

ПСИХОЛОГИЯ И СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

УДК 159.9

ГРНТИ 15.41.21

ЗАВИСИМОСТЬ ОТ СМАРТФОНА СРЕДИ БЕЛОРУСОВ И УКРАИНЦЕВ: СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ

© 2021 г. В.П. Шейнов*, Е.Е. Блинова**, А.С. Девицын***

**Доктор социологических наук, профессор, профессор кафедры психологии и педагогического мастерства, Республиканский институт высшей школы, г. Минск, Республика Беларусь; E-mail: sheinov1@mail.ru*

***Доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой общей и социальной психологии, Херсонский государственный университет, г. Херсон, Украина; E-mail: elena.blynova@gmail.com*

****Старший преподаватель кафедры веб-технологии и компьютерного моделирования, Белорусский государственный университет, г. Минск, Республика Беларусь; E-mail: devitsin@gmail.com*

Отрицательные последствия зависимости от смартфонов включают психологические, поведенческие проблемы и проблемы с самооффективностью у жертв этой зависимости. Целью статьи является сравнительный анализ общего и различий во взаимосвязях зависимости от смартфона с состояниями и свойствами личности белорусов и украинцев. Общими у белорусов и украинцев оказалось множество взаимосвязей зависимости от смартфона: положительных – с женским полом, одиночеством, проблемами со сном, плохим здоровьем и отрицательных – с саморегуляцией, самообладанием, настойчивостью, здоровым образом жизни, хорошим настроением и привычкой к чтению. Только у белорусов выявлена отрицательная связь зависимости от смартфонов с умением принимать комплименты, которая отсутствует у украинских респондентов; только в украинской выборке имеет место отрицательная связь с коммуникативной компетентностью, наличием брака и детей. Выявлены и различия по полу: у украинских женщин зависимость от смартфона отрицательно связана с коммуникативной компетентностью, агрессивностью, умением реагировать на провокации; у белорусских

женщин – отрицательные связи с хорошим настроением, проблемами со сном. У украинских мужчин отсутствуют обнаруженные у белорусов положительные связи зависимости от смартфона с одиночеством и с плохим здоровьем. Некоторые из выявленных взаимосвязей в целом соответствуют характеру взаимосвязей, установленных в зарубежных исследованиях, конкретизируя и уточняя их в гендерном аспекте. Проблема сбора информации в условиях пандемии была разрешена созданием автоматизированной системы, оперативно обрабатывающей тесты и рассылающей респондентам в анонимном режиме результаты их тестирования. Система универсальна и может быть использована в других исследованиях.

Ключевые слова: зависимость от смартфона, одиночество, саморегуляция, коммуникативная компетентность, самообладание, настойчивость, здоровье, образ жизни, брак, дети, белорусы, украинцы, мужчины, женщины.

ВВЕДЕНИЕ

Использование смартфона кардинально трансформирует реальность нашего взаимодействия, заключающуюся в постоянном пребывании в онлайн-режиме и непрерывном поглощении информации. «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.» (Градюшко, 2018, с. 6).

Стал популярным термин «поколение Z» для обозначения современных цифровых аборигенов (digital native), «если в какой-то момент исчезает Wi-Fi, либо теряется мобильная связь – это приводит в замешательство многих студентов или вызывает ощущение, будто они что-то потеряли» (Калимжанова, 2017, с. 23), причем это поколение не привыкло подключаться к сети с помощью настольного компьютера.

В то же время, важно отметить, что Интернет является механизмом, через который могут возникать самые разные виды зависимостей: зависимость от азартных игр, от общения в социальных сетях, от шоппинга в Интернете, от компьютерных игр и т.д. В этом отношении то устройство, через которое человек получает доступ к сети (компьютер, ноутбук, смартфон), практически не оказывает влияния на сущность вопроса. Смартфон – это и есть телефон, но с возможностями современного

компьютера, при этом размеры делают его еще более доступным, легким и простым в использовании.

Отрицательные последствия зависимости от смартфонов включают психологические, поведенческие проблемы, и проблемы с самооэффективностью у жертв этой зависимости (Шейнов, 2019).

Зависимость от смартфона (иногда — интернет-зависимость, зависимость от социальных сетей) многие авторы (Калимжанова, 2017 и др.) связывают с потребностями, которые человек стремится удовлетворить: в общении, принятии, самореализации, самовыражении. Симптомы зависимости — от сильного желания зайти в Интернет до депрессии, бессонницы, страхов, перепадов настроения, тревожности.

Минусом является и то, что человек может терять навыки реального общения (коммуникативная компетентность, сформированная в Интернете, не срабатывает в реальности): непонимание мимики и эмоций других людей, снижение эмпатии через недостаток невербальной информации (Любенко, Мальцева, 2019).

Наблюдение за работой студентов показало, что они отвлекаются от учебы приблизительно каждые 6-11 минут, чтобы или зайти в социальную сеть, или позвонить, или ответить на сообщение в Viber, WhatsApp, электронной почте (Лукашенко, Павлюк, 2017). Успеваемость таких студентов снижается в среднем на 20%. Это подчеркивает выводы исследователей относительно связей зависимости с умственное истощением, раздражительностью, нарушением сна, концентрации внимания (Бохонкова, Хунов, Сербин, 2018; Зарецкая, 2017; Лысак, 2017; и др.).

Было обнаружено, что одиночество является самым сильным предиктором зависимости от смартфонов (Jiang, Li & Shypenka, 2018). Результаты другого исследования определили, что чем выше чувство одиночества и застенчивости, тем выше вероятность того, что индивид будет зависим от смартфона (Bian & Leung, 2015). Также показано, что одиночество и слабая саморегуляция являются основными предпосылками зависимости от смартфона (Mahapatra, 2019). На основании ряда

исследований была установлена и обратная связь, что подростки, постоянно пользующиеся смартфонами, чувствуют себя более одинокими (Kara, Baytemir & Inceman-Kara, 2019).

Показано, что с зависимостью от смартфона отрицательно коррелирует саморегулирование, так что воспитанием саморегуляции можно уменьшить склонность к чрезмерному использованию смартфонов (Ching & Tak, 2017). Молодые люди более уязвимы в отношении роста зависимости от смартфонов, особенно когда они и слабы в саморегуляции, и активно пользуются смартфонами (Bolle, 2014). Отказ от саморегуляции вызывает более высокий риск зависимости от смартфона (Van Deursen, Bolle & Hegner, 2015).

Низкая саморегуляция учащихся предсказывает не только чрезмерное использование смартфона ($\beta = -0,35, \rho < 0,001$), но и возникновение академической тревоги ($\beta = -0,29, \rho < 0,001$) (Yang et al., 2019).

Зависимость от смартфонов негативно влияет на коммуникативные навыки. Выявлена отрицательная значимая связь между зависимостью студентов от смартфонов и коммуникативными навыками: $r = -0,149$ (Cerit, Bilgin & Ak, 2018).

В исследовании (Sok, Seong & Ryu, 2019) изучены различия в самоконтроле, повседневном жизненном стрессе и коммуникативных навыках между группой риска зависимости от смартфонов и контрольной группой. Наблюдались значимые различия в самоконтроле ($t = 3,02, \rho = 0,003$) и повседневном жизненном стрессе ($t = 3,56, \rho < 0,001$), но не было значимой разницы в коммуникативных навыках ($t = 1,72, \rho = 0,088$) между указанными группами. Члены группы риска зависимости от смартфонов имели худший самоконтроль и более высокий уровень повседневного стресса, чем в контрольной группе.

Целью данной статьи является изучение в белорусском и украинском социумах выборках связей зависимости от смартфона с состояниями и свойствами жертв этой зависимости.

