

Научная статья
УДК 159.9.072:378.1
<https://doi.org/10.23951/2307-6127-2022-3-194-207>

СВЯЗИ ЗАВИСИМОСТИ СТУДЕНТОВ ОТ СМАРТФОНА С ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ НЕБЛАГОПОЛУЧИЕМ

Виктор Павлович Шейнов¹, Александр Иванович Тарелкин²

¹ Республиканский институт высшей школы, Минск, Республика Беларусь, sheinov1@mail.ru

² Белорусско-Российский университет, Могилев, Республика Беларусь, tarelkin1@tut.by

Аннотация

Негативные последствия зависимости от смартфона (тревожность, депрессия, стресс, неудовлетворенность жизнью и др.) способствуют психологическому неблагополучию ее жертв. Цель исследования – выявить у студентов, юношей и девушек, предполагаемые связи зависимости от смартфона с импульсивностью, нарциссизмом, неассертивностью, незащищенностью от манипуляций, зависимостью от социальных сетей и ее факторами. У юношей и девушек имеют место статистически значимые связи зависимости от смартфона: положительные – с импульсивностью, зависимостью от социальных сетей и всеми ее факторами («Психологическое состояние», «Коммуникация», «Получение информации») и отрицательная – с ассертивностью. У юношей – положительная связь зависимости от смартфона с проблемами со сном и отрицательные связи с нарциссизмом, настроением, а у девушек – положительная связь с тягой к курению. У девушек зависимость от смартфона статистически значимо выше зависимости от смартфона юношей. В наибольшей степени зависимости от смартфона способствует фактор «Потеря контроля». Положительная связь зависимости от смартфона с импульсивностью и зависимостью от социальных сетей аналогична полученным ранее зарубежным результатам. Установленные связи зависимости от смартфона женщин и мужчин с неассертивностью и со всеми факторами зависимости от социальных сетей являются новыми как для отечественных, так и для зарубежных исследований. Полученные в данном исследовании результаты могут быть использованы кураторами, психологами и социальными педагогами вуза для разъяснительной работы студентам об опасностях чрезмерного увлечения смартфоном.

Ключевые слова: зависимость от смартфона, импульсивность, ассертивность, нарциссизм, зависимость от социальных сетей, незащищенность от манипуляций, студенты, юноши, девушки

Для цитирования: Шейнов В. П., Тарелкин А. И. Связи зависимости студентов от смартфона с психологическим неблагополучием // Научно-педагогическое обозрение (Pedagogical Review). 2022. Вып. 3 (43). С. 194–207. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2022-3-194-207>

Original article

CONNECTION BETWEEN STUDENTS' SMARTPHONE ADDICTION AND PSYCHOLOGICAL DISTRESS

Viktor P. Sheynov¹, Aleksandr I. Tarelkin²

¹ Republican Institute of Higher Education, Minsk, Republic of Belarus, sheinov1@mail.ru

² Belarusian-Russian University, Mogilev, Republic of Belarus, tarelkin1@tut.by

Abstract

Smartphone addiction has become widespread in society. As a result of studying the personality traits and mental states of smartphone addicts, many negative consequences of this addiction have been identified that negatively affect the psychological well-being of its victims. The negative

consequences of smartphone addiction (anxiety, depression, stress, dissatisfaction with life, etc.) contribute to the psychological distress of its victims. The purpose of the study is to identify in students, boys and girls, the alleged links between smartphone addiction and impulsivity, narcissism, lack of assertiveness, vulnerability to manipulation, dependence on social networks and its factors. Boys and girls have statistically significant relationships of smartphone addiction: positive - with impulsivity, addiction to social networks and all its factors («Psychological state», «Communication», «Receiving information») and negative - with assertiveness. Boys also have a positive relationship between smartphone addiction and sleep problems and negative relationships with narcissism and mood, while girls have a positive relationship with cravings for smoking. In girls, dependence on a smartphone is statistically significantly higher than dependence on a smartphone in boys. The “Loss of control” factor contributes to the greatest degree of dependence on the smartphone. The positive relationship between smartphone addiction and impulsivity and social media addiction is similar to the previously obtained foreign results. Established links between women and men depending on the smartphone with non-assertiveness and with all factors of dependence on social networks are new, both for domestic and foreign studies. The results obtained in this study can be used by curators, psychologists and social educators of the university to explain to students about the dangers of excessive smartphone use. The presence of a high degree of dependence on a smartphone may signal to these professionals the need to provide appropriate targeted assistance.

Keywords: *smartphone addiction, impulsivity, assertiveness, narcissism, social media addiction, vulnerability to manipulation, students, males, females*

For citation: Sheinov V. P., Tarelkin A. I. Connection Between Students’ Smartphone Addiction and Psychological Distress [Svyazi zavisimosti studentov ot smartfona s psikhologicheskim neblagopoluchiyem]. *Nauchno-pedagogicheskoye obozreniye – Pedagogical Review*, 2022, vol. 3 (43), pp. 194–207. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2022-3-194-207>

Зависимость от смартфона получила в обществе большое распространение. Так, на российской выборке обнаружено, что «95,5 % молодых людей продемонстрировали средний уровень зависимости, 2,7 % – высокий уровень, а 0,6 % – очень высокий» [1, с. 165].

Зависимость от смартфона имеет множество негативных проявлений [2–7]. Одно из них – постоянно прикованное внимание к этому гаджету. «По данным изучения Google, пользователь проверяет мобильный телефон в среднем 150 раз в сутки, затрачивая на это около 177 мин. Длительность каждого сеанса составляет примерно 1 мин 10 с» [2, с. 6].

Зависимость от смартфона как самая массовая в числе немедицинских зависимостей вызвала большое количество исследований этого феномена. В результате изучения личностных свойств и психических состояний у страдающих зависимостью от смартфона выявлено немало негативных последствий этой зависимости, отрицательно влияющих на психологическое благополучие ее жертв.

Зависимость от смартфона негативно влияет на психологическое благополучие, поскольку эта зависимость усиливает *тревожность, депрессию, импульсивность* [8].

