

УДК 159.9

ГРНТИ 15.41.21

ВЛИЯНИЕ ЗАВИСИМОСТИ ОТ СМАРТФОНА НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК ПОКОЛЕНИЯ Z

© 2022 г. В.П. Шейнов*, В.А. Карпиевич**

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

*** Кандидат исторических наук, доцент, доцент кафедры философии и права, Белорусский государственный технологический университет, г. Минск, Республика Беларусь; E-mail: karpievich68@yandex.by*

Зависимость от смартфона получила значительное распространение в современном обществе. Обнаружены последствия этой зависимости, отрицательно влияющие на психологическое состояние ее жертв. Цель данного исследования — выявить для юношей и девушек поколения Z предполагаемые связи зависимости от смартфона с импульсивностью, неассертивностью, зависимостью от социальных сетей, незащищенностью от манипуляций, проблемами со сном и настроением. В исследовании приняла участие группа испытуемых поколения Z, включающая 496 студентов в возрасте 17-22 лет, в том числе 262 девушки и 235 юношей. Выявлены значимые связи зависимости юношей и девушек от смартфона: положительные — с импульсивностью ($r = 0,316$, $p < 0,001$), зависимостью от социальных сетей ($r = 0,491$, $p < 0,001$) и проблемами со сном ($r = 0,171$, $p < 0,001$) и отрицательные — с ассертивностью ($r = -0,324$, $p < 0,001$); у девушек — еще и отрицательная связь зависимости от смартфона с агрессивностью ($r = -0,145$, $p = 0,001$) и хорошим настроением ($r = -0,154$, $p = 0,002$): у девушек зависимость от смартфона ухудшает настроение, но уменьшает их агрессивность. Полученный результат об отрицательной корреляции зависимости от смартфона девушек и юношей с ассертивностью является новым для отечественных исследований. Связь зависимости от смартфона с плохим настроением, показанная в зарубежном исследовании для мужчин и женщин, подтвердилась только для девушек. Имеет место негативное влияние на успеваемость юношей и девушек импульсивности (связанной с зависимостью от смартфона) и незащищенности от манипуляций. Полученные результаты свидетельствуют о негативном воздействии зависимости от смартфона на психологическое состояние жертв этой зависимости.

Ключевые слова: зависимость от смартфона, поколение Z, психологическое состояние, импульсивность, асертивность, незащищенность от манипуляций, зависимость от социальных сетей.

ВВЕДЕНИЕ

В современном обществе зависимость от смартфона получила значительное распространение. В частности, на российской выборке обнаружено, что «95,5% молодых людей продемонстрировали средний уровень зависимости, 2,7% — высокий уровень, а 0,6% — очень высокий» (Варламова и др., 2015, с. 165).

В значительной степени зависимость от смартфона присуща представителям «поколения Z». Поэтому особый интерес для исследования влияния цифровых зависимостей, к каковым относится зависимость от смартфона, вызывают представители именно этого поколения.

Поколение Z (англ. *Generation Z*) — термин, применяемый в мире для поколения людей, родившихся примерно с 1997 по 2012 годы. То, что предыдущие поколения называли «новыми технологиями» или «технологиями будущего», для поколения Z — их настоящее. Это первое действительно «цифровое» поколение людей, родившихся после цифровой революции и привыкших получать информацию через цифровые каналы. Представители поколения Z активно используют планшеты, VR- и 3D-реальность.

Интернет-коммуникация поколения Z является базовой для молодого поколения: ее основу составляют контакты посредством смартфона, электронной почты, социальных сетей, пользование видео-хостингами, общение посредством мессенджеров и в сообществах социальных сетей, использование видеотрансляций (Кондратьева, Довейко, 2021, с. 307).

«Дети сейчас фактически рождаются с мобильным телефоном в руках, а первой игрушкой для них становится компьютер. Поколение «юзеров» — они используют все средства для общения в Сети — сутками сидят в социальных сетях, играют в онлайн-игры, постоянно рассказывают о своей жизни в блогах и общаются по ICQ или в Skype.

Общению в виртуальном пространстве часто отдается приоритет при выборе между личной встречей и обсуждению вопросов посредством электронной почты или службы мгновенных сообщений» (Сапа, 2014, с. 24).

Результатом интернет-коммуникация поколения Z стало то, что «за последние 10 лет среднее время внимания к одной единице информации сократилось до 8 секунд против 12 секунд» у предыдущего поколения (Кучерихин, 2017, с.71).

Действительно, «психологи утверждают, что среднее время концентрации на одном предмете у подростков сократилось до восьми секунд. Иначе они не успеют ухватить максимум из того, что проносится мимо них в информационном потоке. Дольше им сосредотачиваться на предмете сложно. Учителя повально стали фиксировать синдром дефицита внимания едва ли не в каждом втором ребенке. А ведь это медицинский диагноз. Но сегодня восьмисекундная сосредоточенность уже преподносится как особенность современных подростков, которые начинают овладевать гаджетами едва ли не с пеленок и едва успевают за день просмотреть все новости в социальных сетях и перейти по всем скинутым им ссылкам» (Поколение Z, 2017, с. 81).

Поэтому неудивительно, что «принцип получения информации современных студентов отличается от классического дидактического подхода, студенты предпочитают использовать поисковые системы, настроенные на передачу кратких изложений учебного материала, передающего суть, но опускающих освещение многосторонних связей и причинно-следственных заключений развития, широты концепций изучения и объективных противоречий суждений поставленного вопроса. Таким образом, очевидно, что в отличие от принципа осмысления учебной информации студентами предыдущих поколений, у студентов «Z-поколения» отмечается тенденция так называемого «клипового мышления», не формирующего причинно-следственной логики, при которой процессы и явления окружающей действительности воспринимались бы не только как данность, но и поддавались бы управлению со стороны личности» (Бейлина, Двойникова, 2019, с.3, 6–7).

