагает выделение методологической основы исследования, определения актуального состояния проблемы с опорой на современные исследования, ее детального анализа.

Методы исследования. В соответствии с целью исследования была проведена психологическая диагностика. В качестве опросников использовались:

1) опросник Г.У. Солдатовой, Т.А. Нестик, Е.И. Расказовой, Е.А. Дороховой «Опросник отношения к технологиям для подростков и родителей». Опросник отношения к технологиям, учитывающий когнитивные и эмоциональные аспекты, включает четыре шкалы: технофилии, технофобии, технорационализма и технопессимизма [Солдатова: 17].

2) опросник О.А. Гаврилицы «Диагностика степени выраженности ролевого конфликта», предполагающий диагностику работающей женщины. Опросник включает три шкалы: 1) шкалу оценки, корреляционной связи при реализации рабочих и семейных ролей; 2) шкалу оценки чувства вины перед семьей, которое испытывает женщина из-за того, что она работает; 3) шкалу оценки показателя степени неодобрения мужем того, что жена работает [Гаврилица: 152].

Выборка исследования: В исследовании приняла участие 31 женщина, все респондентки имеют от 1 до 3 несовершеннолетних детей. Возрастной диапазон участниц – от 26 до 55 лет, средний возраст $M = 39,4$.

Анализ данных. Для анализа данных нами использовались методы математической статистики, а именно дескриптивная статистика и корреляционный анализ. Коэффициент ранговой корреляции Спирмена применялся для характеристики существующей линейной связи между двумя величинами. Расчеты производились с использованием программного обеспечения IBM SPSS Statistics 26.0.

Результаты. В соответствии с целью исследования нами был проведен анализ социально-демографических характеристик участниц исследования: показатели возраста, семейного положения, количества детей. Результаты, представленные в таблице 1, свидетельствуют о том, что большая часть участ-

Таблица 1

Социально-демографические характеристики участниц исследования

Социально-демографическая характеристика	Возрастной диапазон	Количество, чел.	%
Возраст	25–35 лет	11	35
	36–45 лет	14	45
	46–55 лет	6	20
Семейное положение	Замужем	31	100
	Не замужем	0	0
Наличие детей	1 ребенок	7	22,6
	2 ребенка	15	48,4
	3 ребенка	9	29
Всего		31	100

Таблица 2

Виды и формы трудовой занятости участниц исследования

Вид и формат трудовой занятости		Количество, чел.	%
Трудовая занятость	Самозанятый	13	41,9
	Индивидуальный предприниматель	4	12,9
	Работа в найме	14	45,1
Формат трудовой занятости	Недистанционный формат (офлайн)	18	58
	Дистанционная работа (онлайн)	13	42
Всего		31	100

Таблица 3

Показатели отношения к технологиям работающих матерей

Отношение к технологиям	M	SD
Технофилия	3,45	0,46
Технорационализм	3,85	0,38
Технофобия	2,56	0,54
Технопессимизм	2,95	0,78

Примечание: M – среднее значение показателя, SD – стандартное отклонение.

ниц (45 %) входит в возрастной диапазон 36–45 лет, 100 % участниц замужем, а также половина опрошенных имеет двух детей (48,4 %).

Кроме того, при анализе информации участниц о видах и форме трудовой занятости были получены данные о том, что опрошенные в большинстве своем работают в найме (45,1 %) или являются самозанятыми (41,9 %), 58 % участниц имеют недистанционный формат работы, тогда как 42 % женщин осуществляют профессиональную деятельность дистанционно. Результаты представлены в таблице 2.

При изучении отношения к технологиям у работающих матерей было установлено, что чаще всего у участниц проявляется технорационализм (58,1 % случаев), технопессимизм (25,8 %), технофилия (12,9 %) и, реже, технофобия (3,2 %). Результаты диагностики отношения к технологиям, показатели, а также средние значения и стандартное отклонение представлены в таблице 3.