Действительно, установлено, что «зависимость от смартфона положительно коррелирует с тревожностью, депрессией, стрессом и отрицательно связана с самоконтролем и удовлетворенностью жизнью. Зависимость от смартфона женщин статистически значимо превосходит зависимость от смартфона мужчин. Обнаружена значимая положительная связь тяги к курению у мужчин с зависимостью от смартфона» [9, с. 97].

Зависимость от смартфона «напрямую связана с депрессией, тревожностью, стрессом, снижением самооценки и самоконтроля, с проблемами со здоровьем, сном, с качеством жизни и удовлетворенностью ею, сложностями в семье, снижением успеваемости учащихся и студентов, уменьшением производительности труда и опасностью стать жертвой кибербуллинга» [10, с. 174].

В ряде исследований показано, что зависимость от смартфона положительно коррелирует с *импульсивностью* [11–16]. При этом большая импульсивность приводит к большей зависимости от смартфонов [17].

К факторам психологического неблагополучия относится и *нарциссизм*. Установленная в предыдущих исследованиях связь зависимости от смартфона с нарциссизмом оказалась неоднозначной: одни авторы обнаружили прямую связь между ними, другие – обратную, у третьих – зависимость от смартфона оказалась противоположно связанной с различными видами нарциссизма.

Так, показано, что смартфоны «поощряют» нарциссизм даже у ненарциссических пользователей» [18, с. 18]. При этом больший нарциссизм был связан с проблемным использованием смартфона как мужчинами, так и женщинами [19].

Высокий уровень нарциссизма является предиктором зависимости от мобильных телефонов [20]. Результаты другого исследования указывают на связь между патологическим нарциссизмом и проблемным использованием смартфона [21]. Выявлено также, что нарциссизм положительно связан с компульсивным использованием смартфона [22]. Поэтому в будущих исследованиях рекомендуется рассматривать зависимость от мобильных телефонов как фактор риска нарциссического расстройства личности [23].

Однако результаты другого исследования показали обратную связь между использованием смартфона и нарциссизмом, а также между использованием смартфона и средним баллом в учебе [24].

Возможно, разные виды нарциссизма действуют разнонаправленно: зависимость от мобильного телефона отрицательно связана с явным нарциссизмом и положительно связана с неявным нарциссизмом [25]. Скрытый нарциссизм оказался в числе факторов, влияющих на зависимость от смартфона [26].

Наличие связей зависимости от смартфона с представленными выше личностными свойствами означает, что эта зависимость может сказываться на взаимоотношениях ее жертвы с окружающими. Например, на степени неассертивности поведения, поскольку «ассертивное поведение является ситуативным, то есть человек может демонстрировать ассертивное поведение в одной ситуации, но неассертивное – в другой» [27, с. 35].

«Ассертивное поведение – наиболее конструктивный способ межличностного взаимодействия, являющийся альтернативой деструктивным способам – манипуляции и агрессии. Основные принципиальные положения понятий «ассертивность» и «ассертивное поведение» представлены в следующем определении: «Ассертивность – это способность человека уверенно и с достоинством отстаивать свои права, не попирая при этом прав других. Ассертивным называется прямое, открытое поведение, не имеющее целью причинить вред другим людям» [27, с. 35]. Поэтому представляет интерес ответ на вопрос, влияет ли зависимость от смартфона на ассертивность его пользователя.

В предыдущих исследованиях установлено, что проявления зависимости от смартфона у женщин и мужчин отличаются [9, 10]. Различаются они как в ассертивности [28, с. 115], так и в степени незащищенности от манипуляций: «женщины в целом лучше мужчин защищены от манипуляций» [29, с. 153]. Поэтому и связи между указанными свойствами личности и зависимостью от смартфона могут зависеть от пола и, следовательно, должны изучаться отдельно для женщин и для мужчин.

Цель данного исследования – выявить у студентов, юношей и девушек, предполагаемые связи зависимости от смартфона с признаками психологического неблагополучия: импульсивностью, неассертивностью, нарциссизмом, зависимостью от социальных сетей и ее факторами.

В исследовании приняли участие студенты МОУ ВО «Белорусско-Российский университет», анонимно ответившие на вопросы в процессе тестирования в студенческих группах на 1–3-х курсах специальностей технического («промышленное и гражданское строительство», «автомобиль-

ные дороги») и экономического («финансы и кредит», «электронный маркетинг», «транспортная логистика», «экономика и управление на предприятии») профилей. Всего использованы данные ответов 227 испытуемых в возрасте от 17 лет до 21 года, в том числе 124 юношей ($M = 18,03$ лет, $SD = 1,161$) и 103 девушек ($M = 18,3$, $SD = 1,128$).

Зависимость от смартфона диагностировалась короткой версией САС-16 опросника «Шкала зависимости от смартфона», надежность и валидность которой доказана [9].

Психометрические характеристики опросника САС-16: стандартизованная Альфа Кронбаха для матрицы ответов 447 женщин на 16 заданий опросника равна 0,749, для 243 мужчин – 0,746, что свидетельствует о хорошей внутренней согласованности САС-16 для женщин и мужчин; удаление любого задания приводит к ухудшению внутренней согласованности опросника. Его ретестовая надежность проверена повторным тестированием с интервалом в один месяц: корреляция между первым и вторым тестом равна 0,855 ($p \leq 0,001$) [9].

Ассертивность диагностировалась опросником А26, удовлетворяющим требованиям надежности и валидности [28]. Психометрические характеристики А26: стандартизованная Альфа Кронбаха для матрицы ответов на 26 заданий опросника равна 0,911 ($p \leq 0,001$), ретестовая надежность с интервалом в один месяц $R = 0,832$, $p \leq 0,001$ [28, с. 109–110].

Незащищенность от манипуляций измерялась опросником НЗМ «Оценка степени незащищенности индивида от манипулятивных воздействий» [29].

Психометрические характеристики опросника НЗМ: стандартизованная Альфа Кронбаха для матрицы ответов на 20 заданий опросника равна 0,772 ($p \leq 0,001$), корреляция между первым и вторым тестом при тестировании четырех групп с интервалом в 4–8 недель находится в пределах $0,771 \leq R \leq 0,923$ ($p \leq 0,001$) [29, с. 151].