«На основании проведенного эмпирического исследования получены следующие выводы: типичный представитель поколения Z начал использовать компьютер в 10 лет, в этом же возрасте он зарегистрировался в социальных сетях и начал использовать электронную почту. Телефон с доступом в интернет у него появился в 12 лет, к этому же возрасту представитель поколения Z уже активно играл в онлайн-видеоигры на компьютере и в офлайн-игры на других устройствах. В 14 лет начал пользоваться мессенджерами. В настоящее время чаще всего представители поколения Z используют социальные сети «ВКонтакте» (60,07%), Instagram (47,65%) и мессенджер WhatsApp (44,63%). У 80% респондентов более 100 друзей и подписчиков в социальных сетях. При этом активно ведут свой блог в социальных сетях 15% представителей поколения Z, у которых от 700 до 4000 «друзей»; 73,3% респондентов имеют два и более адресов электронной почты» (Лapidус, Гостилович, Омарова, 2020, с.288)

В отечественных исследованиях поколения Z «особое внимание уделяется социальному взаимодействию. В этом аспекте рассматриваются когнитивные способности, влияющие на отношение к совершению ими ошибок при выполнении функциональных обязанностей (клиповое мышление, дефицит внимания), личностные, обуславливающие специфику командного взаимодействия и мотивационных механизмов (высокая уверенность в своей уникальности, стремление к самосовершенствованию, ценность личного опыта, ориентация на настоящий момент, стремление к успеху, достижение быстрого результата) и социально-значимые качества, проявляющиеся в противоречивой позиции деловых контактов поколения Z» (Полянок и др., 2019, с. 389).

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.

В частности, зависимость от смартфона усиливает *тревожность, депрессию, импульсивность*.

Действительно, для русскоязычных испытуемых установлено, что «зависимость от смартфона положительно коррелирует с тревожностью, депрессией, стрессом и отрицательно связана с самоконтролем и с удовлетворенностью жизнью. Зависимость от смартфона женщин статистически значимо превосходит зависимость от смартфона мужчин» (Шейнов, 2021, с. 97).

В ряде зарубежных исследований выявлена положительная корреляция зависимость от смартфона с *импульсивностью* (Billieux et al., 2008; Gecaite-Stonciene et al., 2021; Jo et al., 2018; Kim et al., 2016; Mei et al., 2018; Peterka-Bonetta et al., 2019; Lee, Park, 2014).

Имеет место взаимосвязь между зависимостью от Facebook и зависимостью от смартфона (Khoury, Neves, Roque, 2019).

Представленные связи зависимости от смартфона с личностными свойствами означают, что эта зависимость может сказываться на взаимоотношениях ее жертвы с окружающими. Например, на степени неассертивности поведения, поскольку ассертивное поведение является ситуативным (Шейнов, 2015).

Поэтому представляет интерес ответ на вопрос, влияет ли зависимость от смартфона на ассертивность русскоязычных пользователей этого гаджета.

Обнаруженная для зависимых от смартфона пользователей «опасность стать жертвой кибербуллинга» (Шейнов, Девицын, 2021, с. 174) поднимает вопрос о том, связана ли с этой зависимостью незащищенность от манипуляций.

В предыдущих исследованиях установлено, что проявления зависимости от смартфона у женщин и мужчин отличаются (Шейнов, 2021; Шейнов, Девицын, 2021).

Различаются они и в ассертивности¹, и в степени незащищенности от манипуляций: мужчины в целом хуже женщин защищены от манипуляций².

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.

Для студентов зависимость от смартфонов несет дополнительные трудности (Park, Park, Park, 2018, с. 218).

Адаптацию к студенческой жизни зависимых от смартфонов юношей и девушек затрудняет то, что они из-за чрезмерной привязанности к нему они не высыпаются (Park, 2019). При этом качество сна опосредовало взаимосвязь между проблемным использованием смартфона и симптомами нездоровья (Xie et al, 2018; Zencirci et al, 2018).

В связи с вышеизложенным, *цель* данного исследования — выявить для юношей и девушек поколения Z предполагаемые связи зависимости от смартфона с импульсивностью, неассертивностью, зависимостью от социальных сетей, незащищенностью от манипуляций, проблемами со сном и настроением.

МЕТОДИКА

Участники исследования и сбор данных: В исследовании приняла участие группа испытуемых поколения Z, включающая 496 студентов в возрасте 17-22 лет ($M = 19,2$, $SD = 1,76$), в том числе 262 девушки ($M = 18,9$, $SD = 1,78$) и 235 юношей ($M = 19,6$, $SD = 1,73$). Часть данных получена при тестировании студенческих групп в аудитории, другая — через социальные сети студентов вузов из разных регионов республики. Специальности испытуемых — экономические, химические, культурология, печатное дело, информатика, медицина, спасатели (МЧС) и др.

¹ Шейнов В.П. Разработка теста ассертивности, удовлетворяющего требованиям надежности и валидности // Вопросы психологии. 2014. № 2. С. 115.

² Шейнов, В.П. Разработка опросника для оценки степени незащищенности индивида от манипулятивных воздействий // Вопросы психологии. 2012. № 4. С. 153.

Использованные методики. Зависимость от смартфона оценивалась короткой версией САС-16 «Шкалы зависимости от смартфона», надежность и валидность которой доказана (Шейнов, 2021).

Психометрические характеристики опросника САС-16: стандартизованная Альфа Кронбаха для 447 женщин 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 составляет 0,855 ($\rho \leq 0,001$) (Шейнов, 2021).

Ассертивность диагностировалась опросником А26, удовлетворяющим требованиям надежности и валидности; психометрические характеристики А26: стандартизованная Альфа Кронбаха для матрицы ответов на 26 заданий опросника равна 0,911 ($\rho \leq 0,001$), ретестовая надежность с интервалом в один месяц $R = 0,832$, $\rho \leq 0,001$ ³.