Рабочими гипотезами исследования являются: 1) с зависимостью от смартфона связаны одиночество, саморегуляция, самообладание, настойчивость, здоровый образ жизни и проблемы со сном; 2) существуют различия по полу в степени выраженности зависимости от смартфона; 3) возможны существенные отличия этих связей в белорусской и украинской выборках.

МЕТОДИКА

Использованные методики. Зависимость от смартфона диагностировалась с помощью предложенной автором надежной и валидной короткой версии опросника «Шкала зависимости от смартфона» (Шейнов, 2020 а,б).

Степень испытываемого *одиночества* оценивалась с помощью «Методики диагностики уровня субъективного ощущения одиночества» Д. Рассела и М. Фергюсона (Райгородский, 2002, с.77-78).

Оценка *коммуникативных умений* осуществлена тестом Л. Михельсона в адаптации Ю.З. Гильбуха (Михельсон, Электронный ресурс). Данный тест определяет соотношение между качествами личности, характеризующими *зависимое, компетентное и агрессивное* поведение, а также выявляет *комплиментарность* (умение оказывать и принимать знаки внимания и комплименты), *провокационность* (умение реагирование на задевающее, провоцирующее поведение со стороны собеседника) и *умение отказать* (чужой просьбе, сказать «нет»).

Использован «Тест-опросник волевой *саморегуляции*» А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана (Психологические исследования, 1996).

Оценка состояния здоровья испытуемых проводилось с помощью двух экспресс-тестов: «кожного» (тест К) и «на равновесие» (тест «Цапля»).

Тест К: «Возьмите смартфон, включите секундомер. Положите руку на стол. Нажмите сильнее мышцу, расположенную между большим и указательным пальцами, до появления легкой боли. Подержите так 5 секунд, после чего резко отпустите. В месте

сдавливания Вы увидите белое пятно – кровь отхлынула. Засеките время, за сколько секунд кожа вернется к первоначальной окраске, и запишите это время».

Тест «Цапля»: «Встаньте босой ногой на пол (все равно – левой или правой). Закройте глаза и, не сгибая другую ногу в колене, поднимите ее на 10-15 см над полом. Сколько секунд Вы простояте, не потеряв равновесия? Запишите полученный результат».

Ответ на два последних теста дается в секундах.

Для каждого из этих тестов по специальной программе вычисляется связанный с состоянием здоровья «биологический возраст» (соответствующий полученным показателям времени), который сравнивается с возрастом по паспорту. Превышение «биологического возраста» над «паспортным» показывает состояние здоровья (худшее), отвечающего большему возрасту, обратное соотношение – меньшему возрасту. Это служит определенным маркером общего состояния здоровья.

Чтобы нивелировать особенности каждого теста, дополнительно берется среднее значение показателей, полученных с помощью теста К и теста «Цапля».

Кроме указанных тестов, испытуемым предложены *дополнительные вопросы:*

Есть ли у Вас проблемы со сном? (Ответы: *нет, скорее нет, чем да; скорее да, чем нет; да*).

Какое у Вас *чаще всего* настроение? (Ответы: *плохое, скорее плохое, чем хорошее; скорее хорошее, чем плохое; хорошее*).

Количество детей? (Ответы: *нет; один; два; три и больше*).

Вы ведете здоровый образ жизни? (Ответы: *нет, скорее нет, чем да; скорее да, чем нет; да*).

Есть ли у Вас время на чтение? (Ответы: *нет, скорее нет, чем да; скорее да, чем нет; да*).

Участники исследования и сбор данных. Ввиду ограничения личных контактов в условиях пандемии (перевода многих работников на работу из дома, а студентов на

онлайн-обучение), возникла проблема сбора информации для экспериментальных исследований – стало невозможным проведение привычного для всех тестирования испытуемых в процессе непосредственного контакта с ними. Поэтому потребовалось найти приемлемые в сложившихся условиях формы и способы получения информации.

С целью разрешения данной проблемы математиком А.С. Девицыным создана автоматизированная система сбора информации, которая осуществляет также и обработку тестов, и рассылку респондентам в анонимном режиме результатов их тестирования. Создан сайт, на котором представлены необходимые тесты и личное обращение к пользователям соцсетей.

Тесты на сайте представлены в виде *google-форм*. Полученные от респондентов ответы накапливаются в банке данных, при их получении сразу осуществляется их обработка. После того как испытуемый проходит все предложенные тесты, программа по заданному алгоритму генерирует документ с индивидуальными результатами тестирования и пояснениями и сразу пересылает его респонденту. Результат обработки тестов включается для последующего анализа в доступную только авторам исследования итоговую *excel-таблицу*.

Респондентам, приславшим ответы не на все вопросы, специальная программа высылала те, что остались не отвеченными, и напоминала, что только после ответов на все вопросы они получат свои результаты и соответствующие рекомендации специалиста. Все это позволило существенно увеличить количество респондентов, ответивших на все предложенные тесты и вопросы.

С помощью данной системы за короткое время создана по всем изучаемым переменным выборка из 923 респондентов.

Опрос испытуемых, которые напрямую обратились за консультациями к автору обращения, позволил выяснить, что активности респондентов способствовали следующие факторы: 1) гарантированные анонимность и мгновенное получение результата; 2) личное обращение одного из авторов данного исследования с указанием цели опроса и

информации о его профессионализме и публикациях; 3) обещание ознакомить каждого с результатами его тестов и дать соответствующие рекомендации; 4) простота и удобство работы с google-формами.

Исследование проведено среди русскоязычных респондентов, проживающих, в основном, в Беларуси, Украине, России, а также странах Балтии и некоторых других европейских странах. Для данного исследования были использованы только результаты тестирования респондентов, проживающих в Беларуси и Украине.

Таким образом, в настоящее исследование включены данные 672 человека (характеристики возраста: $M = 23,69$, $SD = 10,40$), давших полноценные ответы, в том числе 408 женщин 17-37 лет ($M = 25,66$, $SD = 11,14$) и 264 мужчины 17-30 лет ($M = 21,27$, $SD = 8,18$).

В том числе: белорусы – 172 мужчины ($M = 21,19$, $SD = 8,11$) и 137 женщин ($M = 25,57$, $SD = 11,07$), украинцы – 92 мужчины ($M = 21,30$, $SD = 8,09$) и 271 женщина. ($M = 25,71$, $SD = 11,16$).

Статистический анализ осуществлен с помощью пакета SPSS-20. Принят уровень значимости $p = 0,05$.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для выбора используемых в данном исследовании статистических методов – параметрических или непараметрических – все выборки были проверены критерием Колмогорова-Смирнова на соответствие нормальному распределению. Оказалось, что у мужчин и женщин при принятом уровне значимости $p = 0,05$ эмпирическое распределение большинства рассматриваемых переменных существенно отличается от нормального. Не обнаружено существенного отличия от нормальности для мужчин и для женщин только у 5 из 21 изучаемых качеств: у зависимости от смартфона САС-16 (асимптотические значения равны, соответственно, 0,078 и 0,308), Саморегуляции (0,274 и 0,050), Настойчивости (0,126 и 0,059) и «истинного возраста» – среднего

значения экспресс-тестов К и Ц (0,179 и 0,178); а для мужчин – еще и Одиночество (0,058).

Поэтому для выявления связей зависимости от смартфона принимаем корреляции по непараметрическому ранговому критерию Кендалла, который, к тому же, показывает не только линейные, но и возможные нелинейные зависимости (см. таблицы 1-3). Этот критерий применяется для выявления взаимосвязи между количественными и качественными показателями.