Зависимость от социальных сетей измерялась авторским опросником ЗСС-15, надежность и валидность которого доказана [30]. Психометрические характеристики опросника ЗСС-15: стандартизованная Альфа Кронбаха для матрицы ответов 514 испытуемых на 15 заданий опросника оказалась равной 0,858, что свидетельствует о хорошей внутренней согласованности теста. Ретестовая надежность проверена повторным тестированием с интервалом в один месяц: корреляция между первым и вторым тестом $r = 0,811$, $p \leq 0,001$.

Импульсивность оценивали с помощью «Методики диагностики потенциала коммуникативной импульсивности», предложенной В. А. Лосенковым [31]. Импульсивность – это черта личности, противоположная волевым качествам целеустремленности и настойчивости. Высокий уровень импульсивности характеризует человека с недостаточным самоконтролем в общении и деятельности.

Оценка уровня *нарциссизма* осуществлялась опросником (шкалой) Е. Кот (TestyOnline.ru/persona/nartsiss-li-vy/). Поскольку нам не удалось найти публикацию с доказательством надежности и валидности данного теста, мы провели его проверку (статья в печати).

В данном исследовании использована также статистически состоятельная «трехфакторная модель зависимости от смартфона, включающая факторы: «Потеря контроля» над собой, «Страх отказа» использовать смартфон, «Эйфория» от пользования смартфоном. Все три фактора, формирующие зависимость от смартфона, возрастают с уменьшением возраста» [10, с. 174].

Использована в исследовании и факторная модель зависимости от социальных сетей, которая позволяет сопоставить ее факторы с зависимостью от смартфона. Структура зависимости от социальных сетей представлена тремя факторами: «Психологическое состояние» пользователя сети, его «Коммуникация» и «Получение информации» [32].

Также в исследование включены вопросы, отражающие доминирующее настроение респондентов («плохое», «скорее плохое», «скорее хорошее», «хорошее»), наличие проблем со сном («нет», «небольшие», «серьезные») и тягу к курению («отсутствует», «слабая», «средняя», «сильная»).

Статистический анализ осуществлялся с помощью пакета SPSS-22. Принят уровень значимости $p = 0,05$.

Для решения вопроса о том, какими критериями исследовать предполагаемые связи зависимости от смартфона, мы проверили изучаемые выборки на их соответствие нормальному закону распределения.

Проверка изучаемых выборок критерием Колмогорова – Смирнова показала, что часть выборок, представляющих изучаемые качества, распределены нормально (зависимость от смартфона – опросник САС-16, импульсивность, ассертивность, незащищенность от манипуляций – НЗМ), но распределение других отлично от нормального (зависимость от социальных сетей – ЗСС-15, нарциссизм, возраст, а также все факторы зависимостей от смартфона и от социальных сетей и ответы на дополнительные вопросы). Поэтому для определения возможных связей между зависимостью от смартфона и свойствами личности вычисляем корреляции между ними по параметрическому критерию Пирсона и непараметрическому ранговому критерию Кендалла (см. табл. 1–3), выбирая для вывода в каждом случае ту из корреляций, для которой соблюдены (или не соблюдены) условия нормальности распределения выборок в каждой исследуемой паре переменных.

В табл. 1–3 представлены результаты вычисления соответствующих корреляций в выборках юношей, девушек и объединенной выборке.

Таблица 1

*Корреляции зависимости от смартфона с состояниями и свойствами личности
(юноши и девушки, $n = 227$)*

	Возраст	Настроение	Курение	НЗМ	Импульсивность
Корреляции Пирсона	-,054	-,250**	,275	-,069	,510**
Значимость (2-сторонняя)	,418	,000	,218**	,302	,000
Корреляции Кендалла	-,006	-,185**	,001	-,048	,375**
Значимость (2-сторонняя)	,912	,001	,141**	,303	,000
	Потеря контроля	Страх отказа	Эйфория	ЗСС	Психологическое состояние
Корреляции Пирсона	,877**	,759**	,798**	,717**	,711**
Значимость (2-сторонняя)	,000	,000	,000	,000	,000
Корреляции Кендалла	,718**	,592**	,615**	,517**	,538**
Значимость (2-сторонняя)	,000	,000	,000	,000	,000
	Коммуникация	Информация	Ассертивность	Нарциссизм	Сон
Корреляции Пирсона	,550**	,465**	-,284**	-,082	,197**
Значимость (2-сторонняя)	,000	,000	,000	,221	,003
Корреляции Кендалла	,398**	,321**	-,224**	-,092*	,168**
Значимость (2-сторонняя)	,000	,000	,000	,048	,002

Примечание. Здесь и далее в таблицах: ЗСС-15 – опросник зависимости от социальных сетей, НЗМ – незащищенность от манипуляций, ** – корреляция (2-сторонняя) значима на уровне 0,01; * – корреляция (2-сторонняя) значима на уровне 0,05.

Таблица 1 свидетельствует о том, что в общей выборке юношей и девушек корреляции Пирсона и Кендалла показывают одни и те же связи, отличаясь лишь количественно.

Представленные в табл. 1 результаты показывают наличие статистически значимых связей зависимости от смартфона: отрицательных – с ассертивностью, настроением и положительных – с импульсивностью, зависимостью от социальных сетей и всеми ее факторами («Психологическое состояние», «Коммуникация», «Получение информации»), проблемами со сном и тягой к курению.

Величина корреляций Кендалла свидетельствует о том, что наибольшее влияние на зависимость от смартфона оказывает фактор «Потеря контроля». Хотя к такому же выводу приводит и корреляция Пирсона, вывод необходимо делать по непараметрическому критерию Кендалла, поскольку распределение факторов зависимости от смартфона отличается от нормального.

Показанная в таблице 1 положительная связь зависимости от смартфона с импульсивностью соответствует связи, выявленной зарубежными исследователями [11–17], а полученная положительная связь с зависимостью от социальных сетей также аналогична полученному ранее зарубежному результату [33].

Установленные здесь связи зависимости от смартфона с неассертивностью и со всеми факторами зависимости от социальных сетей являются новыми.