Незащищенность от манипуляций диагностировалась опросником НЭМ; его психометрические характеристики: стандартизованная Альфа Кронбаха для матрицы ответов на 20 заданий опросника равна 0,772 ($\rho \leq 0,001$), корреляция между первым и вторым тестом при тестировании четырех групп с интервалом в 4-8 недель находится в пределах $0,771 \leq R \leq 0,923$ ($\rho \leq 0,001$)⁴.

Зависимость от социальных сетей измерялась авторским опросником ЗСС-15, надежность и валидность которого доказана⁵. Психометрические характеристики опросника ЗСС-15: стандартизованная Альфа Кронбаха равна 0,858, корреляция между первым и вторым тестом $R = 0,811$, $\rho \leq 0,001$.

³ Шейнов В.П. Разработка теста ассертивности, удовлетворяющего требованиям надежности и валидности // Вопросы психологии. 2014. № 2. С.109–110.

⁴ Шейнов, В.П. Разработка опросника для оценки степени незащищенности индивида от манипулятивных воздействий // Вопросы психологии. 2012. № 4. С.151.

⁵ 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_(Дата обращения 14.12.2021).

Импульсивность диагностировалась «Методикой диагностики потенциала коммуникативной импульсивности», предложенной В.А. Лосенковым (Фетискин, Козлов, Мануйлов, 2002). Тест-опросник В.А. Лосенкова содержит 20 вопросов и 4-балльную шкалу ответов. Для части вопросов выбранный номер ответа соответствует количеству баллов, то есть 1, 2, 3 или 4. Для остальных баллы подсчитываются в обратном порядке. Полученный по результатам тестирования высокий уровень импульсивности характеризует человека с недостаточным самоконтролем в общении и деятельности.

Агрессивность измерялась методикой А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» (Райгородский, 2002).

Испытуемым были заданы дополнительные вопросы:

– Были ли в последние несколько месяцев *проблемы со сном?* (Ответы: 1-Нет, 2- есть небольшие, 3- есть серьезные).

– Ваше *настроение* в последнее время чаще всего: 1-плохое; 2- скорее плохое, чем хорошее; 3-скорее хорошее, чем плохое; 4- хорошее.

Успеваемость оценивалась средним баллом по результатам экзаменов, а для первокурсников — по среднему баллу аттестата.

Для *статистического анализа* использован пакет программ SPSS-22. Уровень значимости в данном исследовании: $p = 0.05$.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Для решения вопроса о том, какими критериями исследовать предполагаемые связи зависимости от смартфона, изучаемые выборки были проверены с помощью критерия Колмогорова-Смирнова на их соответствие нормальному распределению.

Проведенная проверка показала, что часть выборок, представляющих изучаемые качества, распределены нормально (зависимость от смартфона, ассертивность, незащищенность от манипуляций), но распределение других отлично от нормального

(зависимость от социальных сетей, импульсивность, агрессивность, возраст, средний балл успеваемости, настроение, проблемы со сном).

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.1–4), делая в каждом случае тот или иной вывод по тем из корреляций, для которых соблюдены (или не соблюдены) условия нормальности распределения выборок в каждой исследуемой паре переменных.

В таблицах 1–4 представлены результаты вычисления соответствующих корреляций в выборках девушек, юношей и объединенной выборке девушек и юношей.

Таблица 1

Корреляции зависимости от смартфона со свойствами и состояниями личности (юноши и девушки, n = 496)

	Корреляции Пирсона	Значимость (2-сторонняя)	Корреляции Кендалла	Значимость (2-сторонняя)
Возраст	-,182**	,000	-,148**	,000
НЗМ	-,169*	,000	-,128**	,000
Импульсивность	,416**	,000	,316**	,000
ЗСС	,665**	,000	,491*	,000
Ассертивность	-,324**	,000	-,225**	,000
Агрессия	-,203**	,000	-,148**	,000
Сон	,219**	,000	,171**	,000
Настроение	-,188**	,000	-,147**	,000
Ср. балл	,020	,672	,016	,623

Обозначения в таблицах 1–4: ЗСС – зависимость от социальных сетей, НЗМ – незащищенность от манипуляций, Сон – проблемы со сном, Ср. балл – средний балл успеваемости; ** – корреляция (2-сторонняя) значима на уровне 0.01; * – корреляция (2-сторонняя) значима на уровне 0.05; выделены статистически значимые корреляции.

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 таблице 1 результаты показывают наличие статистически значимых связей зависимости от смартфона: отрицательных – с возрастом, ассертивностью, агрессией, незащищенностью от манипуляций и хорошим настроением и

ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ — с импульсивностью, зависимостью от социальных сетей и проблемами со сном.

При объединении выборок юношей и девушек в одну общую могут добавиться связи, которых не было в одной из подвыборок, или исчезнуть связи, присутствующие только в одной из них. Поэтому рассмотрим отдельно связи в выборках девушек и юношей. Таблица 2 показывает наличие статистически значимых связей зависимости девушек от смартфона: отрицательных — с возрастом, ассертивностью, агрессией, и хорошим настроением и положительных — с импульсивностью, зависимостью от социальных сетей и проблемами со сном.

Таблица 2

Корреляции зависимости от смартфона со свойствами и состояниями личности (девушки, n = 262)

	Корреляции Пирсона	Значимость (2-сторонняя)	Корреляции Кенделла	Значимость (2-сторонняя)
Возраст	-,178**	,006	-,142**	,003
НЗМ	-,057	,357	-,041	,347
Импульсивность	,350**	,000	,257**	,000
ЗСС	,700**	,000	,515**	,000
Ассертивность	-,320**	,000	-,209**	,000
Агрессия	-,202**	,001	-,145**	,001
Сон	,259**	,000	,188**	,000
Настроение	-,210**	,001	-,154**	,002
Ср. балл	,023	,724	,011	,801

Представленные в таблице 3 результаты показывают наличие статистически значимых связей зависимости юношей от смартфона: отрицательных — с возрастом и ассертивностью и положительных — с импульсивностью, зависимостью от социальных сетей и проблемами со сном.