Таблица 1

Результаты корреляционного анализа на основе критерия Кендалла между показателями зависимости от смартфона и состояниями, свойствами личности жителей Беларуси и Украины

Показатели	Белорусская выборка	Украинская выборка
Возраст	,000	-,026
Одиночество	,209**	,124**
Зависимость	,053	,072
Компетентность	-,018	-,113**
Агрессивность	-,060	,057
Комплиментарность	-,106*	-,057
Провокационность	-,033	-,071
Умение отказать	-,052	-,078
Настойчивость	-,316**	-,261**
Самообладание	-,254**	-,278**
Саморегуляция	-,316**	-,281**
Проблемы со сном	,131**	,105*
Наличие детей	-,026	-,091*
ЗОЖ	-,203**	-,185**
Чтение	-,125**	-,100*
Настроение	-,178**	-,127**
Тест К	,049	,065
Тест Ц	200**	,064
Среднее К и Ц	,181**	,102**

Примечания: * – корреляция Кендалла статистически значима при $p \leq 0,05$; ** – корреляция статистически значима при $p \leq 0,01$; выделены статистически значимые корреляции. Состояния и свойства личности оцениваются в балах, показатели тестов К и Ц – в секундах.

Результаты, приведенные в таблице 1, показывают, что *в целом в белорусской и украинской выборках множество одинаковых связей зависимости от смартфона: положительные с одиночеством, проблемами со сном, плохим здоровьем и отрицательные*

с саморегуляцией, самообладанием, настойчивостью, здоровым образом жизни, хорошим настроением и привычкой к чтению.

Полученный результат подтверждает справедливость первой рабочей гипотезы исследования.

Эта же таблица 1 показывает, что у белорусов отсутствуют обнаруженные у украинцев отрицательные связи зависимости от смартфона с *коммуникативной компетентностью, с наличием детей*, а у украинцев — обнаруженная у белорусов отрицательная связь зависимости от смартфона с *комплиментарностью*.

Данный результат подтверждает справедливость третьей рабочей гипотезы исследования.

Таблица 2

Результаты корреляционного анализа на основе критерия Кендалла между показателями зависимости от смартфона женщин Беларуси и Украины и их состояниями, свойствами личности

Показатели	Белорусская выборка	Украинская выборка
Возраст	-,144*	-,078
Одиночество	,176**	,149**
Зависимость	,117	,078
Компетентность	-,118	-,142**
Агрессивность	-,008	,108*
Комплиментарность	-,186**	-,115*
Провокационность	-,080	-,097*
Умение отказать	-,122	-,079
Настойчивость	-,251**	-,261**
Самообладание	-,204**	-,277**
Саморегуляция	-,241**	-,279**
Проблемы со сном	,154*	,081
Наличие детей	-,140*	-,113*
ЗОЖ	-,255**	-,192**
Чтение	-,225**	-,116*
Настроение	-,169*	-,084
Тест К	,114	,074
Тест Ц	,129*	,054
Среднее К и Ц	,160**	,087*

Примечания: * – корреляция Кендалла статистически значима при $p \leq 0,05$; ** – корреляция статистически значима при $p \leq 0,01$; выделены статистически значимые корреляции. Состояния и свойства личности оцениваются в баллах, показатели тестов К и Ц – в секундах.

Результаты, приведенные в таблице 2, показывают, что в целом у белорусских и украинских женщин также множество одинаковых связей зависимости от смартфона: *положительные* с одиночеством, комплиментарностью, с плохим здоровьем и *отрицательные* с саморегуляцией, самообладанием, настойчивостью, возрастом, наличием детей, здоровым образом жизни и привычкой к чтению.

Эта же таблица показывает, что у белорусок отсутствуют обнаруженные у украинок отрицательные связи зависимости от смартфона с *коммуникативной компетентностью, агрессивностью, провокационностью*, а у украинок — обнаруженная у белорусок отрицательная связь зависимости от смартфона с *хорошим настроением, проблемами со сном*.

Таблица 3

Результаты корреляционного анализа на основе критерия Кендалла между показателями зависимости от смартфона мужчин Беларуси и Украины и их состояниями, свойствами личности

Показатели	Белорусская выборка	Украинская выборка
Возраст	,077	-,026
Одиночество	,215**	,013
Зависимость	,001	,004
Компетентность	-,011	-,026
Агрессивность	,007	,042
Комплиментарность	-,113	,001
Провокационность	-,005	-,012
Умение отказать	-,020	-,049
Настойчивость	-,315**	-,207**
Самообладание	-,238**	-,205**
Саморегуляция	-,317**	-,215**
Проблемы со сном	,085	,162
Наличие детей	,023	-,099
ЗОЖ	-,195**	-,210**
Чтение	-,122	,000
Настроение	-,190**	-,186*
Тест К	,013	-,042
Тест Ц	,258**	,084
Среднее К и Ц	,240**	,072

Примечания: * – корреляция Кендалла статистически значима при $p \leq 0,05$; ** – корреляция статистически значима при $p \leq 0,01$; выделены статистически значимые корреляции. Состояния и свойства личности оцениваются в баллах, показатели тестов К и Ц – в секундах.

Результаты, представленные в таблице 3, показывают, что в целом у белорусских и украинских мужчин множество одинаковых связей зависимости от смартфона: *положительные* с одиночеством, проблемами со сном, с худшим здоровьем и *отрицательные* с саморегуляцией, самообладанием, настойчивостью, здоровым образом жизни, хорошим настроением и привычкой к чтению.

Эта же таблица показывает, что у украинцев отсутствуют обнаруженные у белорусов положительная связь зависимости от смартфона с *одиночеством* и с *плохим здоровьем*.

Для более детального анализа различий, полученных в белорусской и украинской выборках, использован t-критерий Стьюдента *сравнения средних значений* зависимости от смартфона женщин и мужчин Беларуси и Украины.

Анализ результатов с помощью t-критерия показал, что и у белорусов, и у украинцев средний показатель зависимости от смартфона женщин статистически значимо (при 2-стороннем уровне значимости $p \leq 0,001$) превосходит зависимость от смартфона мужчин, а между украинками и белорусками, как и между мужчинами украинцами и белорусами, различие статистически незначимо. (t-критерий Стьюдента использован, поскольку, как было установлено в начале исследования «не обнаружено существенного отличия от нормальности для мужчин и для женщин ... у зависимости от смартфона, измеряемой опросником САС-16»).

Таблица 4

Различия в средних значениях зависимости от смартфона у белорусских и украинских мужчин и женщин

	N	Среднее значение	t-критерий	Значимость	N	Среднее значение	t-критерий	Значимость
	Женщины				Мужчины			
Беларусь	136	19,7279	-0,789	0,431	176	16,3239	1,272	,205
Украина	272	20,3787			91	15,0220		
	Беларусь				Украина			
Мужчины	91	15,0220	-3,881	0,000	176	16,3239	-5,469	0,000
Женщины	272	20,3787			136	19,7279		

Полученные результаты подтверждает справедливость второй рабочей гипотезы исследования. Таким образом, все три рабочие гипотезы нашли свое подтверждение.

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Полученные в нашем эмпирическом исследовании результаты показали, что в целом в обеих выборках *женщины* в большей степени обнаруживают зависимость от смартфонов, что согласуется с данными других исследователей.

Например, В.П. Лютий, К.С. Коломиец прямо указывают, что среди зависимых от социальных сетей преобладают женщины (72,2% женщин в группе лиц с признаками зависимости, в то же время, в группе, не имеющих зависимость, женщины составили только 40,7%) (Лютий, Коломиец, 2014). В.А. Климчук, изучая проблему мотивации выбора идентичности пользователей социальных сетей, показывает, что среди женщин в большей степени проявляется возможность выбора — каким образом себя презентовать, например, «в жизни я очень застенчивая, а тут я могу без проблем и поспорить, и отстоять свое мнение, и рассказать о своих чувствах» (Климчук, 2013).