Также нами были изучены показатели ролевого конфликта работающей матери, в частности, насколько реализация рабочих ролей мешает осуществлению семейных и наоборот (1), чувство вины перед семьей, которое испытывает женщина из-за того, что она работает (2), степень неодобрения мужем того, что жена работает (3). В таблице 4 указаны средние значения показателей ролевого конфликта. Кроме того, нами было установлено, что у 83,9 % женщин более выражен ролевой конфликт, связанный с тем, что реализация рабочих ролей мешает реализации семейных и наоборот, у 16,1 % работающих матерей в большей мере проявляется чувство вины перед семьей, которое испытывает женщина из-за того, что она работает.

С целью изучения связи между показателями ролевого конфликта матери и отношения к технологиям нами был проведен корреляционный анализ с использованием непараметрического коэффициента ранговой корреляции Спирмена, так как выборка ре-

Таблица 4

Степень выраженности показателей ролевого конфликта работающей матери

Шкалы	М	SD
1. Шкала оценки, корреляционной связи при реализации рабочих и семейных ролей	18,13	3,3
2. Шкала оценки чувства вины перед семьей, которое испытывает женщина из-за того, что она работает.	13,29	2,9
3. Шкала оценки показателя степени неодобрения мужем того, что жена работает.	10,52	2,7

Примечание: М – среднее значение показателя, SD – стандартное отклонение.

Таблица 5

Результаты корреляционного анализа показателей ролевого конфликта матери и отношения к технологиям (коэффициент Пирсона)

Отношение к технологиям / Показатель ролевого конфликта матери	Шкала 2. Шкала оценки чувства вины перед семьей, которое испытывает женщина из-за того, что она работает	Шкала 3. Шкала оценки показателя степени неодобрения мужем того, что жена работает
Технофобия	0,340 ($p = 0,05$)	
Технорационализм		0,396 ($p = 0,028$)

Примечание: p – уровень значимости.

спондентов отличается от нормального распределения. Получены прямые связи на достоверном уровне значимости между переменными «технофобия» и «чувство вины перед семьей, которое испытывает женщина из-за того, что она работает» ($r = 0,340$, $p = 0,05$), а также переменными «технорационализм» и «степень неодобрения мужем того, что жена работает» ($r = 0,396$, $p = 0,028$). Между другими показателями отношения к технологиям и ролевого конфликта матери достоверных связей выявлено не было. Результаты представлены в таблице 5.

В ходе достижения цели и реализации задач исследования нами было обнаружено, что у работающих матерей доминирует технорационализм как стратегия отношения к технологиям. Он проявляется в их поведении как осознанное использование техники, цифровых технологий. Также установлено, что у работающих матерей ролевой конфликт проявляется в том, что реализация рабочих ролей мешает реализации семейных и наоборот. Этот вывод соотносится с данными, полученными в исследовании K. Begum, Dr. Susila [Begum: 180]. Как следствие данного конфликта могут возникать дефициты в сферах детско-родительских отношений либо профессиональной, повышая эмоциональную напряженность матери.

Изучение связи между отношением к технологиям и показателями ролевого конфликта матери выявило, что существует достоверная прямая связь между «технофобией» и «чувством вины перед семьей, которое испытывает женщина из-за того, что она работает» [Çalhan: 43]. Можно предположить, что женщина, испытывающая перед членами семьи вину за собственную профессиональную реализацию, старается как можно меньше использовать цифровые технологии, посвящая время отношениям с семьей.

Также нами обнаружена прямая корреляционная связь между технорационализмом и степенью неодобрения мужем того, что жена работает. Данное соотношение феноменов может свидетельствовать о том, что неодобрение супругом того факта, что женщина работает, возможно, приводит к тому, что женщина обращается к технологиям исключительно в рациональных целях, связанных с ее профессиональной деятельностью, исключая обращение к цифровым технологиям с целью обучения, отдыха и других целей, нерелевантных профессиональной деятельности [Gibson: 313].

Заключение. Таким образом, в соответствии с целью исследования нами получены данные о соотношении ролевого конфликта работающей матери и технологий.

Теоретический анализ имеющихся представлений и результатов исследования соотношения ролевого конфликта работающей матери и ее восприятия цифровых технологий свидетельствует о противоречии между возможностями, которые предоставляет цифровая сфера женщинам в материнстве, и последствий для психологического благополучия как матери, так и ребенка.