Таким образом, и девушки, и юноши показали статистически значимые связи зависимости от смартфона: положительные — с импульсивностью, зависимостью от социальных сетей и проблемами со сном и отрицательные — с возрастом,

ассертивностью. В дополнение к этому у девушек еще и отрицательная связь зависимости от смартфона с агрессивностью и хорошим настроением.

Таблица 3

Корреляции зависимости от смартфона со свойствами и состояниями личности (юноши, n = 235)

	Корреляции Пирсона	Значимость (2-сторонняя)	Корреляции Кенделла	Значимость (2-сторонняя)
Возраст	-,172**	,008	-,135**	,005
НЗМ	-,071	,279	-,077	,091
Импульсивность	,357**	,000	,270**	,000
ЗСС	,510**	,000	,361**	,000
Ассертивность	-,180**	,006	-,139**	,002
Агрессия	-,052	,428	-,048	,298
Сон	,123*	,049	,111*	,035
Настроение	-,091	,166	-,067	,194
Ср. балл	-,095	,175	-,078	,110

Установленная положительная связь зависимости студентов от смартфона с *импульсивностью* подтверждает для студентов аналогичный результат, полученный в зарубежных исследованиях (Billieux et al., 2008; Gecaite-Stonciene et al., 2021; Jo et al., 2018; Kim et al., 2016; Mei et al., 2018; Peterka-Bonetta et al., 2019; Lee, Park, 2014).

Полученная в исследовании положительная связь зависимости студентов от смартфона с их зависимостью от *социальных сетей* повторяет аналогичный результат зарубежных исследований (Khoury et al., 2019; Tunc-Aksan, Akbay, 2019; Jeong et al., 2016).

Положительная связь зависимости от смартфона с зависимостью от социальных сетей свидетельствует о том, что студенты для выхода в социальные сети чаще используют смартфон.

Выявленная в данной работе положительная связь зависимости студентов от смартфона с проблемами со сном была недавно показана в нескольких зарубежных публикациях (Zhang, Wu, 2020; Park, 2019; Xie et al, 2018; Zencirci et al, 2018), так что полученный результат показывает, что такие неприятные последствия имеют место и у белорусских студентов.

Подтверждение для белорусских студентов неблагоприятных последствий зависимости от смартфона, первоначально выявленных за рубежом – импульсивности, зависимости от социальных сетей, проблем со сном – свидетельствует о том, что зависимость от смартфона воздействует на ее жертв независимо от их национальности и места проживания, и это воздействие носит универсальный характер.

Связь зависимости от смартфона с плохим настроением, установленная в зарубежном исследовании (Tateno, 2019) для мужчин и женщин, в нашем исследовании подтвердилась только у девушек.

Это еще одно свидетельство того, что зависимость девушек от смартфона превосходит (об этом см. далее) зависимость юношей от смартфона.

Если в работах иностранных авторов установлено, что зависимость от смартфона увеличивает агрессию» (Woo et al., 2018; Lee et al., 2018), то в настоящем исследовании связь с агрессией проявилась только у девушек, причем с отрицательным знаком.

Этот результат требует дополнительного исследования особенностей женской агрессии. По результату данного исследования можно только высказать некоторые предположения. Возможно, это проявление ментальных различий между белорусским и зарубежными социумами.

На объединенной выборке юношей и девушек выявлена слабая отрицательная связь зависимости от смартфона с незащищенностью от манипуляций. Именно слабостью этой связи можно объяснить то, что на более коротких выборках юношей и девушек эта связь не значима. Поэтому делать какой-либо вывод о наличии связи пока преждевременно, оставляя его для последующего изучения.

Установленная отрицательная корреляция зависимости от смартфона с асертивностью девушек и юношей повторяет результат одного зарубежного (Gu, Lee, Hong, 2016) исследования, но является новым для отечественных исследований.

«Асертивное 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» (Шейнов, 2015, с. 28).

Полученная в исследовании отрицательная связь зависимости от смартфона с ассертивностью свидетельствует о том, что ассертивная личность не нуждается в чрезмерном псевдообщении через смартфон, отдавая предпочтение непосредственному, живому общению с окружающими.

Обнаруженное зарубежными коллегами, как следствие зависимости от смартфона «снижение успеваемости учащихся и студентов» (Шейнов В. П., Девицын, 2021, с. 174) не нашло в настоящем исследовании подтверждения: корреляционный анализ не показал прямой связи зависимости от смартфона с успеваемостью.

Но имеет место влияние на успеваемость факторов, связанных с зависимостью от смартфона — положительной связью с импульсивностью и отрицательной — с возрастом, а также с незащищенностью от манипуляций.

Таблица 4

Связи успеваемости студентов с импульсивностью, незащищенностью от манипуляций и возрастом

Корреляции	Возраст	ВМ-16-Сумма	Имп15-13
Пирсона	,260**	-,142**	-,094*
Значимость	,000	,003	,050
Кендалла	,154**	-,101**	-,082*
Значимость	,000	,003	,016

Отрицательная связь успеваемости студентов с импульсивностью и незащищенностью от манипуляций отражает вполне объяснимые факты: защищенность от манипуляций и меньшая импульсивность способствуют более высокой успеваемости.

Положительная связь успеваемости с возрастом подтверждается известным фактом, что последняя у студентов действительно возрастает при переходе на старшие

курсы. Происходит это в силу взросления, адаптации к процессу обучения, результата обучения или уменьшения зависимости от смартфона – сказать пока не представляется возможным, для этого требуются дополнительные исследования.

Проверка по t-критерию равенства средних показала, что зависимость девушек от смартфона ($M = 21,1$) статистически значимо ($p = 0.000$) превосходит зависимость юношей от смартфона ($M = 14,7$). Этот вывод повторяет ранее установленный результат (Шейнов, 2021, с. 97).