Также в нашем исследовании получены *положительные корреляционные связи с одиночеством, проблемами со сном и худшим здоровьем*, что доказывает, что формирование зависимости от смартфона взаимосвязаны с переживанием личностью одиночества, т.е. чувство одиночества может быть фактором появления зависимости, а может и, в свою очередь, усугублять одиночество.

Подтверждение находим в работах многих авторов (Данько, 2012; (Лютий, Коломиец, 2014; Калимжанова, 2017; Пампуха, Волошина, и др., 2016; Попов, Зотова, 2019).

М.В. Лукашенко, А.И. Павлюк непосредственно изучали влияние социальных сетей на состояние здоровья молодежи и показали, что зависимость «включает спектр симптомов, таких как, умственное истощение, раздражительность, нарушение сна и концентрации внимания» (Лукашенко, Павлюк, 2017, с. 204); те же авторы отмечают, что большинство их испытуемых жалуются на головную боль, быструю утомляемость,

астению (там же, с.205). Среди зависимых больше тех, кто сталкивался с такими проблемами, как неудовлетворенность собой, неуверенность в себе, конфликты, плохие взаимоотношения в семье, проблемы в общении с друзьями, одиночество, трудности в установлении доверительных отношений с другими людьми, страхи, перепады настроения (Лютый, Коломієць, 2014; Пампуха, Волошина, и др., 2016).

В исследованиях белорусских и российских авторов можно проследить аналогичные закономерности, например, Р.Л. Калимжанова обнаруживает у зависимых ночные кошмары, приступы страха, тревоги, навязчивые состояния (Калимжанова, 2017); И.В. Лысак называет среди признаков зависимости чувство одиночества, застенчивость, эмоциональную напряжённость, недостаток общения со сверстниками, проблемы во взаимоотношениях с противоположным полом (Лысак, 2017); человек, имеющий зависимость от интернета, часто становится замкнутым и одиноким, потому что предпочитает просмотр видео или досуг в социальной сети реальному общению; также характерна частая смена настроения, стресс, депрессии, одиночество, замкнутость (Попов, Зотова, 2019).

Считаем заслуживающими внимания, полученные в эмпирическом исследовании факты, что у белорусов отсутствуют обнаруженные у украинцев отрицательные связи зависимости от смартфона с *коммуникативной компетентностью, с наличием брака и детей.*

Уровень коммуникативной компетентности (низкий уровень) в украинской выборке приводит с большей вероятностью к возникновению зависимости от смартфона, т.е. реальное общение перемещается в значительной степени в виртуальную плоскость. Можно предположить, что украинским респондентам сложнее, чем белорусским респондентам, выстраивать продуктивные, приносящие удовлетворение взаимоотношения в реальном мире.

Возможным объяснением является выявленная, например, в исследовании Ю.А. Данько закономерность, что в виртуальном мире легче реализовать скрытые

желания, не показывать другим свои комплексы и трудности в общении, обсуждать те темы и проблемы, которые в реальной жизни сложно (и подчас невозможно) обсуждать спокойно и открыто, т.е. особое значение имеет осознание собственной защищенности и анонимности (Данько, 2012).

В.А. Климчук назвал такой феномен анонимности «сознательной игрой идентичностями» («Я захожу под разными аккаунтами и становлюсь другим человеком»), которая отражает чувство обладания некоторой тайной («Даже близкие друзья не догадываются, что меня несколько у них в друзьях»), иногда это сознательное разделение жизненных ролей («Под одним аккаунтом я общаюсь лично, под другим — исключительно профессионально, с коллегами или клиентами, могу создать еще один для какой-то особой группы») (Климчук, 2013). Можно предположить, что из-за сложной и неоднозначной социально-политической ситуации в современной Украине, такая анонимность иногда бывает вынужденной, подчас нежелательно даже близким знакомым читать его откровения.

Заметим, что на сегодня наиболее популярной социальной сетью в Беларуси являются Одноклассники и ВКонтакте, а в Украине — Facebook, причиной является то, что эти две социальные сети в мае 2017 года в Украине запрещены к использованию и заблокированы. Украинская маркетинговая компания InMind и агентство по онлайн-исследованиям региона Центральной и Восточной Европы Gemius—Украина на основе проведенных исследований показала, что аудитория Facebook отличается общественно активными пользователями, реализующими деловое общение через эту сеть, обсуждающими политические проблемы (Мітлош, 2014), а пользователи социальной сети «ВКонтакте» ориентированы на развлечения, отдых, новые знакомства. Кроме этого, отметим, что по данным массового опроса наибольшей популярностью у белорусской аудитории пользуются сообщества развлекательного характера, наименьшей — политического (Ротман, Посталовский, Расолько, 2014).

В то же время, в странах, развивающихся по кризисным сценариям, к которым относится и Украина, молодежь переживает дополнительные риски: диспропорциональное развитие экономики, кризис рынка труда, изменение морально-ценностных ориентиров, кризис мировоззренческих установок. И чаще всего молодежь ищет ответы на острые вопросы не в традиционном окружении, а в социальных сетях — как альтернативном социальном пространстве, где тоже возможно взросление и самореализация (Петрунько, 2016).

Этими же факторами одиночества и желанием сохранить анонимность объясняется и наличие отрицательной корреляционной связи показателя «зависимости от смартфона» с показателем «наличие брака и детей», т.е. те, кто имеет семью и детей, в меньшей степени пребывают в группе риска относительно возникновения зависимости.

Результаты корреляционного анализа отдельно по мужской и женской выборкам подтвердили полученные взаимосвязи зависимости от смартфона: положительные с одиночеством, комплиментарностью, с плохим здоровьем и отрицательные с саморегуляцией, самообладанием, настойчивостью, браком, наличием детей, здоровым образом жизни и привычкой к чтению.

При этом в женской выборке Украины обнаружена отрицательная связь зависимости от смартфона с агрессивностью и провокационностью, т.е. можно предположить, что способность выплеснуть негативные эмоции в реальной жизни при общении с реальными собеседниками, не переносит эту агрессивность в виртуальный мир, и наоборот.

Также только у белорусок выявлена положительная связь зависимости от смартфона с проблемами со сном, что отличает их от украинцев в целом и от белорусских мужчин.

Обратимся к исследованиям национального характера — украинского и белорусского, к кросскультурным исследованиям, где сравнивались качества украинцев и белорусов.

Среди традиционных черт украинского характера отмечается ярко выраженная *интровертность*, национальный индивидуализм, недостаток инстинкта подчинения, т.е. дисциплинарной обязанности, непризнание власти и авторитета других (Скринько, 2016: с.146).

Анализируя белорусский национальный характер, исследователи указывают на преобладание в психологическом типе коренных белорусов *экстравертной* установки. Их отличают эмоциональная сдержанность, внутреннее спокойствие, здравый смысл, доброжелательность, психическая устойчивость, склонность к мере, золотой середине, предпочтение взвешенного рационально-практического решения жизненных вопросов (Шамарова, 2020).

Частично это может объяснять наличие положительной связи зависимости от смартфона с одиночеством в белорусской выборке (у украинцев такая связь отсутствует) — при выраженной экстравертной установке, нереализованных потребностях в общении, принятии в реальном мире, человек склонен искать компенсации в мире виртуальном.

В исследовании О.Г. Митрофановой, Т.В. Турач установлено, что показатели психологического благополучия белорусских мужчин в целом выше, чем у украинских, «то же самое можно сказать и в отношении дополнительных показателей психологического благополучия, например, «осмысленность жизни»» (Митрофанова, Турач, 2018, с.175). Причем, если для белорусских мужчин важным показателем психологического благополучия является «личностный рост», то для украинских — «управление средой» (Митрофанова, Турач, 2018, с.177).