Не подтвердилось в общей выборке предположение о возможной связи зависимости от смартфона с незащищенностью от манипуляций.

Поскольку распределение возраста испытуемых отлично от нормального, то возможная связь зависимости от смартфона с возрастом должна определяться в зависимости от статистической значимости соответствующей ранговой корреляции. Последняя (по Кендаллу) оказалась статистически незначимой. Поэтому, опираясь только на результаты корреляционного анализа, невозможно утверждать о наличии связи зависимости от смартфона с возрастом.

Выявленная рядом зарубежных исследователей [18–26] *положительная* связь зависимости от смартфона с нарциссизмом не нашла подтверждения в общей выборке юношей и девушек. То, что получена слабая отрицательная корреляция, находит объяснение при рассмотрении отдельно этой связи у юношей и девушек, поскольку при объединении женской выборки с мужской в единую выборку может оказаться, что связи, имеющие место в подвыборках, могут «раствориться» в общей выборке (например, если они разнонаправлены в них).

Поэтому вычислим все корреляции отдельно для юношей и девушек.

Таблица 2

Корреляции зависимости от смартфона с состояниями и свойствами личности (юноши, n = 124)

	Возраст	Настроение	Курение	НЗМ	Импульсивность
Корреляции Пирсона	-,092	-,326**	,130	-,087	,619**
Значимость (2-сторонняя)	,311	,000	,150	,338	,000
Корреляции Кендалла	-,041	-,237**	,090	-,050	,461**
Значимость (2-сторонняя)	,559	,001	,206	,428	,000

	Потеря контроля	Страх отказа	Эйфория	ЗСС	Психологическое состояние
Корреляции Пирсона	,896**	,753**	,813**	,702**	,684**
Значимость (2-сторонняя)	,000	,000	,000	,000	,000
Корреляции Кендалла	,739**	,616**	,661**	,544**	,587**
Значимость (2-сторонняя)	,000	,000	,000	,000	,000
	Коммуникация	Информация	Ассертивность	Нарциссизм	Сон
Корреляции Пирсона	,466**	,528**	-,376**	-,190*	,268**
Значимость (2-сторонняя)	,000	,000	,000	,035	,003
Корреляции Кендалла	,355**	,384**	-,265**	-,159*	,217**
Значимость (2-сторонняя)	,000	,000	,000	,012	,003

Представленные в табл. 2 результаты показывают наличие статистически значимых связей зависимости юношей от смартфона, аналогичных общему случаю (*отрицательных* – с ассертивностью, настроением и *положительных* – с импульсивностью, зависимостью от социальных сетей и всеми ее факторами («Психологическое состояние», «Коммуникация», «Получение информации»), за исключением тяги к курению, которая у юношей оказалась не связанной с зависимостью от смартфона, а также и совпадающее отсутствие связей с возрастом, незащищенностью от манипуляций.

Аналогично выводу для общей выборки юношей и девушек наибольшее влияние на зависимость юношей от смартфона оказывает фактор «Потеря контроля».

Отрицательная связь зависимости от смартфона с нарциссизмом объясняет аналогичный результат в общей выборке юношей и девушек. То, что в последней получена слабая связь, находит объяснение при рассмотрении выборки девушек, в которой эта связь отсутствует.

Как и в случае объединенной выборки юношей и девушек, полученные связи зависимости от смартфона с импульсивностью и зависимостью от социальных сетей соответствуют аналогичным связям, установленным в зарубежных исследованиях.

Выявленные в данном исследовании связи зависимости от смартфона юношей с неассертивностью и со всеми факторами зависимости от социальных сетей являются новыми.

Таблица 3

Корреляции зависимости от смартфона с состояниями и свойствами личности (девушки, n = 103)

	Возраст	Настроение	Курение	НЗМ	Импульсивность
Корреляции Пирсона	-,044	-,128	,418**	,053	,331**
Значимость (2-сторонняя)	,657	,199	,000	,592	,001
Корреляции Кендалла	,000	-,091	,268**	,023	,243**
Значимость (2-сторонняя)	,998	,255	,001	,740	,000

	Потеря контроля	Страх отказа	Эйфория	ЗСС	Психологическое состояние
Корреляции Пирсона	,845**	,758**	,764**	,732**	,740**
Значимость (2-сторонняя)	,000	,000	,000	,000	,000
Корреляции Кендалла	,702**	,542**	,531**	,473**	,463**
Значимость (2-сторонняя)	,000	,000	,000	,000	,000

	Коммуникация	Информация	Ассертивность	Нарциссизм	Сон
Корреляции Пирсона	,636**	,361**	-,255*	,080	,105
Значимость (2-сторонняя)	,000	,000	,118	,419	,293
Корреляции Кендалла	,431**	,218**	-,172*	,006	,104
Значимость (2-сторонняя)	,000	,002	,013	,927	,202

Представленные в табл. 3 результаты показывают наличие статистически значимых связей зависимости девушек от смартфона: *отрицательных* – с ассертивностью и *положительных* – с импульсивностью, тягой к курению, зависимостью от социальных сетей и всеми ее факторами («Психологическое состояние», «Коммуникация», «Получение информации»). Но нет связи с настроением и проблемами со сном.

Как и в предыдущих случаях, наибольшее влияние на зависимость девушек от смартфона оказывает фактор «Потеря контроля».

Аналогично ситуации в выборке юношей и объединенной выборке юношей и девушек полученные связи зависимости от смартфона с импульсивностью и зависимостью от социальных сетей соответствуют аналогичным связям, установленным в зарубежных исследованиях.

Показанные табл. 3 связи зависимости от смартфона девушек со всеми факторами зависимости от социальных сетей являются новыми.

Для выборки девушек не подтвердилась гипотеза о возможной связи зависимости от смартфона с незащищенностью от манипуляций. Таким образом, эта гипотеза не подтвердилась ни для одной группы испытуемых.

Выявленная рядом зарубежных исследователей положительная связь зависимости от смартфона с нарциссизмом не нашла подтверждение для девушек, а для юношей связь оказалась отрицательной.