Эмпирическое исследование, проведенное авторами данной статьи, свидетельствует о наличии тесной связи ролевого конфликта работающих матерей и их отношения к цифровым технологиям. В частности, связь «технофобии» и «чувства вины перед семьей, которое испытывает женщина из-за того, что она работает», а также связь между «технорационализмом» и «степенью неодобрения мужем того, что жена работает».

Ограничениями представленного исследования является малочисленность выборки, что не позво-

лило установить особенности отношения к цифровым технологиям и ролевой конфликт работающей матери в связи с социально-демографическими факторами. В качестве перспектив исследования может выступить увеличение количества участниц, учет социально-демографических, экономических факторов, исследование особенностей воспитания детей.

Имея в виду потенциальные последствия цифровизации в сфере материнства, важно разработать адекватные стратегии обращения с цифровыми технологиями, в том числе социальными сетями для работающих матерей. Это может включать в себя: обучение использованию социальных сетей, установление ограничений по времени или степени вовлеченности, а также активное стремление к укреплению физической связи с детьми и ухода за ними. Кроме того, необходимо провести дополнительные исследования, чтобы более глубоко понять влияние социальных сетей на материнские обязанности и сделать выводы о том, как эффективно поддерживать сбалансированное и здоровое использование интернет-технологий в материнстве.

Одной из возможных рекомендаций может быть создание специальных программ поддержки и обучения для женщин, совмещающих работу в онлайн-сфере и материнство, чтобы помочь им эффективно управлять своим временем, снять психологическую нагрузку и повысить уровень информационной безопасности. Кроме того, важно разрабатывать и внедрять социальные программы, направленные на улучшение качества межличностных отношений в условиях цифровизации, чтобы укрепить социальную поддержку и связь между людьми. Также необходимо развигать меры защиты от онлайн-угроз и повышать информированность женщин о возможных рисках и методах их предотвращения.

В целом дальнейшая работа в области исследования последствий цифровизации в сфере материнства позволит более глубоко понять эти процессы и разработать эффективные стратегии для создания устойчивых и благоприятных условий для женщин, совмещающих материнство и работу в онлайн-сфере.

Список литературы

Гаврилица О.А. Ролевой конфликт работающей женщины: дис. ... канд. психол. наук. Москва, 1998. 185 с.

Исупова О., Уткина В. Почему женщинам трудно совмещать карьеру и семью // Институт демографии им. А.Г. Вишневского: оф. сайт. 6.03.2017. <https://www.hse.ru/demo/news/203444185.html>

Каждая девятая мама в России отказывается от декретного отпуска в пользу выхода на работу // Социологические опросы. 21.06.2024. <https://www.superjob.ru/research/articles/114731/kazhdaya-devyataya-mama>

v-rossii-otkazyvaetsya-ot-dekretnogo-otpuska-v-polzuyehoda-na-rabotu/ (дата обращения: 25.02.2025).

Крошилин С.В. Гуглизация сознания молодежи // Цифровое общество как культурно-исторический контекст развития человека: сб. науч. ст. и материалы междунар. конф. 2018. С. 194–199.

Мотовилова А.Д., Фатеев А.Р., Нижельская Ю.А. Влияние социальных сетей на межличностную коммуникацию // Вестник науки. 2023. № 11 (68). С. 545–549.

Пачколина А.В. Проблема ролевого внутриличностного конфликта работающей женщины // Психолог. 2022. № 3. С. 60–67. https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=38017

Салморбекова Р.Б., Жакишылыкова Т.А., Мырзалиева Т. Уровень интернет-зависимости у подростков и молодежи в Кыргызстане // Социальная политика и социальное партнерство. 2023. № 10. С. 670–678. <https://doi.org/10.33920/pol-01-2310-08>.

Солдатова Г.У., Нестик Т.А., Рассказова Е.И., Дорохов Е.А. Психодиагностика технофобии и технофилии: разработка и апробация опросника отношения к технологиям для подростков и родителей // Социальная психология и общество. 2021. № 4 (12). С. 170–188. <https://doi.org/10.17759/sps.2021120410>

Труфанова Е.О. Информационное перенасыщение: ключевые проблемы // Философские проблемы информационных технологий и киберпространства. 2019. № 1 (16). С. 4–21.