Часть выявленных нами связей в целом соответствуют характеру корреляций, установленных в зарубежных исследованиях, при этом конкретизируя и уточняя их в гендерном аспекте. В частности, это касается отрицательной корреляции зависимости от смартфонов с саморегулированием (Bolle, 2014; Ching & Tak, 2017; Van Deursen, Bolle & Hegner, 2015; Yang et al., 2019) и коммуникативными навыками (Cerit, Bilgin & Ak, 2018; Sok, Seong & Ryu, 2019).

Полученные нами результаты об отрицательной связи зависимости от смартфонов с настойчивостью, самообладанием, привычкой к чтению, а для женщин еще и отрицательные корреляции с компетентностью, комплиментарностью, провокационностью, наличием детей, хорошим настроением и положительную связь с зависимым поведением являются новыми, как для отечественных, так и для зарубежных исследований.

ВЫВОДЫ

1. У мужчин и женщин эмпирическое распределение большинства рассматриваемых переменных существенно отличается от нормального. Поэтому для выявления возможных связей вычисляются корреляции по непараметрическому критерию Кендалла, который к тому же охватывает и возможные нелинейные зависимости.

2. В целом у белорусов и украинцев множество одинаковых связей зависимости от смартфона: *положительные* с одиночеством, проблемами со сном, с худшим здоровьем и *отрицательные* с саморегуляцией, самообладанием, настойчивостью, здоровым образом жизни, хорошим настроением и привычкой к чтению. При этом у белорусов отсутствуют обнаруженные у украинцев отрицательные связи зависимости от смартфона с коммуникативной компетентностью, с наличием детей, а у украинцев — обнаруженная у белорусов отрицательная связь зависимости от смартфона с комплиментарностью.

3. У белорусских и украинских женщин также много одинаковых связей зависимости от смартфона: *положительные* с одиночеством, комплиментарностью, с худшим здоровьем и *отрицательные* с саморегуляцией, самообладанием, настойчивостью, наличием детей, здоровым образом жизни и привычкой к чтению. Однако у белорусок отсутствуют обнаруженные у украинок отрицательные связи зависимости от смартфона с коммуникативной компетентностью, агрессивностью, провокационностью, а у украинок — обнаруженная у белорусок отрицательная связь зависимости от смартфона с хорошим настроением, проблемами со сном.

4. У белорусских и украинских мужчин множество одинаковых связей зависимости от смартфона: *положительные* с одиночеством, проблемами со сном, с худшим здоровьем и *отрицательные* с саморегуляцией, самообладанием, настойчивостью, здоровым образом жизни, хорошим настроением и привычкой к чтению. При этом у украинцев отсутствуют обнаруженные у белорусов положительные связи зависимости от смартфона с одиночеством и с худшим здоровьем.

5. Все три рабочие гипотезы в процессе исследования нашли свое подтверждение.

6. Часть выявленных нами связей в целом соответствуют характеру корреляций, установленных в *зарубежных исследованиях*, при этом конкретизируя и уточняя их в гендерном аспекте. Другая часть представляет собой новые результаты. Пересекающиеся с результатами зарубежных авторов выводы нашего исследования показывают, что многие из этих результатов, совпадая в направленности соответствующих связей, имеют место не для всех индивидов, а только для женщин.

7. Часть полученных результатов является новой как для отечественных, так и для зарубежных исследований. К ним относятся выявленные нами для мужчин и женщин отрицательные связи зависимости от смартфона с настойчивостью, самообладанием, привычкой к чтению, а для женщин еще и отрицательные корреляции с компетентностью, комплиментарностью, провокационностью, наличием детей, хорошим настроением и положительную связь с зависимым поведением.

ЛИТЕРАТУРА

Бохонкова Ю.О., Хунов Ю.А., Сербін Ю.В. Соціально-психологічні особливості впливу соціальних мереж на особистісний розвиток у студентському віці [Електронний ресурс] // Теоретичні і прикладні проблеми психології. 2018. № 3(1). С. 53–59. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tiprrp_2018_3\(1\)__10](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tiprrp_2018_3(1)__10) (Дата обращения 06.12.2021).

Градюшко А.А. Белорусские интернет-СМИ в контексте меняющегося медиапотребления // Журн. Белорус. гос. ун-та. Журналистика. Педагогика. 2018. № 1. С. 4–11.

Данько Ю.А. Соціальні мережі як форма сучасної комунікації: плюси і мінуси [Електронний ресурс] // Сучасне суспільство. 2012. Вип. 2. С. 179–184.

Режим доступа: http://nbuv.gov.ua/UJRN/cuc_2012_2_25 (Дата обращения 06.12.2021).

Калимжанова Р.Л. Компьютерная зависимость и интернет общение: влияние на речевую культуру современной молодежи // Профилактика зависимостей. 2017. № 1 (9). С. 21–26.

Климчук В.О. Мотиваційні проблеми молоді в інтеракційному просторі соціальних мереж [Електронний ресурс] // Проблеми політичної психології та її роль у становленні громадянина Української держави. 2013. Вип. 14. С. 135–143. Режим доступа: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pppr_2013_14_17 (Дата обращения 06.12.2021).

Лукашенко М.В., Павлюк А.І. Вплив соціальних мереж на стан здоров'я молоді [Електронний ресурс] // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. 2017. Вип. 3(1). С. 203–208. Режим доступа: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2017_3\(1\)_38](http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2017_3(1)_38) (Дата обращения 06.12.2021).

Лысак И.В. Компьютерная и интернет-зависимость: эволюция подходов к исследованию проблемы // Мир науки, культуры, образования. 2017. № 4 (65). С. 206–208.

Любенко Р., Мальцева К. Користування сайтами соціальних мереж та рівень стресу: дослідження серед студентів НаУКМА [Електронний ресурс] // Соціологія: теорія, методи, маркетинг. 2019. № 3. С. 159–178.

Лютый В.П., Коломієць К.С. Залежність від соціальних мереж як проблема сучасних студентів [Електронний ресурс] // Вісник Академії праці і соціальних відносин Федерації профспілок України. 2014. № 3-4. С. 6–12. Режим доступа: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VAPSV_2014_3-4_3 (Дата обращения 06.12.2021).

Мітлош А.В. Психологічні особливості прояву інтересу студентської молоді до соціальних інтернет-мереж [Електронний ресурс] // Психологічні перспективи. 2014. Вип. 23. С. 203–215. Режим доступа: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ppst_2014_23_20 (Дата обращения 06.12.2021).

Митрофанова О.Г., Турач Т.В. Психологическое благополучие личности: кросс-культурный аспект // Актуальные проблемы психологии личности и социального взаимодействия. сборник научных статей. Гродненский государственный университет им. Я. Купалы; Научные редакторы А.В. Ракицкая, О.Г. Митрофанова. 2018. С. 172–178.

Михельсон Л. Тест коммуникативных умений. Перевод и адаптация Ю.З. Гильбуха. [Электронный ресурс]. URL: <http://azps.ru/tests/5/mihelson.html> (Дата обращения 06.12.2021).