ВЫВОДЫ

Выявлены значимые связи зависимости юношей и девушек от смартфона: положительные – с импульсивностью, зависимостью от социальных сетей и проблемами со сном и отрицательные – с возрастом и ассертивностью. В дополнение к этому у девушек имеет место и отрицательная связь зависимости от смартфона с агрессивностью и хорошим настроением: у девушек зависимость от смартфона ухудшает настроение, но уменьшает их агрессивность.

Зависимость от смартфона студентов старших курсов в целом ниже, чем у студентов младших курсов.

Установленные положительные связи зависимости студентов от смартфона с импульсивностью, с их зависимостью от социальных сетей, с проблемами со сном и отрицательная связь с ассертивностью подтверждают для студентов аналогичные результаты, полученные в зарубежных исследованиях.

Связь зависимости от смартфона с плохим настроением, установленная в зарубежном исследовании для мужчин и женщин, подтвердилась только для девушек.

Не обнаружено прямого влияния зависимости от смартфона на успеваемость, но имеет место влияние на успеваемость факторов, связанных с зависимостью от смартфона – положительной связью зависимости от смартфона с импульсивностью (она отрицательная с успеваемостью см. Таб.4, необходима перепроверка знаков корреляций, словесного описания и вывода) и отрицательной связью зависимости от смартфона – с

возрастом (она положительная с успеваемостью см. Таб.4, необходима перепроверка знаков корреляций, словесного описания и вывода), а также с незащищенностью от манипуляций.

Полученные результаты свидетельствуют о негативном воздействии зависимости от смартфона на психологическое состояние жертв этой зависимости.

ЛИТЕРАТУРА

- Бейлина Н.С., Двойникова Е.Ю.* Особенности социально-психологической адаптации поколения девятидесятых годов («Z-поколение») // Мир науки. Педагогика и психология, 2019. № 3. Т. 7. Режим доступа: <https://mir-nauki.com/PDF/66PSMN319.pdf>. (Дата обращения 06.12.2021)
- 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.
- Кондратьева Л.Э., Довейко А.Б.* Интернет-коммуникация “поколения Z” как базовая часть коммуникации молодого поколения в современном обществе // XI Рязанские социологические чтения: развитие территории в условиях современных вызовов : материалы Национальной научно-практической конференции, Рязань, 14–15 октября 2021 года. Москва: ООО "Издательство Ипполитова", 2021. С. 305-313.
- Кучерихин В.В.* Поколение Z – поколение «прямого эфира» и «историй» // Череповецкие научные чтения - 2017 : Материалы Всероссийской научно-практической конференции: в 4х частях, Череповец, 21–22 ноября 2017 года / Отв. ред. Е.В. Целикова. Череповец: Череповецкий государственный университет, 2018. С. 70-72..
- Липидус Л.В., Гостилович А.О., Омарова Ш.А.* Особенности проникновения цифровых технологий в жизнь поколения Z: ценности, поведенческие паттерны и потребительские привычки интернет-поколения // Государственное управление. Электронный вестник. Выпуск № 83. Декабрь 2020 г. С. 271–293. DOI: 10.24411/2070-1381-2020-10119.
- Поколение Z – самое правильное поколение? // Аккредитация в образовании. 2017. № 8 (100). С. 80–84.
- Полянок, О.В., Абрамов, С.М., Акулов, С.А., Железникова, А.В.* Поколение Z: фиджитал-поколение сотрудников // Евразийский юридический журнал. 2019. № 7 (134). С. 389–393.

- Райгородский Д.Я.* Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. Самара: БАХРАХ-М, 2002. 672 с.
- Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М.* Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. 490 с.
- 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. <http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document644.pdf> (Дата обращения 06.12.2021) DOI: 10.38098/ipran.opwp.2021.18.1.005.
- 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
- Шейнов В.П.* Детерминанты ассертивного поведения // Психологический журнал Ин-т психологии РАН. 2015. том 36. № 3. С. 28–37.
- Andreassen C.S., Pallesen S., Griffiths M.D.* The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey // Addictive behaviors. 2017. Vol. 64. P.287–293. DOI: 10.1016/j.addbeh.2016.03.006.
- 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. № 9. December 2008. P. 1195-1210. DOI: 10.1002/acp.1429
- Włachnio A., Przepiórka A.* Facebook intrusion, fear of missing out, narcissism, and life satisfaction: A cross-sectional study // Psychiatry research. 2018. Vol. 259. P. 514–519. DOI: 10.1016/j.psychres.2017.11.012
- Casale S., Banchi V.* Narcissism and problematic social media use: A systematic literature review // Addictive Behaviors Reports. 2020. Vol. 11. 100252. DOI: 10.1016/j.abrep.2020.100252.
- Choi Y.* Narcissism and Social Media Addiction in Workplace // The Journal of Asian Finance, Economics and Business. 2018. 5(2) P. 95–104. DOI: 10.13106/JAFEB.2018.VOL5 NO2.95.
- 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/fpsyt.2021.634464.