Щербаков А.И. Инфобизнес как виртуальный фактор экономического роста // СибСкрипт. 2011. № 3. <https://cyberleninka.ru/article/n/infobiznes-kak-virtualnyy-faktor-ekonomicheskogo-rosta> (дата обращения: 13.02.2025).

Begum K., Susila Dr. Techniques adopted in resolving role conflict of working women. International Journal of Engineering Applied Sciences and Technology, 2019, vol. 4, pp. 180–183. <https://doi.org/10.33564/IJEAST.2019.v04i05.026>.

Çalhan C., Göksu İ. An effort to understand parents' media mediation roles and early childhood children's digital game addiction tendency: A descriptive correlational survey study. Education and Information Technologies, 2023, no. 41, pp. 43–64. doi.org/10.1080/15228835.2023.2169855

Facca D., Hall J., Hiebert B., Donelle L. Understanding the Tensions of “Good Motherhood” Through Women's Digital Technology Use: Descriptive Qualitative Study. JMIR Pediatr Parent, 2023, 25:6:e48934. <https://doi.org/10.2196/48934>.

Gibson L. and Vicki L. Hanson. Digital motherhood: how does technology help new mothers? In Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems (CHI '13). Association for Computing Machinery, 2023, pp. 313–322. <https://doi.org/10.1145/2470654.2470700>

Jo H., Baek E.-M. Exploring the dynamics of mobile app addiction: the interplay of communication, affective factors, flow, perceived enjoyment, and habit. *BMC Psychol*, 2023, vol. 11. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01440-8>

Peng M., Xu Z. and Huang H. How Does Information Overload Affect Consumers' Online Decision Process? An Event-Related Potentials Study. *Front. Neurosci*, 2021, 15:695852. <https://doi.org/10.3389/fnins.2021.695852>

Sakakihara A., Haga C., Kinjo A., Osaki Y. Association between mothers' problematic Internet use and maternal recognition of child abuse. *Child abuse & neglect*, 2019, no. 96. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2019.104086>.

References

Gavrilicz O.A. *Rolevoj konflikt rabotayushhej zhenshiny*: dis. ... kand. psihol. nauk. [Role conflict of a working woman: Cand. of Psychology Dissertation]. Moscow, 1998, 185 p. (In Russ.)

Isupova O., Utkina V. *Pochemu zhenshchinam trudno sovmeshchat' kar'eru i sem'yu* [Why is it difficult for women to combine career and family]. *Institut demografii im. A.G. Vishnevskogo* [A.G. Vishnevsky Institute of Demography: official website]. 6.03.2017. URL: <https://www.hse.ru/demo/news/203444185.html> (In Russ.)

Kazhdaya devyataya mama v Rossii otkazyvaetsya ot dekretного отпуска v pol'zu vyhoda na rabotu [Every ninth mother in Russia refuses maternity leave in favor of going to work]. *Sociologicheskie oprosy* [Sociological surveys]. 21.06.2024. URL: <https://www.superjob.ru/research/articles/114731/kazhdaya-devyataya-mama-v-rossii-otkazyvaetsya-ot-dekretного-otpuska-v-polzu-vyhoda-na-rabotu/> (access date: 25.09.2024). (In Russ.)

Kroshilin S.V. *Guglizatsiya soznaniya molodezhi* [Googleization of youth consciousness]. *Cifrovoe obshchestvo kak kul'turno-istoricheskij kontekst razvitiya cheloveka: sb. nauch. st. i materialov mezhdunar. konf.* [Digital society as a cultural and historical context of human development: Collection of scientific articles and materials of the international conference], 2018, pp. 194–199. (In Russ.)

Motovilova A.D., Fateev A.R., Nizhel'skaya Yu.A. *Vliyanie social'nyh setej na mezhlichnostnyuyu kommunikaciyu* [The influence of social networks on interpersonal communication]. *Vestnik nauki* [Bulletin of science], 2023, no. 11 (68), pp. 545–549. (In Russ.)