Сравнение средних значений зависимости от смартфона юношей и девушек, произведенное с помощью t-критерия для равенства средних независимых выборок (в предположениях равных и неравных дисперсий), показало, что у девушек зависимость от смартфона (18,1) статистически значимо ($p \leq 0,31$) выше зависимости от смартфона юношей (15,7). Этот результат подтверждают ранее полученные выводы [9, 10].

Положительная и высокая связь зависимости от смартфона с *зависимостью от социальных сетей* вполне объяснима, поскольку студенты чаще входят в социальные сети и находятся в них посредством смартфона. При этом наибольшее влияние играют факторы «психическое состояние» и «потеря контроля», что свидетельствует о получении пользователями смартфона сиюминутного эмоционального удовлетворения.

В несколько меньшей степени зависимые от смартфона студенты при нахождении в социальных сетях прибегают к поиску информации. Данные зависимости указывают на некую «самодостаточную» функцию смартфона.

При этом юноши более прагматичны: для них, в отличие от девушек, поиск информации играет большую роль, чем коммуникация в социальных сетях. Это соотносится с общими представлениями о большем значении общения в жизни женщин и большей рациональности мужчин. Юноши, в частности, в большей степени используют смартфон для чтения политических новостей и больше заинтересованы в новостном контенте.

Отрицательная связь зависимостей от смартфона с асертивностью указывает на то, что уверенные в себе и самодостаточные студенты меньше зависят от онлайн. Им более интересны реальные взаимодействия с окружающими. Установленная отрицательная связь позволяет также предположить меньшую выраженность у данных студентов степени затрудненности общения, в частности застенчивости. Такие студенты «не бегут» в виртуальный мир от реальности и находят удовлетворение в непосредственных межличностных контактах. В большей степени это характерно для юношей, что подтверждает общее представление о большей доминантности мужчин.

Положительная связь зависимости от смартфона с импульсивностью свидетельствует о том, что зависимые студенты слабо рефлексируют при принятии тех или иных решений. Опасность подобной связи состоит в большей подверженности зависимых студентов различным деструктивным влияниям через Интернет. Они меньше осознают подобные влияния и принимают необдуманные спонтанные решения.

Зависимость от смартфона влияет на психическое состояние студентов. Так, выраженность зависимости от смартфона положительно связана с возникновением *проблем со сном* и доминирующим *плохим настроением* у юношей и сильной *тяги к курению* у девушек. Это может говорить о наличии у зависимых студентов психологических проблем и их общей поведенческой дезадаптации.

Полученные в данном исследовании результаты могут быть использованы кураторами, психологами и социальными педагогами вуза для разъяснительной работы со студентами об опасностях чрезмерного увлечения смартфоном.

Эти результаты также актуализируют вопрос о необходимости корректирующего воздействия на студентов со стороны кураторов, социально-педагогической и психологической службы и др.

При этом для диагностики зависимости от смартфона можно рекомендовать использованную в данном исследовании короткую версию САС-16 опросника «Шкала зависимости от смартфона», надежность и валидность которой доказана [9].

Наличие высокой степени зависимости от смартфона должно сигнализировать кураторам, психологам и социальным педагогам вуза о необходимости повышенного внимания к данному студенту, в частности исследования различных параметров затрудненного общения и внутриличностных конфликтов и оказания соответствующей адресной помощи.

У юношей и девушек установлены статистически значимые связи зависимости от смартфона: *отрицательные* – с асертивностью и *положительные* – с импульсивностью, зависимостью от социальных сетей и всеми ее факторами («Психологическое состояние», «Коммуникация», «Получение информации»).

У юношей также выявлены отрицательные связи зависимости от смартфона с нарциссизмом, настроением и положительная связь с проблемами со сном, а у девушек – положительная связь с тягой к курению.

У девушек зависимость от смартфона статистически значимо выше зависимости от смартфона юношей.

В наибольшей степени зависимости от смартфона способствует фактор «Потеря контроля».

Положительная связь зависимости от смартфона с импульсивностью и зависимостью от социальных сетей аналогичны полученным ранее зарубежным результатам.

Выявленная рядом зарубежных исследователей положительная связь зависимости от смартфона с нарциссизмом у русскоязычных студентов представлена в виде отрицательной связи у юношей.

Установленные связи зависимости от смартфона женщин и мужчин с неассертивностью и со всеми факторами зависимости от социальных сетей являются новыми как для отечественных, так и для зарубежных исследований.

Не подтвердилось предположение о возможной связи зависимости от смартфона с незащищенностью от манипуляций.

Полученные в данном исследовании результаты могут быть использованы кураторами, психологами и социальными педагогами вуза для разъяснительной работы студентам об опасностях чрезмерного увлечения смартфоном.

Наличие высокой степени зависимости от смартфона может сигнализировать указанным специалистам о необходимости оказания соответствующей адресной помощи.