- Gu H.J., Lee O.S., Hong M.J.* The relationship between SNS addiction tendency, self assertiveness, interpersonal problems and in college students // *Journal of the Korea Academia*. 2016. Vol. 17. Issue 4. P.180–187. DOI:10.5762/KAIS.2016.17.4.180
- 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. № 54. January 2016. P. 10–17. DOI: 10.1016/j.chb.2015.07.035
- Jo H., Na E., Kim D.J.* The relationship between smartphone addiction predisposition and impulsivity among Korean smartphone users // *Addiction Research & Theory*. 2018. T. 26. № 1. P. 77–84. DOI: 10.1080/16066359.2017.1312356
- Khoury JM, Neves MCL, Roque MAV.* Smartphone and Facebook addictions share common risk and prognostic factors in a sample of undergraduate students // *Trends Psychiatry Psychother*. 2019. Vol. 41. № 4. DOI: 10.1590/2237-6089-2018-0069.
- 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.
- Lee S.Y., Lee D., Nam C.R. et al.* Distinct patterns of Internet and smartphone-related problems among adolescents by gender: Latent class analysis // *Journal of Behavioral Addictions*. 2018. Vol. 7: Issue 2. P. 454–465. DOI: 10.1556/2006.7.2018.28
- 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. № 8. P. 459–465. DOI:10.14400/JDC.2014.12.8.459
- 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. 15(3). 504; DOI: 10.3390/ijerph15030504.
- Park J. Y., Park S. E., Park M. J.* The Effects of Smartphone Addiction on Nursing Students' Adaptation to College Life: Focusing on Mediation Effect of Social Support // *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. 2018. Volume 19. Issue 1. P. 218–229. DOI: 10.5762/KAIS.2018.19.1.218
- Park J.-H.* The Convergent effects of Smartphone Addiction on Sleeping Time and Sleep Deprivation among College Students // *Journal of digital convergence*. 2019. 17 (9). 311–320. DOI: 10.14400/JDC.2019.17.9.311.
- 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.
- 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. № 11. June 2019. DOI: 10.3389/fpubh.2019.00127.

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. P. 17. DOI: 10.4018/IJTHI.2017040103.

Tateno M. Internet Addiction, Smartphone Addiction, and Hikikomori Trait in Japanese Young Adult: Social Isolation and Social Network // Front Psychiatry. 2019; Vol. 10. 455. Published online 2019 Jul 10. doi: 10.3389/fpsyt.2019.00455

Tunc-Aksan A., Akbay S.E. Smartphone Addiction, Fear of Missing Out, and Perceived Competence as Predictors of Social Media Addiction of Adolescents // European Journal of Educational Research. 2019. Vol. 2. P. 559–566. DOI:10.12973/eujer.8.2.559

Woo J.J., Kwak E.M., Lee H.J. The convergence study of smartphone overuse on cyberbullying: Focusing on mediating effects of aggression // Journal of the Korea Convergence Society. 2018. Vol. 9. Issue 5. P. 61–67. DOI: 10.15207/JKCS.2018.9.5.061

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: 10.1556/2006.7.2018.40.

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. Vol. 6(7). 2210–2216. DOI: 10.18203/2320-6012.ijrms20182805.

Zerach G. Emptiness Mediates the Association Between Pathological Narcissism and Problematic Smartphone Use // Psychiatr Q. 2021. Vol. 92. P. 363–373. DOI: 10.1007/s11126-020-09803-9.

Zhang M.X., Wu A.M.S. Effects of smartphone addiction on sleep quality among Chinese university students: The mediating role of self-regulation and bedtime procrastination // Addictive Behaviors. 2020. Vol. 111. DOI: 10.1016/j.addbeh.2020.106552

Статья поступила в редакцию: 21.02.2022. Статья опубликована: 04.07..2022.

IMPACT OF SMARTPHONE DEPENDENCE ON THE PSYCHOLOGICAL STATE OF GENERATION Z YOUNG MANS AND GIRLS

© 2022 V.P. Sheinov*, V.A. Karpievich**

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

*** Candidate of Historical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Philosophy and Law, Belarusian State Technological University, Minsk, Republic of Belarus; E-mail: karpievich68@yandex.by*

Smartphone addiction has become widespread in today's society. The consequences of this addiction, which negatively affect the psychological state of its victims, are found. The purpose of this study is to identify for young mans and girls of generation Z the alleged links between smartphone addiction and impulsivity, lack of assertiveness, addiction to social networks, vulnerability to manipulation, problems with sleep and mood. The study involved a group of test subjects of generation Z, including 496 students aged 17-22 years, including 262 girls and 235 boys. Significant associations were found between young mans' and girls' dependence on smartphones: positive ones with impulsivity ($r = 0.316$, $p < 0.001$), addiction to social networks ($r = 0.491$, $p < 0.001$) and sleep problems ($r = 0.171$, $p < 0.001$) and negative - with assertiveness ($r = -0.324$, $p < 0.001$); for girls, there is also a negative relationship between dependence on a smartphone and aggressiveness ($r = -0.145$, $p = 0.001$) and good mood ($r = -0.154$, $p = 0.002$): in girls, dependence on a smartphone worsens their mood, but reduces their aggressiveness. The result obtained about the negative correlation of dependence on the smartphone of girls and boys with assertiveness is new for domestic research. The connection between smartphone addiction and bad mood, shown in a foreign study for men and women, was confirmed only for girls. There is a negative impact on the academic performance of boys and girls of impulsivity (associated with dependence on a smartphone) and exposure to manipulation. The results obtained indicate the negative impact of smartphone addiction on the psychological state of the victims of this addiction.

Keywords: smartphone addiction, generation Z, psychological state, impulsiveness, assertiveness, exposure to manipulation, dependence on social networks.