Pachkolina A.V. *Problema rolevogo vnutrichnostnogo konflikta rabotayushhej zhenshchiny* [The problem of role intrapersonal conflict of a working woman]. *Psiholog* [Psychologist], 2022, no. 3, pp. 60–67. <https://doi.org/10.25136/2409-8701.2022.3.38017>. EDN: ZCVCII. URL: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=38017. (In Russ.)

Shherbakov A.I. *Infobiznes kak virtual'nyj faktor e'konomicheskogo rosta* [Infobusiness as a virtual factor of economic growth]. *SibSkript*, 2011, no. 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/infobiznes-kak-virtualnyy-faktor-ekonomicheskogo-rosta> (access date: 13.04.2024). (In Russ.)

Salmorbekova. R.B., Zhakshylykova T.A., Myrzaliev T. *Uroven' internet-zavisimosti u podrostkov i molodezhi v Kyrgyzstane* [The level of Internet addiction among adolescents and youth in Kyrgyzstan]. *Social'naya psixologiya i obshchestvo* [Social policy and Social Partnership], 2023, no. 10, pp. 670–678. <https://doi.org/10.33920/pol-01-2310-08>. (In Russ.)

Soldatova G.U., Nestik T.A., Rasskazova E.I., Doroxov E.A. *Psixodiagnostika texnofobii i texnofilii: razrabotka i aprobatsiya oprosnika otnosheniya k texnologiyam dlya podrostkov i roditelej* [Psychodiagnostics of technophobia and technophilia: development and testing of a questionnaire on attitudes towards technology for adolescents and parents]. *Social'naya psixologiya i obshchestvo* [Social Psychology and Society], 2021, vol. 12, no. 4, pp. 170–188. <https://doi.org/10.17759/sps.2021120410> (In Russ.)

Trufanova E.O. *Informacionnoe perenasyschenie: klyuchevye problemy* [Information glut: key problems]. *Filosofskie problemy informacionnyh tekhnologij i kiberprostranstva* [Philosophical problems of information technologies and cyberspace], no. 1 (16), 2019, pp. 4–21. (In Russ.)

Begum K., Susila Dr. Techniques adopted in resolving role conflict of working women. *International Journal of Engineering Applied Sciences and Technology*, 2019, vol. 4, pp. 180–183. <https://doi.org/10.33564/IJEAST.2019.v04i05.026>.

Çalhan C., Göksu İ. An effort to understand parents' media mediation roles and early childhood children's digital game addiction tendency: A descriptive correlational survey study. *Education and Information Technologies*, 2023, no. 41, pp. 43–64. doi.org/10.1080/15228835.2023.2169855

Facca D., Hall J., Hiebert B., Donelle L. Understanding the Tensions of “Good Motherhood” Through Women's Digital Technology Use: Descriptive Qualitative Study. *JMIR Pediatr Parent*, 2023, 25:6:e48934. <https://doi.org/10.2196/48934>.

Gibson L. and Vicki L. Hanson. Digital motherhood: how does technology help new mothers? In *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems (CHI '13)*. Association for Computing Machinery, 2023, pp. 313–322. <https://doi.org/10.1145/2470654.2470700>

Jo H., Baek E.-M. Exploring the dynamics of mobile app addiction: the interplay of communication, affective factors, flow, perceived enjoyment, and habit. *BMC Psychol*, 2023, vol. 11. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01440-8>

Peng M., Xu Z. and Huang H. How Does Information Overload Affect Consumers' Online Decision Process? An Event-Related Potentials Study. *Front. Neurosci.*, 2021, 15:695852. <https://doi.org/10.3389/fnins.2021.695852>

Sakakihara A., Haga C., Kinjo A., Osaki Y. Association between mothers' problematic Internet use and maternal recognition of child abuse. *Child abuse &*

neglect, 2019, no. 96. <https://doi.org/10.1016/j.chia-bu.2019.104086>.

Статья поступила в редакцию 13.05.2025; одобрена после рецензирования 19.06.2025; принята к публикации 19.06.2025.

The article was submitted 13.05.2025; approved after reviewing 19.06.2025; accepted for publication 19.06.2025.