- Пампуха І.В., Волошина Н.М., Мукогоренко О.С., Ряба Л.О.* Сучасні соціальні інтернет-мережі в житті молодих людей [Електронний ресурс] // Збірник наукових праць Військового інституту Київського національного університету імені Тараса Шевченка. 2016. Вип. 51. С. 192–200. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Znpviknu_2016_51_28 (Дата обращения 06.12.2021).
- Петрунько О.М.* Соціалізація студентів у віртуальних соціальних мережах: актуальність проблеми [Електронний ресурс] // Педагогічний процес: теорія і практика. 2016. Вип. 3. С. 72–77. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pptp_2016_3_15 (Дата обращения 06.12.2021).
- Попов Е.С., Зотова Т.А.* Интернет-зависимость. компьютерная зависимость // Молодежная наука в XXI веке: традиции, инновации, векторы развития : Материалы Всероссийской научно-исследовательской конференции, Оренбург, 25 апреля 2019 года. Оренбург: Южный университет (ИУБиП), 2019. С. 196-197.
- Психологические исследования: Практикум по общей психологии для студентов педагогических вузов / Составители: *Т.И. Пашукова, А.И. Допира, Г.В. Дьяконов*. М.: Институт практической психологии, Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996. 177 с. URL: <http://psychlib.ru/inc/absid.php?absid=14166> (Дата обращения 06.12.2021).
- Райгородский Д.Я.* Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. Самара: БАХРАХ-М, 2002. 672 с.
- Ротман Д.Г., Посталовский А.В., Расолько И.Д.* Социальные медиа в информационном поле республики Беларусь // Социология. 2014. № 4. С. 90–99.
- Скринько Н.В.* Національно-психологічні особливості українського споживача // Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: Економіка. 2016. № 1-1 (47). С. 146–151.
- Шамарова Е.В.* Проблема национальной идентичности современных белорусов в контексте мировых тенденций: социально-философская трактовка // Этническая культура в современном мире: Материалы VI Международной научно-практической конференции, посвященной 100-летию образования Чувашской автономной области, Чебоксары, 08 ноября 2019 года / Редколлегия: Л.П. Кураков [и др.]. Выпуск 3. Чебоксары: Чувашский государственный институт культуры и искусств, 2020. С. 33-36.
- Шейнов В.П.* Внутриличностные предикторы виктимизации // Институт психологии Российской Академии Наук. Организационная психология и психология труда. 2019. Т. 4. № 1. С. 154-182.

- Шейнов В.П.* Адаптация и валидизация опросника «Шкала зависимости от смартфона» для русскоязычного социума // Системная психология и социология. 2020(а). № 3(35). С. 75–84. DOI: 10.25688/2223-6872.2020.35.3.6
- 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. DOI: 10.38098/ipran.opwp.2021.18.1.005 URL: <http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document644.pdf> (Дата обращения 06.12.2021).
- Aljoma S.S et al.* Smartphone addiction among university students in the light of some variables // Computers in Human Behavior. Vol. 61, August 2016, P. 155-164. DOI:10.1016/j.chb.2016.03.041
- Bian M., Leung L.* Linking Loneliness, Shyness, Smartphone Addiction Symptoms, and Patterns of Smartphone Use to Social Capital // Social science computer review. 2015. Volume: 33 issue: 1. P. 61-79. DOI: <https://doi.org/10.1177/0894439314528779>
- Bolle C.L.* Who is a smartphone addict? The impact of personal factors and type of usage on smartphone addiction in a Dutch population. University of Twente. 2014. 41 p.
- Cerit B., Bilgin N.Ç., Ak B.* Relationship between smartphone addiction of nursing department students and their communication skills // Contemporary Nurse. 2018. Vol. 54. P. 532–542. DOI: <https://doi.org/10.1080/10376178.2018.1448291>
- Ching K.H., Tak L.M.* The structural model in parenting style, attachment style, self-regulation and self-esteem for smartphone addiction // Journal of Psychology & the Behavioral Sciences. 2017. Vol. 3. Issue 1. DOI:10.22492/IJPBS.3.1.06
- Howard-Jones P.* The Impact of Digital Technologies on Human Well-Being // Nominet Trust. 2011. No. 11(7).
- Jiang Q., Li Y., Shypenka V.* Loneliness, individualism, and smartphone addiction among international students in China // Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking. 2018. Vol. 21, No. 11. DOI: <https://doi.org/10.1089/cyber.2018.0115>
- Kara M., Baytemir K., Inceman-Kara F.* Duration of daily smartphone usage as an antecedent of nomophobia: exploring multiple mediation of loneliness and anxiety // Behaviour & Information Technology. 2019. DOI: 10.1080/0144929X.2019.1673485

- Mahapatra S.* Smartphone addiction and associated consequences: Role of loneliness and self-regulation // *Behaviour & Information Technology*. 2019. Vol. 38. Issue 8. Pages 833-844. DOI:<https://doi.org/10.1080/0144929X.2018.1560499>
- Sok S.R., Seong M.H., Ryu M.H.* Differences of Self-Control, Daily Life Stress, and Communication Skills between Smartphone Addiction Risk Group and General Group in Korean Nursing Students // *Psychiatr Q* 90. 2019. 1–9. DOI: <https://doi.org/10.1007/s1126-018-9596-1>
- Tateno M. et al.* Internet Addiction, Smartphone Addiction, and Hikikomori Trait in Japanese Young Adult: Social Isolation and Social Network // *Front. Psychiatry* 10. 455. DOI: 10.3389/fpsy.2019.00455
- Van Deursen A., Bolle C.L., Hegner S.M.* Modeling habitual and addictive smartphone behavior: The role of smartphone usage types, emotional intelligence, social stress, self-regulation, age, and gender // *Computers in Human Behavior*. 2015. Vol. 45. P. 411-420. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.039>
- Xie X., Dong Y., Wang J.* Sleep quality as a mediator of problematic smartphone use and clinical health symptoms // *Journal of behavioral addictions*, 2018. Vol. 7: Issue 2. P. 466–472. DOI: <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.40>
- Yang Z., Asbury K. & Griffiths, M.D.* An Exploration of Problematic Smartphone Use among Chinese University Students: Associations with Academic Anxiety, Academic Procrastination, Self-Regulation and Subjective Wellbeing // *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2019. volume 17, pp. 596–614. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9961-1>
- Zencirci S.A., Aygar H., Gökteş S., Önsüz M.F. et al.* Evaluation of smartphone addiction and related factors among university students // *International Journal of Research in Medical Sciences*. 2018. 6 (7). 2210-2216. DOI: <http://dx.doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20182805>

Статья поступила в редакцию: 26.05.2021. Статья опубликована: 30.12.2021.

SMARTPHONE ADDICTION: CONNECTIONS AND PROPERTIES IN BELARUSIAN AND UKRAINIAN SOCIETIES

© 2021 V.P. Sheinov*, O.Ye. Blynova**, A.S. Dziavitsyn***

* *Doctor of Sociological Sciences, Professor, Professor of the Department of Psychology, Republican Institute of Higher Education, Minsk, Republic of Belarus; e-mail: sheinov1@mail.ru*

*** Doctor of psychological sciences, Full professor, Head of the Department of General and Social Psychology, Kherson State University, Kherson, Ukraine; e-mail: elena.blynova@gmail.com*

**** Senior Lecturer at the Department of Web Technology and Computer Modeling, Belarusian State University, Minsk, Republic of Belarus; e-mail: devitsin@gmail.com*

The negative consequences of smartphone addiction include psychological, behavioral, and self-efficacy problems in victims of this addiction. The aim of the article is to discover study in the Belarusian and Ukrainian societies the general and differences in the relationship between dependence on a smartphone and the states and properties of its active users. Belarusians and Ukrainians have in common many relationships of smartphone addiction: positive - with the female gender, loneliness, sleep problems, bad health and negative - with self-regulation, self-control, perseverance, healthy lifestyle, good mood and reading habit. Only Belarusians showed a negative relationship between dependence on smartphones and the ability to accept compliments, which is absent from Ukrainian respondents; only in the Ukrainian sample is there a negative relationship with communicative competence, the presence of marriage and children. Differences by gender were also revealed: among Ukrainian women, dependence on a smartphone is negatively associated with communicative competence, aggressiveness, and the ability to respond to provocations; Belarusian women have negative connections with age, good mood, and sleep problems. Ukrainian men do not have positive links between smartphone addiction and loneliness and bad health found in Belarusians. Some of the relationships identified generally correspond to the nature of the correlations established in foreign studies, while concretizing and clarifying them in the gender aspect. The problem of collecting information in a pandemic was solved by creating an automated system that promptly processes tests and sends the results of their testing to respondents in anonymous mode. The system is universal and can be used in other studies.