REFERENCES

- Bejlina, N.S., & Dvojnukova, E.YU. (2019). Osobennosti social'no-psihologicheskoy adaptacii pokoleniya devyanostyh godov («Z-pokolenie») [Features of socio-psychological adaptation of the generation of the nineties («Z-generation»)]. *Mir Nauki. Pedagogika i Psihologiya [The World of Science. Pedagogy and Psychology]*, 3(7). URL: <https://mir-nauki.com/PDF/66PSMN319.pdf>. (Accessed: 06.12.2021) (in Russian).
- Varlamova, S.N., Goncharova, E.R., & Sokolova, S.N. (2015). Internet-zavisimost' molodezhi megapolisov: kriterii i tipologiya [Internet addiction of young people in megacities: criteria and typology]. *Monitoring Obshchestvennogo Mneniya: Ekonomicheskie i Social'nye Peremeny [Monitoring Public Opinion: Economic and Social Changes]*, 2(125), 165–182. (in Russian).
- Kondrat'eva, L.E., Dovejko, A.B. (2021). Internet-kommunikaciya «pokoleniya Z» kak bazovaya chast' kommunikacii mladogo pokoleniya v sovremennom obshchestve [Internet communication of «generation Z» as a basic part of the communication of the younger generation in modern society]: Proceedings from development of the territory in the face of modern challenges. *XI Rjazanskije sociologicheskie chtenija: Nacional'naya nauchno-prakticheskaja konferenciya (14-15 oktyabrya 2021, Ryazan') [XI Ryazan Sociological Readings: National Scientific and Practical Conference]*, R.E. Markin (Ed.), (pp305–313). Moscow: LLC Ippolitov Publishing House (in Russian).
- Kucherihin, V.V. (2018). Pokolenie Z – pokolenie «pryamogo efira» i «istorij» [Generation Z – the generation of «live» and «stories»]. Proceedings from Cherepovetsk scientific readings – 2017. *Vserossijskaja nauchno-prakticheskaja konferenciya (CHerepovec, 21–22 noyabrya 2017) [All-Russian Scientific and Practical Conference]*, E.V. Tselikova (Ed.), (Vols 1-4), pp. 70–72. Cherepovets: Cherepovets State University Publ. (in Russian).
- Lapidus, L.V., Gostilovich, A.O., & Omarova, SH.A. (2020). Osobennosti proniknoveniya cifrovyh tekhnologij v zhizn' pokoleniya Z: cennosti, povedencheskie patterny i potrebitel'skie privychki internet-pokoleniya [Features of the penetration of digital technologies into the life of generation Z: values, behavioral patterns and consumer habits of the Internet generation]. *Gosudarstvennoe Upravlenie. Elektronnyj Vestnik [Public Administration. Electronic Messenger]*, 83. Dekabr', 271–293. DOI: 10.24411/2070-1381-2020-10119. (in Russian).
- Pokolenie Z – samoe pravil'noe pokolenie? [Generation Z is the right generation?] (2017). *Akkreditaciya v Obrazovanii [Accreditation in Education]*, 8(100), 80–84. (in Russian).

- Polyanok, O.V., Abramov, S.M., Akulov, S.A., ZHeleznikova, A.V. (2019). Pokolenie z: fidual-pokolenie sotrudnikov [Generation z: the digital generation of employees]. *Evrasijskij Yuridicheskij Zhurnal [Eurasian Law Journal]*, 7(134), 389–393. (in Russian).
- Raigorodskii, DYa. (2002). *Prakticheskaya Psikhodiagnostika. Metodiki i Testy [Practical Psychodiagnosics. Methods and Tests]* Samara: BAKhRAKh-M Publ. (in Russian).
- Sapa, A.V. (2014). Pokolenie Z – pokolenie epohi FGOS [Generation Z is the generation of the GEF era]. *Innovacionnye Proekty i Programmy v Obrazovanii [Innovative Projects and Programs in Education]*, 2, 24–30. (in Russian).
- Fetiskin, N.P., Kozlov, V.V., & Manujlov, G.M. (2002). *Social'no-Psihologicheskaya Diagnostika Razvitiya Lichnosti i Malyh Grupp [Socio-Psychological Diagnostics of the Development of Personality and Small Groups]* Moscow: Instituta Psihoterapii Publ. (in Russian).
- Sheinov, V.P. (2021). Korotkaya versiya oprosnika «Shkala zavisimosti ot smartfona» [Short version of the questionnaire «Smartphone Addiction Scale»]. *Institut Psikhologii Rossijskoj Akademii Nauk. Organizacionnaya Psikhologiya i Psikhologiya Truda [Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational Psychology and Labor Psychology]*, 6(1), 97–115. DOI:10.38098/ipran.opwp.2021.18.1.005. URL: <http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document644.pdf>. (Accessed 06.02.2021). (in Russian).
- Sheinov, V.P., & Devicyn A. S. (2021). Faktornaya struktura modeli zavisimosti ot smartfona [Factor structure of the smartphone addiction model]. *Institut psikhologii Rossijskoj akademii nauk. Social'naya i ekonomicheskaya psikhologiya [Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Social and Economic Psychology]*, 6(3(23)), 174–197. DOI:10.38098/ipran.sep_2021_23_3_07. (in Russian).
- Sheinov, V.P. (2015). Determinanty assertivnogo povedeniya [Determinants of Assertive Behavior]. *Psihologicheskij Zhurnal [Psychological Journal]*, 36(3), 28–37. URL: <https://naukarus.com/determinanty-assertivnogo-povedeniya>. (Accessed 06.02.2021). (in Russian).
- Billieux, J., Van der Linden, M., & Rochat, L. (2008). The role of impulsivity in actual and problematic use of the mobile phone. *Applied Cognitive Psychology*, 22(9), 1195–1210. DOI:10.1002/acp.1429.
- Błachnio, A., & Przepiórka, A. (2018). Facebook intrusion, fear of missing out, narcissism, and life satisfaction: A cross-sectional study. *Psychiatry research*, 259, 514–519. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.11.012>

