

# ВЗАИМОСВЯЗЬ МОБИЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ С АДДИКТИВНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ И УРОВНЕМ КОММУНИКАбельНОСТИ СРЕДИ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ

*Подготовили: Куливар Е.А., Каткова А.Д.*

*Научный руководитель: ст. преп. Чепелев С. Н.*

*Кафедра патологической физиологии*

*БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ, г. МИНСК*



# Актуальность



Мобильные телефоны являются неотъемлемым атрибутом современной культуры, тем более молодёжного сообщества.



Мобильный телефон становится неотъемлемой частью жизни, без него ощущается дискомфорт как психологический, так и физический, что ограничивает свободу человека и негативно влияет на его здоровье.

Однако чрезмерное использование смартфонов приводит к развитию зависимости, что является актуальной проблемой.

Данное явление получило название номофобия - состояние человека, при котором телефон становится предметом культа, человек бессознательно совершает звонок ради самого звонка, не осознавая своих действий, не способен объяснить их причину, считает мобильник частью себя, а без него чувствует себя неполноценным.

Проблема мобильной зависимости (номофобии) впервые была поднята несколько лет назад, но сейчас, когда мобильник есть у девяти из десяти жителей развитых стран, это приобрело масштаб настоящей эпидемии.



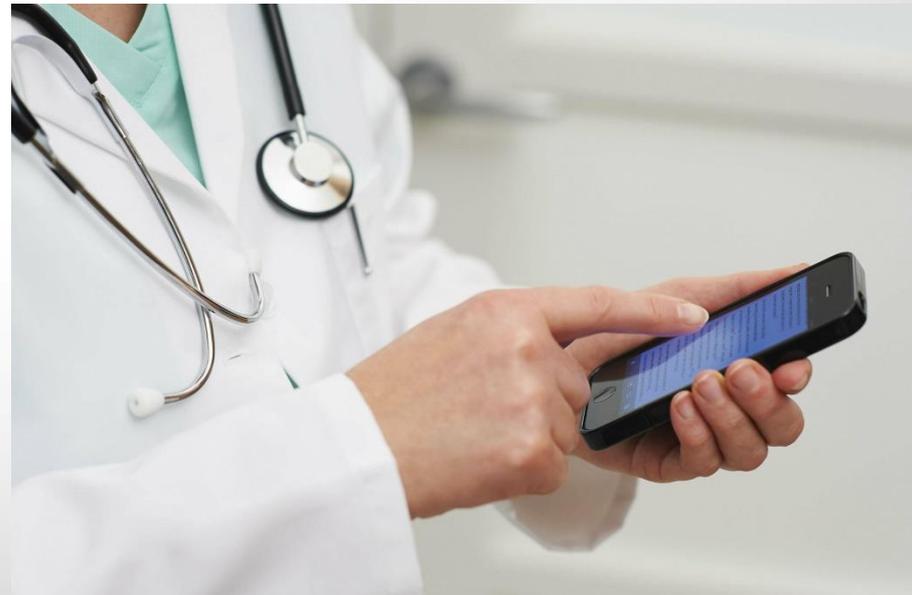
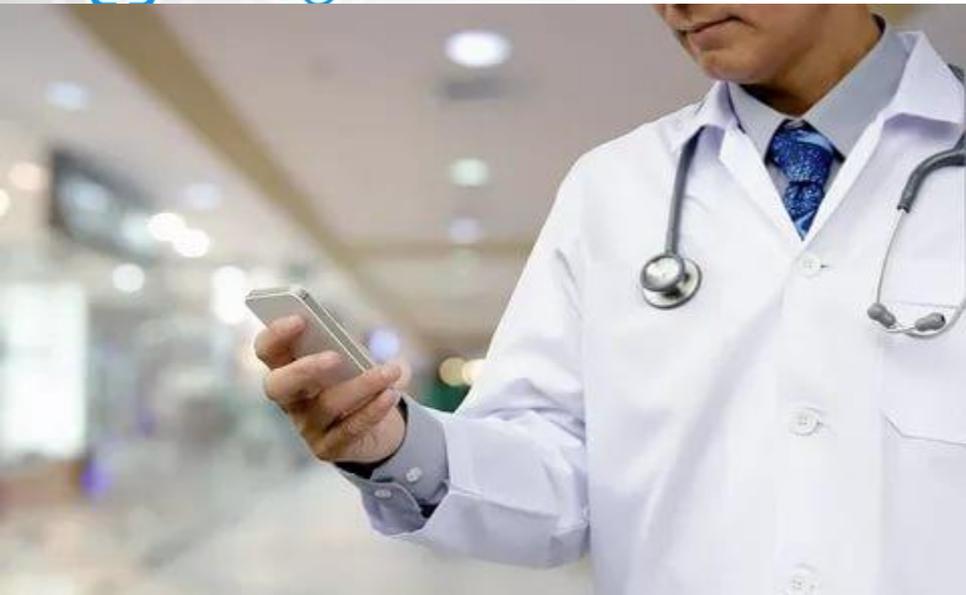
- Психолог Серджио Чапарро из Нью-Джерси провел эксперимент, в ходе которого 220 человек отключили сотовые, как предполагалось, на 72 часа. Однако реально 72 часа при отключенном телефоне вытерпели лишь трое! Остальные сошли на половине дистанции! По словам Чапарро, отлученные от телефонии подопытные испытывали дискомфорт, волнение, тревогу и даже панику, у них снижалась самооценка, а уровень нервозности, напротив, возрастал, многие впадали в депрессию, кое-кто даже грозил суицидом.
- Схожие эксперименты проводили и другие ученые из США, Австралии и Англии. Результаты аналогичные, то есть неутешительные.