Список литературы

1. Варламова С. Н., Гончарова Е. Р., Соколова С. Н. Интернет-зависимость молодежи мегаполисов: критерии и типология // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2015. № 2 (125). С. 165–182.
2. Градюшко А. А. Белорусские интернет-СМИ в контексте меняющегося медиапотребления // Журнал Белорусского гос. ун-та. Журналистика. Педагогика. 2018. № 1. С. 4–11.
3. Догадкина С. Б., Ермакова И. В., Шарапов А. Н. Вегетативное и гормональное обеспечение когнитивной деятельности детей (работа на смартфоне) в зависимости от психологических особенностей и типа вегетативной нервной активности // Новые исследования. 2020. № 2 (62). С. 15–32. doi: 10.46742/2072-8840-2020-62-2-15-32
4. Долгушин Д. В., Белова А. П., Борисова О. Е., Панкратова Д. А. К вопросу о номофобии: социально-психологическая зависимость студентов старших курсов // Инновационный потенциал развития общества: взгляд молодых ученых: сб. науч. ст. Всерос. науч. конф. перспективных разработок. Курск: Юго-Западный гос. ун-т, 2020. С. 233–235.
5. Крухмалева О. В., Крухмалев Е. В. Современные игровые устройства в жизни детей и подростков: социокультурный анализ // Культура и образование. 2017. № 2 (2). С. 47–60.
6. Пережогин Л. О. Программа психотерапевтической помощи несовершеннолетним, обнаруживающим признаки зависимости от интернета и мобильных устройств // Практическая медицина. 2019. Т. 17, № 3. С. 96–99.
7. Титова В. В. Киберпатология: результаты исследования и пути профилактики // Вестник Московского гос. областного ун-та. 2017. № 4. С. 12. doi: 10.18384/2224-0209-2017-4-849
8. Yang H. C., Kim Y. E. Intermittent Addiction and Double Sidedness of Thought Suppression: Effects of Student Smart Phone Behavior // The Journal of Distribution Science. 2015. Vol. 13 (9). P. 13–18. doi: 10.15722/JDS.13.9.201509.13
9. Шейнов В. П. Короткая версия опросника «Шкала зависимости от смартфона» // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2021. Т. 6, № 1. С. 97–115. URL: <http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document644.pdf> (дата обращения: 14.12.2021). doi: 10.38098/ipran.opwp.2021.18.1.005
10. Шейнов В. П., Девицын А. С. Факторная структура модели зависимости от смартфона // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2021. Т. 6, № 3 (23). С. 174–197. doi: 10.38098/ipran.sep_2021_23_3_07
11. Billieux J., Van der Linden M., Rochat L. The role of impulsivity in actual and problematic use of the mobile phone // Applied Cognitive Psychology. Vol. 22, Is. 9. P. 1195–1210. doi: 10.1002/acp.1429
12. Gecaite-Stonciene J., Saudargiene A., Prankeviciene A. et al. Impulsivity mediates associations between problematic internet use, anxiety, and depressive symptoms in students: a cross-sectional COVID-19 study // Front. Psychiatry. 2021. doi: 10.3389/fpsy.2021.634464

13. Jo H., Na E., Kim D.J. The relationship between smartphone addiction predisposition and impulsivity among Korean smartphone users // *Addiction Research & Theory*. 2018. Vol. 26, Is. 1. P. 77–84.
14. Kim Y., Jeong J. E., Cho H., Jung D. J., Kwak M., Rho M. J. Personality factors predicting smartphone addiction predisposition: Behavioral inhibition and activation systems, impulsivity, and self-control // *PloS one*. 2016. doi: 10.1371/journal.pone.0159788
15. Mei S., Chai J., Wang S.B., Ng C.H., Ungvari G.S. et al. Mobile phone dependence, social support and impulsivity in Chinese university students // *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2018. Vol. 15 (3). doi: 10.3390/ijerph15030504
16. Peterka-Bonetta J., Sindermann C., Elhai J. D., Montag Ch. Personality associations with smartphone and internet use disorder: A comparison study including links to impulsivity and social anxiety // *Front. Public Health*. Is. 11. doi: 10.3389/fpubh.2019.00127
17. Lee Y. J., Park J. H. The effect of use motives, self-control and social withdrawal on smartphone addiction // *Journal of Digital Convergence*. 2014. Vol. 12, Is. 8. P. 459–465.
18. Pearson C., Hussain Z. Smartphone use, addiction, narcissism, and personality: A mixed methods investigation // *Gaming and Technology Addiction: Breakthroughs in Research and Practice*. 2017. P. 18–29. doi: 10.4018/978-1-5225-0778-9.ch011
19. Giordano C., Salerno L., Pavia L., Cavani P. Magic mirror on the wall: selfie-related behavior as mediator of the relationship between narcissism and problematic smartphone use // *Clinical Neuropsychiatry*. 2019. Is. 16 (5-6). P. 197–205.
20. Błachnio A., Przepiórka A. Facebook intrusion, fear of missing out, narcissism, and life satisfaction: A cross-sectional study // *Psychiatry research*. 2018. Is. 259. P. 514–519.
21. Zerach G. Emptiness Mediates the Association Between Pathological Narcissism and Problematic Smartphone Use // *Psychiatr Q*. 2021. Is. 92. P. 363–373. doi: 10.1007/s11126-020-09803-9
22. Ksinan A. J., Mališ J., Vazsonyi A. T. Swiping away the moments that make up a dull day: Narcissism, boredom, and compulsive smartphone use // *Curr. Psychol*. 2021. Is. 40. P. 2917–2926. doi: 10.1007/s12144-019-00228-7
23. Heidarzadeh F., Kheradmand A. Relationship between mobile phone addiction and Narcissistic personality disorder among medical students // *Arch Clin Psychiatry*. 2021. Is. 48 (1). P. 24–28.
24. Reid A. J., Thomas C. N. A Case Study in Smartphone Usage and Gratification in the Age of Narcissism // *International Journal of Technology and Human Interaction (IJTHI)*. 2017. Is. 13 (2). P. 17. doi: 10.4018/IJTHI.2017040103
25. Kong F., Tang F., Zhang H. et al. Does Downward Social Comparisons Affect Mobile Phone Addiction? Narcissism Matters! // *J. Technol. Behav. Sci*. 2020. Is. 5. P. 266–272. doi: 10.1007/s41347-020-00136-9
26. Lee Y. C., Kim N., Kwon S. J., Kim B. The effects of adult attachment and covert narcissism on smartphone addiction in college students // *Science of Emotion and Sensibility*. 2020. Vol. 23, Is. 1. P. 103–112.
27. Шейнов В. П. Детерминанты ассертивного поведения // *Психол. журнал*. 2015. Т. 36, № 8. С. 28–37. URL: <https://naukarus.com/determinanty-assertivnogo-povedeniya> (дата обращения: 14.12.2021).
28. Шейнов В. П. Разработка теста ассертивности, удовлетворяющего требованиям надежности и валидности // *Вопросы психологии*. 2014. № 2. С. 107–116.
29. Шейнов В. П. Разработка опросника для оценки степени незащищенности индивида от манипулятивных воздействий // *Вопросы психологии*. 2012. № 4. С. 147–154.
30. Шейнов В. П., Девицын А. С. Разработка надежного и валидного опросника зависимости от социальных сетей // *Системная психология и социология*. 2021. № 2 (38). С. 41–55. doi: 10.25688/2223-6872.2021.38.2.04
31. Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2002. 339 с.
32. Шейнов В. П., Девицын А. С. Трехфакторная модель зависимости от социальных сетей // *Российский психол. журнал*. 2021. № 3. С. 145–158.
33. Jeong S. H., Kim H. J., Yum J. Y., Hwang Y. What type of content are smartphone users addicted to?: SNS vs. games // *Computers in Human Behavior*. 2016. Is. 54. P. 10–17.