- Casale, S., & Banchi, V. (2020). Narcissism and problematic social media use: A systematic literature review. *Addictive behaviors reports*, 11, 100252. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100252>
- Choi, Y. (2018). Narcissism and Social Media Addiction in Workplace. *The Journal of Asian Finance, Economics and Business*, 5(2), 95–104. <https://doi.org/10.13106/JAFEB.2018.VOL5.NO2.95>
- Gecaite-Stonciene, J., Saudargiene, A., Pranckeviciene, A. et al. (2021). Impulsivity mediates associations between problematic internet use, anxiety, and depressive symptoms in students: a cross-sectional COVID-19 study. *Frontiers in Psychiatry*. DOI:10.3389/fpsy.2021.634464.
- Gu, H. J., Lee, O. S., & Hong, M. J. (2016, April 30). The Relationship between SNS addiction tendency, Self assertiveness, Interpersonal problems and in College students. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. The Korea Academia-Industrial Cooperation Society. <https://doi.org/10.5762/kais.2016.17.4.180>
- Jeong, S.H., Kim, H.J., Yum, J.Y., & Hwang, Y. (2016). What type of content are smartphone users addicted to?: SNS vs. games. *Computers in Human Behavior*, 54, January, 10–17. DOI: 10.1016/j.chb.2015.07.035
- Jo, H., Na, E., & Kim, D.J. (2018). The relationship between smartphone addiction predisposition and impulsivity among Korean smartphone users. *Addiction Research & Theory*, 26(1), 77–84. DOI: 10.1080/16066359.2017.1312356
- Khoury, J.M., Neves, M.C.L., & Roque, M.A.V. (2019). Smartphone and Facebook addictions share common risk and prognostic factors in a sample of undergraduate students. *Trends Psychiatry Psychother*, 41(4). DOI:10.1590/2237-6089-2018-0069.
- Kim, Y., Jeong, J.E., Cho, H., Jung, D.J., Kwak, M., & Rho, M.J. (2016). Personality factors predicting smartphone addiction predisposition: Behavioral inhibition and activation systems, impulsivity, and self-control. *PloS One*. DOI:10.1371/journal.pone.0159788
- Lee, S.Y., Lee, D., Nam, C.R. et al. (2018). Distinct patterns of Internet and smartphone-related problems among adolescents by gender: Latent class analysis. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(2), 454–465. DOI: 10.1556/2006.7.2018.28
- Lee, Y.J., & Park, J.H. (2014). The effect of use motives, self-control and social withdrawal on smartphone addiction. *Journal of Digital Convergence*, 12(8), 459–465. DOI:10.14400/JDC.2014.12.8.459
- Mei, S., Chai, J., Wang, S.B., Ng, C.H., Ungvari, G.S. et al. (2018). Mobile phone dependence, social support and impulsivity in Chinese university students. *International*

Journal of Environmental Research and Public Health, 15(3), 504.
DOI:10.3390/ijerph15030504.

- Park, J.Y., Park, S.E., & Park, M.J. (2018). The Effects of Smartphone Addiction on Nursing Students' Adaptation to College Life: Focusing on Mediation Effect of Social Support. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 19(1), 218–229. DOI: 10.5762/KAIS.2018.19.1.218
- Park, J.-H. (2019). The Convergent effects of Smartphone Addiction on Sleeping Time and Sleep Deprivation among College Students. *Journal of Digital Convergence*, 17(9), 311–320. DOI:10.14400/JDC.2019.17.9.311.
- Pearson, C., & Hussain, Z. (2017). Smartphone use, addiction, narcissism, and personality: A mixed methods investigation. *Gaming and Technology Addiction: Breakthroughs in Research and Practice*. 18 –29. DOI: 10.4018/978-1-5225-0778-9.ch011.
- Peterka-Bonetta, J., Sindermann, C., Elhai, J.D., & Montag, Ch. (2019). Personality associations with smartphone and internet use disorder: A comparison study including links to impulsivity and social anxiety. *Front. Public Health*, 11, June. DOI:10.3389/fpubh.2019.00127.
- Reid, A.J., & Thomas. C.N. (2017). A Case Study in Smartphone Usage and Gratification in the Age of Narcissism. *International Journal of Technology and Human Interaction (IJTHI)*. 17. DOI: 10.4018/IJTHI.2017040103.
- Tateno, M. (2019). Internet Addiction, Smartphone Addiction, and Hikikomori Trait in Japanese Young Adult: Social Isolation and Social Network. *Front Psychiatry*, 10, 455. DOI:10.3389/fpsyt.2019.00455.
- Tunc-Aksan, A., & Akbay, S.E. (2019). Smartphone Addiction, Fear of Missing Out, and Perceived Competence as Predictors of Social Media Addiction of Adolescents. *European Journal of Educational Research*, 8(2), 559–566.
- Woo, J.J., Kwak, E.M., & Lee, H.J. (2018). The convergence study of smartphone overuse on cyberbullying: Focusing on mediating effects of aggression. *Journal of the Korea Convergence Society*, 9(5), 61–67. DOI: 10.15207/JKCS.2018.9.5.061
- 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:10.1556/2006.7.2018.40.
- Zencirci, S.A., Aygar, H., Göktaş, 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. DOI:10.18203/2320-6012.ijrms20182805.

Zerach, G. (2021). Emptiness Mediates the Association Between Pathological Narcissism and Problematic Smartphone Use. *Psychiatr Q.* 92. 363–373. DOI: 10.1007/s11126-020-09803-9.

Zhang, M.X., & Wu, A.M.S. (2020). Effects of smartphone addiction on sleep quality among Chinese university students: The mediating role of self-regulation and bedtime procrastination. *Addictive Behaviors*, 111. DOI:10.1016/j.addbeh.2020.106552.

The article was received: 21.02.2022. Published online: 04.07.2022.

Библиографическая ссылка на статью:

Шейнов В.П., Карпиевич В.А. Влияние зависимости от смартфона на психологическое состояние юношей и девушек поколения Z // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2022. Т. 7. № 2. С. 95 - 118. DOI: 10.38098/ipran.opwp_2022_23_2_004

Sheinov V.P., Karpievich V.A. (2022). Vlijanie zavisimosti ot smartfona na psihologicheskoe sostojanie junoshej i devushek pokolenija Z [Impact of smartphone dependence on the psychological state of generation Z young mans and girls]. *Institut Psikhologii Rossiyskoy Akademii Nauk. Organizatsionnaya Psikhologiya i Psikhologiya Truda [Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational Psychology and Psychology of Labor]*, 7 (2), 95 - 118. DOI: 10.38098/ipran.opwp_2022_23_2_004

Адрес статьи:

<http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document785.pdf>