Key words: smartphone addiction, loneliness, self-regulation, communicative competence, self-control, persistence, health, lifestyle, marriage, children, Belarusians, Ukrainians, men, women.

REFERENCES

- Bokhonkova, Yu.O., Khunov, Yu.A. & Serbin, Yu.V. (2018) Sotsialno-psykholohichni osoblyvosti vplyvu sotsialnykh merezh na osobystisnyi rozvytok u studentskomu vitsi [Socio-psychological features of the influence of social networks on personal development in student age]. *Teoretychni i Prykladni Problemy Psykholohii [Theoretical and Applied Problems of Psychology]*, 3(1), 53–59. URL:

[http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tipp_2018_3\(1\)_10](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tipp_2018_3(1)_10) (Date of access 12/06/2021).
(in Russian).

- Gradyushko, A.A. (2018) Belorusskie internet-SMI v kontekste menyayushhegosya mediapotrebleniya [Belarusian Internet Media in the Context of Changing Media Consumption]. *Zhurnal Belorusskogo Gosudarstvennogo Universiteta. Zhurnalistika. Pedagogika* [Journal of the Belarusian State University. Journalism. Pedagogy], 1, 4–11. (in Russian).
- Danko, Yu.A. (2012) Sotsialni merezhi yak forma suchasnoi komunikatsii: pliusy i minusy [Social networks as a form of modern communication: pros and cons]. *Suchasne Suspilstvo* [Modern Society], 2, 179–184. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/cuc_2012_2_25 (Date of access 12/06/2021). (in Russian).
- Kalimzhanova, R.L. (2017) Komp`yuternaya zavisimost` i internet obshhenie: vliyanie na rechevuyu kul`туру sovremennoj molodezhi [Computer addiction and Internet communication: the impact on the speech culture of modern youth]. *Profilaktika Zavisimostej* [Prevention of Addictions], 1(9), 21–26. (in Russian).
- Klymchuk, V.O. (2013) Motyvatsiini problemy molodi v interaktsiinomu prostori sotsialnykh merezh [Motivational problems of young people in the interaction space of social networks]. *Problemy Politychnoi Psykholohii ta yii Rol u Stanovlenni Hromadianyna Ukrainskoi Derzhavy* [Problems of Political Psychology and its Role in Becoming a Citizen of the Ukrainian State], 14, 135–143. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pppr_2013_14_17 (Date of access 12/06/2021). (in Russian).
- Lukashenko, M.V. & Pavliuk, A.I. (2017) Vplyv sotsialnykh merezh na stan zdorovia molodi [The impact of social networks on the health of young people]. *Naukovyi Visnyk Khersonskoho Derzhavnoho Universytetu. Seriya: Psykholohichni Nauky* [Scientific Bulletin of Kherson State University. Series: Psychological Sciences], 3(1). 203–208. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkh_2017_3\(1\)_38](http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkh_2017_3(1)_38) (Date of access 12/06/2021). (in Russian).
- Ly`sak, I.V. (2017) Komp`yuternaya i internet-zavisimost`: e`volyuciya podkhodov k issledovaniyu problem [Computer and Internet Addiction: Evolution of Approaches to Researching the Problem]. *Mir Nauki, Kul`tury, Obrazovaniya* [The World of Science, Culture, Education], 4(65), 206–208. (in Russian).
- Liubenko, R. & Maltseva, K. (2019) Korystuvannia saitamy sotsialnykh merezh ta riven stresu: doslidzhennia sered studentiv NaUKMA [Use of Social Networking Sites and the Level of Stress: a Study Among Students of the NaUKMA]. *Sotsiologhiia: teoriia, metody, marketynh* [Sociology: theory, methods, marketing], 3, 159–178. (in Russian).

- Liutyi, V.P. & Kolomiets, K. S. (2014) Zalezhnist vid sotsialnykh merezh yak problema suchasnykh studentiv [Dependence on social networks as a problem of modern students]. *Visnyk Akademii Pratsi i Sotsialnykh Vidnosyn Federatsii Profspilok Ukrainy [Bulletin of the Academy of Labor and Social Relations of the Federation of Trade Unions of Ukraine]*, 3-4, 6–12. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VAPSV_2014_3-4_3 (Date of access 12/06/2021). (in Russian).
- Mitlosh, A.V. (2014) Psykholohichni osoblyvosti proiavu interesu studentskoi molodi do sotsialnykh internet-merezh [Psychological features of student youth's interest in social Internet networks]. *Psykholohichni Perspektyvy [Psychological Perspectives]*, 23, 203–215. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ppst_2014_23_20 (Date of access 12/06/2021). (in Russian).
- Mitrofanova, O.G. & Turach, T.V. (2018) Psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti: kross-kul`turny`j aspect [Personal psychological well-being: a cross-cultural aspect]. *Aktual`ny`e Problemy` Psikhologii Lichnosti i Soczial`nogo Vzaimodejstviya: Sbornik Nauchny`kh Statej [Actual Problems of Personality Psychology and Social Interaction: Collection of Scientific Articles]*. Grodno: Yanka Kupala State University of Grodno, 172–178. (in Russian).
- Mikhel`son, L. Test kommunikativny`kh umenij [Communication skills test]. Pervod i adaptacziya Yu.Z. Gil`bukha. URL: <http://azps.ru/tests/5/mihelson.html> (Date of access 12/06/2021). (in Russian).
- Pampukha, I.V., Voloshyna, N.M., Mukohorenko, O.S. & Riaba, L.O. (2016) Suchasni sotsialni internet-merezhi v zhytti molodykh liudei [Modern social internet networks in the lives of young people]. *Zbirnyk Naukovykh Prats Viiskovoho Instytutu Kyivskoho Natsionalnoho Universytetu Imeni Tarasa Shevchenka [Collection of Scientific Works of the Military Institute of the Taras Shevchenko National University of Kyiv]*, 51, 192–200. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Znpviknu_2016_51_28 (Date of access 12/06/2021). (in Russian).
- Petrunko, O.M. (2016) Sotsializatsiia studentiv u virtualnykh sotsialnykh merezhakh: aktualnist problemy [Socialization of students in virtual social networks: the urgency of the problem]. *Pedahohichni Protsey: Teoriia i Praktyka [Pedagogical Process: Theory and Practice]*, 3, 72–77. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pptp_2016_3_15 (Date of access 12/06/2021). (in Russian).
- Popov, E.S. & Zotova, T.A. (2019) Internet-zavisimost`. komp`yuternaya zavisimost` [Internet addiction. computer addiction]. Proceedings from Youth Science in the XXI Century: Traditions, Innovations, Vectors of Development. *Vserossiyskaya Nauchno-Issledovatel`skaya Konferenciya (25 aprelya 2019) - All-Russian Research Conference*. (pp. 196–197). Orenburg: Southern University (IUBiP) Publ. (in Russian).