References

1. Varlamova S. N., Goncharova E. R., Sokolova S. N. Internet-zavisimost' molodezhi megapolisov: kriterii i tipologiya [Internet addiction of the youth of megacities: criteria and typology]. *Monitoring obshchestvennogo*

- mneniya: ekonomicheskkiye i sotsial'nye peremeny – Public opinion monitoring: economic and social changes*, 2015, no 2 (125), pp.165–182 (in Russian).
2. Gradyushko A. A. Belorusskiye internet-SMI v kontekste menyayushchegosya mediapotrebleniya [Belarusian Internet media in the context of changing media consumption]. *Zhurnal Belorusskogo gosudarstvennogo universiteta. Zhurnalistika. Pedagogika – Belarusian State University Journal. Journalism. Pedagogy*, 2018, no. 1, pp. 4–11 (in Russian).
 3. Dogadkina S. B., Ermakova I. V., Sharapov A. N. Vegetativnoye i gormonal'noye obespecheniye kognitivnoy deyatelnosti detey (rabota na smartfone) v zavisimosti ot psikhologicheskikh osobennostey i tipa vegetativnoy nervnoy aktivnosti [Vegetative and hormonal support of cognitive activity of children (smartphone activities) depending on psychological characteristics and type of vegetative nervous activity]. *Novye issledovaniya – New research*, 2020. no. 2 (62), pp. 15–32 (in Russian). doi: 10.46742/2072-8840-2020-62-2-15-32
 4. Dolgushin D. V., Belova A. P., Borisova O. E., Pankratova D. A. K voprosu o nomofobii: sotsial'no-psikhologicheskaya zavisimost' studentov starshikh kursov [On the issue of nomophobia: social and psychological dependence of senior students]. *Innovatsionnyy potentsial razvitiya obshchestva: vzglyad molodykh uchenykh: sbornik nauchnykh statey Vserossiyskoy nauchnoy konferentsii perspektivnykh razrabotok* [Innovative potential for the development of society: the view of young scientists: a collection of scientific articles of the All-Russian Scientific Conference of Advanced Developments]. Kursk, Yugo-Zapadnyy gosudarstvennyy universitet Publ., 2020. Pp. 233–235 (in Russian).
 5. Krukhmaleva O. V., Krukhmalev E. V. Sovremennye igrovye ustroystva v zhizni detey i podrostkov: Sotsiokul'turnyy analiz [Modern gaming devices in lives of children and adolescents: Socio-cultural analysis]. *Kul'tura i obrazovaniye – Culture and education*, 2017, no. 2 (2), pp. 47–60 (in Russian).
 6. Perezhogin L. O. Programma psihoterapevticheskoy pomoshchi nesovershennoletnim, obnaruzhivayushchim priznaki zavisimosti ot interneta i mobil'nykh ustroystv [Program of psychotherapeutic assistance to minor children who show signs of addiction to the Internet and mobile devices]. *Prakticheskaya meditsina – Practical Medicine*, 2019, vol. 17, no. 3, pp. 96–99 (in Russian).
 7. Titova V. V. Kiberpatologiya: rezul'taty issledovaniya i puti profilaktiki [Cyber pathology: research results and ways of prevention]. *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo universiteta – Bulletin of the Moscow State Regional University*, 2017, no. 4, p. 12 (in Russian). doi.org/10.18384/2224-0209-2017-4-849
 8. Yang H. C., Kim Y. E. Intermittent Addiction and Double Sidedness of Thought Suppression: Effects of Student Smart Phone Behavior. *The Journal of Distribution Science*, 2015, vol. 13(9), pp. 13–18. doi: 10.15722/JDS.13.9.201509.13
 9. Sheynov V. P. Korotkaya versiya oprosnika «Shkala zavisimosti ot smartfona» [Short version of the questionnaire “Smartphone addiction scale”]. *Institut psikhologii Rossiyskoy akademii nauk. Organizatsionnaya psikhologiya i psikhologiya truda – Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational psychology and labor psychology*, 2021, vol. 6, no. 1, pp. 97–115 (in Russian). doi: 10.38098/ipran.opwp.2021.18.1.005. URL: <http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document644.pdf> (accessed 14 December 2021).
 10. Sheynov V. P., Devitsyn A. S. Faktornaya struktura modeli zavisimosti ot smartfona [Factor structure of smartphone dependence model]. *Institut psikhologii Rossiyskoy akademii nauk. Sotsial'naya i ekonomicheskaya psikhologiya – Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Social and economic psychology*, 2021, vol. 6, no. 3 (23), pp. 174–197 (in Russian). doi: 10.38098/ipran.sep_2021_23_3_07
 11. Billieux J., Van der Linden M., Rochat L. The role of impulsivity in actual and problematic use of the mobile phone. *Applied Cognitive Psychology*, vol. 22, is. 9, pp. 1195–1210. doi: 10.1002/acp.1429
 12. Gecaite-Stonciene J., Saudargiene A., Pranckeviciene A. et al. *Impulsivity mediates associations between problematic internet use, anxiety, and depressive symptoms in students: a cross-sectional COVID-19 study*. *Front. Psychiatry*, 2021. doi: 10.3389/fpsy.2021.634464
 13. Jo H., Na E., Kim D.J. The relationship between smartphone addiction predisposition and impulsivity among Korean smartphone users. *Addiction Research & Theory*, 2018, vol. 26, is. 1, pp. 77–84.
 14. Kim Y., Jeong J. E., Cho H., Jung D. J., Kwak M., Rho M. J. Personality factors predicting smartphone addiction predisposition: Behavioral inhibition and activation systems, impulsivity, and self-control. *PloS one*, 2016. doi: 10.1371/journal.pone.0159788
 15. Mei S., Chai J., Wang S. B., Ng C. H., Ungvari G.S. et al. Mobile phone dependence, social support and impulsivity in Chinese university students. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 2018, vol. 15 (3). doi: 10.3390/ijerph15030504