- *Елисеева Е.Ю, Карева А.И. Изучение зависимости от интернета и мобильных устройств у школьников, гендерные и возрастные особенности// Смоленский медицинский альманах. – 2019. - №4. – С. 131- 133.*
- *Пережогин Л.О., Шалимов В.Ф., Казаковцев Б.А. Зависимость от персонального компьютера, интернета и мобильных устройств, обеспечивающих удаленный сетевой доступ (клиника, диагностика, лечение) // Российский психиатрический журнал. – 2018. - №2. – С. 19- 30.*
- <https://nsportal.ru/ap/library/drugoe/2019/10/01/mobilnyy-telefon-v-zhizni-sovremennogo-cheloveka-drug-ili-vrag>

# Цель и задачи

Изучить взаимосвязь мобильной зависимости с зависимым поведением и уровнем коммуникабельности среди студентов-медиков.



# Материалы и методы

Для изучения мобильной зависимости было анонимно проанкетировано 50 студентов 3-4 курсов Белорусского государственного медицинского университета в возрасте 18-23 лет.

**Опрос пациентов с помощью анкет выполнен авторами самостоятельно.**

Мужчины=14 человек  
Женщины=36 человек  
Средний возраст= $19,9 \pm 0,72$   
лет



## В исследовании использовалась анкета, состоящая из трех тестов:

«Мобильная зависимость»  
(широко используемый тест из сети Интернет)

«Общая склонность к зависимостям»  
(методика Лозовой Г.В.)

«Оценка уровня общительности»  
(разработан Ряховским В.Ф.)

- Статистическая обработка результатов проводилась с помощью коэффициента корреляции r-Спирмена.
- Значения  $p < 0,05$  считались статистически значимыми.



# Результаты исследования



# «Мобильная зависимость»

Для исследования был взят наиболее широко используемый тест из сети Интернета, который включал в себя 25 вопросов, каждый утвердительный ответ давал 1 балл, чем больше сумма баллов, тем выше риск развития мобильной зависимости.

Уважаемые коллеги!  
Просим Вас пройти анонимное анкетирование. Спасибо!

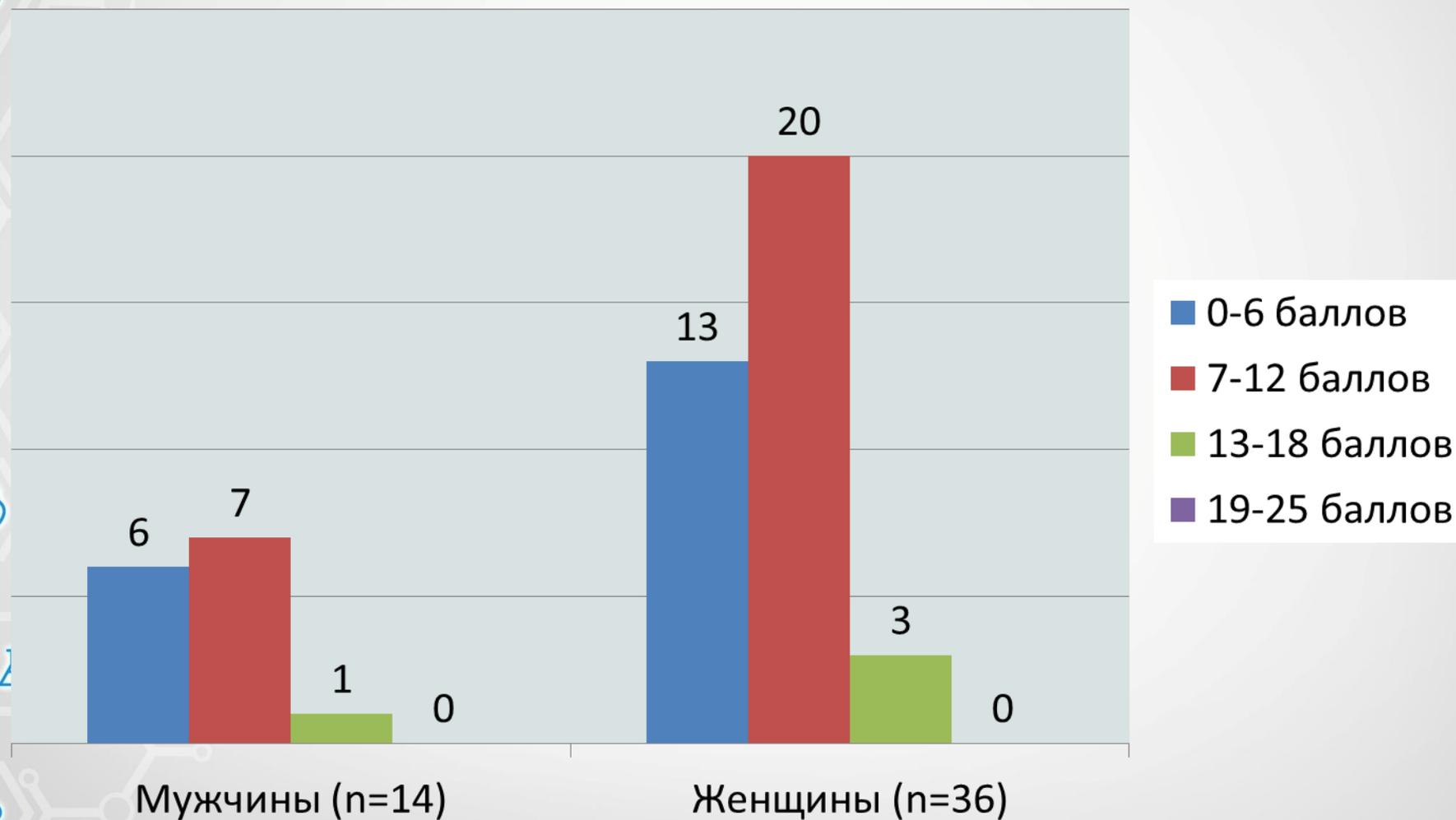
Ваш возраст: \_\_\_\_\_  
Ваш пол:  мужской /  женский