- Psikhologicheskie Issledovaniya: Praktikum po Obshej Psikhologii dlya Studentov Pedagogicheskikh Vuzov* (1996) [*Psychological Research: Workshop on General Psychology for Students of Pedagogical Universities*] / Т.И. Pashukova, А.И. Dopira, G.V. D`yakonov. Moscow: Institute of Practical Psychology. URL: <http://psychlib.ru/inc/absid.php?absid=14166> (Date of access 12/06/2021). (in Russian).
- Rajgorodskij, D.Ya. (2002) *Prakticheskaya psikhodiagnostika. Metodiki i testy`. Uchebnoe posobie* [*Practical psychodiagnostics. Techniques and tests. Tutorial*]. Samara: BAKhRAKh-M. (in Russian).
- Rotman, D.G., Postalovskij, A.V. & Rasol`ko, I. D. (2014) Soczial`ny`e media v informacionnom pole respubliki Belarus` [*Social media in the information field of the Republic of Belarus*]. *Socziologiya* [*Sociology*], 4, 90–99. (in Russian).
- Skrynko, N.V. (2016) Natsionalno-psykholohichni osoblyvosti ukrainskoho spozhyvacha [*National and psychological features [of the Ukrainian consumer]*]. *Naukovyi Visnyk Uzhhorodskoho Universytetu. Serii: Ekonomika* [*Scientific Bulletin of Uzhhorod University. Series: Economics*], 1(47), 146–151. (in Russian).
- Shamarova, E.V. (2020) Problema naczional`noj identichnosti sovremenny`kh belorusov v kontekste mirovy`kh tendencij: soczial`no-filosofskaya traktovka [*The problem of the national identity of modern Belarusians in the context of world trends: social and philosophical interpretation*]. Proceedings from Ethnic culture in the modern world. VI *Mezhdunarodnaya nauchno-prakticheskaya konferenciya, posvyashhennaya 100-letiyu obrazovaniya Chuvashskoj avtonomnoj oblasti (8 noyabrya 2020) - VI International Scientific and Practical Conference*. (Vols.1-3). (pp.33–36). Cheboksary: Chuvash State Institute of Culture and Arts Publ. (in Russian).
- Sheinov, V.P. (2019) Vnutrilichnostny`e prediktory` viktimizaczii [*Intrapersonal predictors of victimization*]. *Institut Psikhologii Rossijskoj Akademii Nauk. Organizaczionnaya Psikhologiya i Psikhologiya Truda* [*Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational Psychology and Labor Psychology*], 4(1), 154–182. (in Russian).
- Sheinov, V.P. (2020a) Adaptaczija i validizaczija oprosnika «Shkala zavisimosti ot smartfona» dlya russkoyazy`chnogo socziuma [*Adaptation and validation of the questionnaire "Smartphone Addiction Scale" for the Russian-speaking society*]. *Sistemnaya Psikhologiya i Socziologiya* [*Systems Psychology and Sociology*], 3(35), 75–84. (in Russian). DOI:10.25688/2223-6872.2020.35.3.6
- Sheinov, V.P. (2021) Korotkaya versiya oprosnika «Shkala zavisimosti ot smartfona» [*Short version of the questionnaire "Smartphone Addiction Scale"*]. *Institut Psikhologii Rossijskoj Akademii Nauk. Organizaczionnaya Psikhologiya i Psikhologiya Truda*

[*Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational Psychology and Labor Psychology*], Т. 6. № 1. 97-115. (in Russian). DOI: 10.38098/ipran.opwp.2021.18.1.005 URL: <http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document644.pdf> (Date of access 12/06/2021).

- Aljomaa, S.S et al. (2016) Smartphone addiction among university students in the light of some variables. *Computers in Human Behavior*, 61, August, 155–164. DOI:10.1016/j.chb.2016.03.041
- Bian, M. & Leung, L. (2015) Linking Loneliness, Shyness, Smartphone Addiction Symptoms, and Patterns of Smartphone Use to Social Capital. *Social science computer review*, 33(1). 61–79. <https://doi.org/10.1177/0894439314528779>
- Bolle, C.L. (2014) *Who is a smartphone addict? The impact of personal factors and type of usage on smartphone addiction in a Dutch population*. University of Twente.
- Cerit, B., Bilgin, N.Ç. & Ak, B. (2018) Relationship between smartphone addiction of nursing department students and their communication skills. *Contemporary Nurse*, 54, 532–542. DOI: <https://doi.org/10.1080/10376178.2018.1448291>
- Ching, K.H. & Tak, L.M. (2017) The structural model in parenting style, attachment style, self-regulation and self-esteem for smartphone addiction. *Journal of Psychology & the Behavioral Sciences*, 3 (1). DOI:10.22492/IJPBS.3.1.06
- Howard-Jones, P. (2011) The Impact of Digital Technologies on Human Well-Being. *Nominet Trust*, 11(7).
- Jiang, Q., Li, Y. & Shypenka, V. (2018) Loneliness, individualism, and smartphone addiction among international students in China. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21(11). DOI: <https://doi.org/10.1089/cyber.2018.0115>
- Kara, M., Baytemir, K. & Inceman-Kara, F. (2019) Duration of daily smartphone usage as an antecedent of nomophobia: exploring multiple mediation of loneliness and anxiety. *Behaviour & Information Technology*, DOI:10.1080/0144929X.2019.1673485
- Mahapatra, S. (2019) Smartphone addiction and associated consequences: Role of loneliness and self-regulation. *Behaviour & Information Technology*, 38(8). 833–844. DOI: <https://doi.org/10.1080/0144929X.2018.1560499>
- Sok, S.R., Seong, M.H. & Ryu, M.H. (2019) Differences of Self-Control, Daily Life Stress, and Communication Skills between Smartphone Addiction Risk Group and General Group in Korean Nursing Students. *Psychiatr Q* 90, 1–9. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11126-018-9596-1>

- Tateno, M. et al. (2019) Internet Addiction, Smartphone Addiction, and Hikikomori Trait in Japanese Young Adult: Social Isolation and Social Network. *Front Psychiatry*. 10, 455. Published online Jul 10. DOI:10.3389/fpsyt.2019.00455
- Van Deursen, A., Bolle, C.L. & Hegner, S.M. (2015) Modeling habitual and addictive smartphone behavior: The role of smartphone usage types, emotional intelligence, social stress, self-regulation, age, and gender. *Computers in Human Behavior*. April, 45. 411–420. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.039>
- Xie, X., Dong, Y. & Wang, J. (2018) Sleep quality as a mediator of problematic smartphone use and clinical health symptoms. *Journal of behavioral addictions*, 7(2). 466–472. DOI:<https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.40>
- Yang, Z., Asbury, K. & Griffiths, M.D. (2019) An Exploration of Problematic Smartphone Use among Chinese University Students: Associations with Academic Anxiety, Academic Procrastination, Self-Regulation and Subjective Wellbeing. *Int J. Ment Health Addiction*, 17. 596–614. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9961-1>
- Zencirci, S.A., Aygar, H., Gökteş, S. & Önsüz, M.F. et al. (2018) Evaluation of smartphone addiction and related factors among university students. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 6(7). 2210–2216. www.msjonline.org.p ISSN 2320-6071 DOI: <http://dx.doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20182805>

The article was received: 26.05.2021. Published online: 30.12.2021

Библиографическая ссылка на статью:

Шейнов В.П., Блинова Е.Е., Девыцын А.С. Зависимость от смартфона среди белорусов и украинцев: сравнительный анализ // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2021. Т. 6. № 4. С. 4 – 32. DOI: 10.38098/ipran.opwp_2021_21_4_001

Shejnov, V.P., Blinova, E.E., Devicyun, A.S. (2021). Zavisimost' ot smartfona sredi belorusov i ukraincev: sravnitel'nyj analiz. [Smartphone addiction: connections and properties in belarusian and ukrainian societies]. *Institut psikhologii Rossiyskoy akademii nauk. Organizatsionnaya psikhologiya i psikhologiya truda. [Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational psychology and psychology of work]*. 6 (4), 4 – 32. DOI: 10.38098/ipran.opwp_2021_21_4_001

Адрес ссылки: <http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document 712.pdf>