16. Peterka-Bonetta J., Sindermann C., Elhai J. D., Montag Ch. Personality associations with smartphone and internet use disorder: A comparison study including links to impulsivity and social anxiety. *Front. Public Health*. is. 11. doi: 10.3389/fpubh.2019.00127
17. Lee Y. J., Park J. H. The effect of use motives, self-control and social withdrawal on smartphone addiction. *Journal of Digital Convergence*, 2014, vol. 12, is. 8, pp. 459–465.
18. Pearson C., Hussain Z. Smartphone use, addiction, narcissism, and personality: A mixed methods investigation. *Gaming and Technology Addiction: Breakthroughs in Research and Practice*, 2017, pp. 18–29. doi: 10.4018/978-1-5225-0778-9.ch011
19. Giordano C., Salerno L., Pavia L., Cavani P. Magic mirror on the wall: selfie-related behavior as mediator of the relationship between narcissism and problematic smartphone use. *Clinical Neuropsychiatry*, 2019, is. 16 (5-6), pp. 197–205.
20. Błachnio A., Przepiórka A. Facebook intrusion, fear of missing out, narcissism, and life satisfaction: A cross-sectional study. *Psychiatry research*, 2018, is. 259, pp. 514–519.
21. Zerach G. Emptiness Mediates the Association Between Pathological Narcissism and Problematic Smartphone Use. *Psychiatr Q*, 2021, is. 92, pp. 363–373. doi: 10.1007/s11126-020-09803-9
22. Ksinan A. J., Mališ J., Vazsonyi A. T. Swiping away the moments that make up a dull day: Narcissism, boredom, and compulsive smartphone use. *Curr. Psychol*, 2021, is. 40, pp. 2917–2926. doi: 10.1007/s12144-019-00228-7
23. Heidarzadeh F., Kheradmand A. Relationship between mobile phone addiction and Narcissistic personality disorder among medical students. *Arch Clin Psychiatry*, 2021, is. 48 (1), pp. 24–28.
24. Reid A. J., Thomas C. N. A Case Study in Smartphone Usage and Gratification in the Age of Narcissism. *International Journal of Technology and Human Interaction (IJTHI)*, 2017. is. 13 (2). pp. 17. doi: 10.4018/IJTHI.2017040103
25. Kong F., Tang F., Zhang H. et al. Does Downward Social Comparisons Affect Mobile Phone Addiction? Narcissism Matters! *J. Technol. Behav. Sci*, 2020, is. 5, pp. 266–272. doi: 10.1007/s41347-020-00136-9
26. Lee Y. C., Kim N., Kwon S. J., Kim B. The effects of adult attachment and covert narcissism on smartphone addiction in college students. *Science of Emotion and Sensibility*, 2020, vol. 23, is. 1. pp. 103–112.
27. Sheynov V. P. Determinanty assertivnogo povedeniya [Determinants of assertive behavior]. *Psikhologicheskii zhurnal – Psychological Journal*, 2015, vol. 36, no. 3, pp. 28–37 (in Russian). URL: <https://naukarus.com/determinanty-assertivnogo-povedeniya> (accessed 14 December 2021).
28. Sheynov V. P. Razrabotka testa assertivnosti, udovletvoryayushchego trebovaniyam nadezhnosti i validnosti [Development of an assertiveness test in accordance with reliability and validity requirements]. *Voprosy psikhologii – Voprosy psikhologii*, 2014, no. 2, pp. 107–116 (in Russian).
29. Sheynov V. P. Razrabotka oprosnika dlya otsenki stepeni nezashchishchennosti individa ot manipulyativnykh vozdeystviy [Development of a questionnaire to assess the degree of vulnerability of an individual from effects of manipulation]. *Voprosy psikhologii – Voprosy psikhologii*, 2012, no 4, pp. 147–154 (in Russian).
30. Sheynov V. P., Devitsyn A. S. Razrabotka nadezhnogo i validnogo oprosnika zavisimosti ot sotsial'nykh setey [Development of a reliable and valid questionnaire of social media addiction]. *Sistemnaya psikhologiya i sociologiya – Systems Psychology and Sociology*, 2021, no. 2 (38), pp. 41–55 (in Russian). doi: 10.25688/2223-6872.2021.38.2.04
31. Fetiskin N. P., Kozlov V. V., Manuylov G. M. *Sotsial'no-psikhologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i mal'nykh grupp* [Social and psychological diagnostics of personality and small group development]. Moscow, Institute of Psychotherapy Publ., 2002. 339 p. (in Russian).
32. Sheynov V. P., Devitsyn A. S. Trekhfaktornaya model' zavisimosti ot sotsial'nykh setey [Three-factor model of social media addiction]. *Rossiyskiy psikhologicheskii zhurnal – Russian Psychological Journal*, 2021, no. 3, pp. 145–158 (in Russian).
33. Jeong S. H., Kim H. J., Yum J. Y., Hwang Y. What type of content are smartphone users addicted to?: SNS vs. games. *Computers in Human Behavior*, 2016, no. 54, pp. 10–17.

Информация об авторах

Шейнов В. П., доктор социологических наук, профессор, Республиканский институт высшей школы (ул. Московская, 15, Минск, Республика Беларусь, 220001).
E-mail: sheinov1@mail.ru

Тарелкин А. И., социальный педагог, Белорусско-Российский университет (пр. Мира, 43, Могилев, Республика Беларусь, 212000).

E-mail: tarekin1@tut.by

Information about the authors

Sheynov V. P., Doctor of Sociological Sciences, Professor, Republican Institute of Higher Education (ul. Moskovskaya, 15, Minsk, Republic of Belarus, 220001).

E-mail: sheinov1@mail.ru

Tarelkin A. I., Social Counsellor, Belarusian-Russian University (pr. Mira, 43, Mogilev, Republic of Belarus, 212000).

E-mail: tarekin1@tut.by

Статья поступила в редакцию 21.02.2022; принята к публикации 28.04.2022

The article was submitted 21.02.2022; accepted for publication 28.04.2022