## Тест №1

1. Ваш мобильный телефон – это первое что вы видите утром и последнее – вечером?  
 Да  Нет
2. Вы следите за уведомлениями в смартфоне?  
 Да  Нет
3. Вы теряете счет времени за прокруткой информации на смартфоне?  
 Да  Нет
4. Часто ли Вам чудятся фантомные (ложные) звонки или вибрации смартфона?  
 Да  Нет
5. Вы читаете статью из интернета на смартфоне во время ходьбы, еды?  
 Да  Нет
6. Вы часто смотрите одновременно (попеременно) в компьютер (ноутбук) и в смартфон?  
 Да  Нет
7. Вы ставите в смартфоне напоминания почти обо всем?  
 Да  Нет
8. Вы водите пальцем по экрану смартфона просто от скуки?  
 Да  Нет
9. Ваш смартфон всегда с вами?  
 Да  Нет
10. Вы не можете добраться до места (даже знакомого) без помощи навигатора в смартфоне?  
 Да  Нет
11. Вы смотрите в смартфон, когда чистите зубы?  
 Да  Нет
12. Вы смотрите на жизнь с точки зрения социальных сетей?  
 Да  Нет
13. Ваш мобильный телефон – это стена/щит от окружающих?  
 Да  Нет
14. Вы стремитесь ответить на все вопросы или комментарии к вашим высказываниям в приложениях смартфона?  
 Да  Нет
15. Вы всегда носите с собой зарядное устройство от смартфона?  
 Да  Нет
16. Вы выбираете одежду с карманами под размер смартфона?  
 Да  Нет
17. Вы чаще носите смартфон в руке, чем в кармане?  
 Да  Нет
18. Вы смотрите, сколько времени на смартфоне и тут же забываете это время?  
 Да  Нет
19. Низкий заряд батареи для вас связан с отрицательными эмоциями?  
 Да  Нет
20. Вы ошариваете из-за своих ответов на массу сообщений?  
 Да  Нет
21. Можете ли Вы обойтись без мобильного телефона?  
 Да  Нет

Рисунок 1 – Анкета «Мобильная зависимость».

По результатам теста «Мобильная зависимость» студенты-медики в среднем положительно ответили на  $7,84 \pm 2,3$  вопроса.



**Рисунок 2 – Результаты теста «Мобильная зависимость» среди студентов-медиков БГМУ (n=50).**

# «Общая склонность к зависимостям»

(методика Лозовой Г.В.)

## Тест №2

1. Мне тяжело бороться со своими привычками.  
 Нет       Скорее нет       Ни да, ни нет       Скорее да       Да
2. Я считаю, что каждый человек от чего-то зависим.  
 Нет       Скорее нет       Ни да, ни нет       Скорее да       Да
3. Привычка – вторая натура, и избавиться от нее глупо.  
 Нет       Скорее нет       Ни да, ни нет       Скорее да       Да
4. Человек – существо слабое, нужно быть терпимым к его вредным привычкам.  
 Нет       Скорее нет       Ни да, ни нет       Скорее да       Да
5. Глупо пытаться показать свою силу воли и отказаться от различных радостей жизни.  
 Нет       Скорее нет       Ни да, ни нет       Скорее да       Да

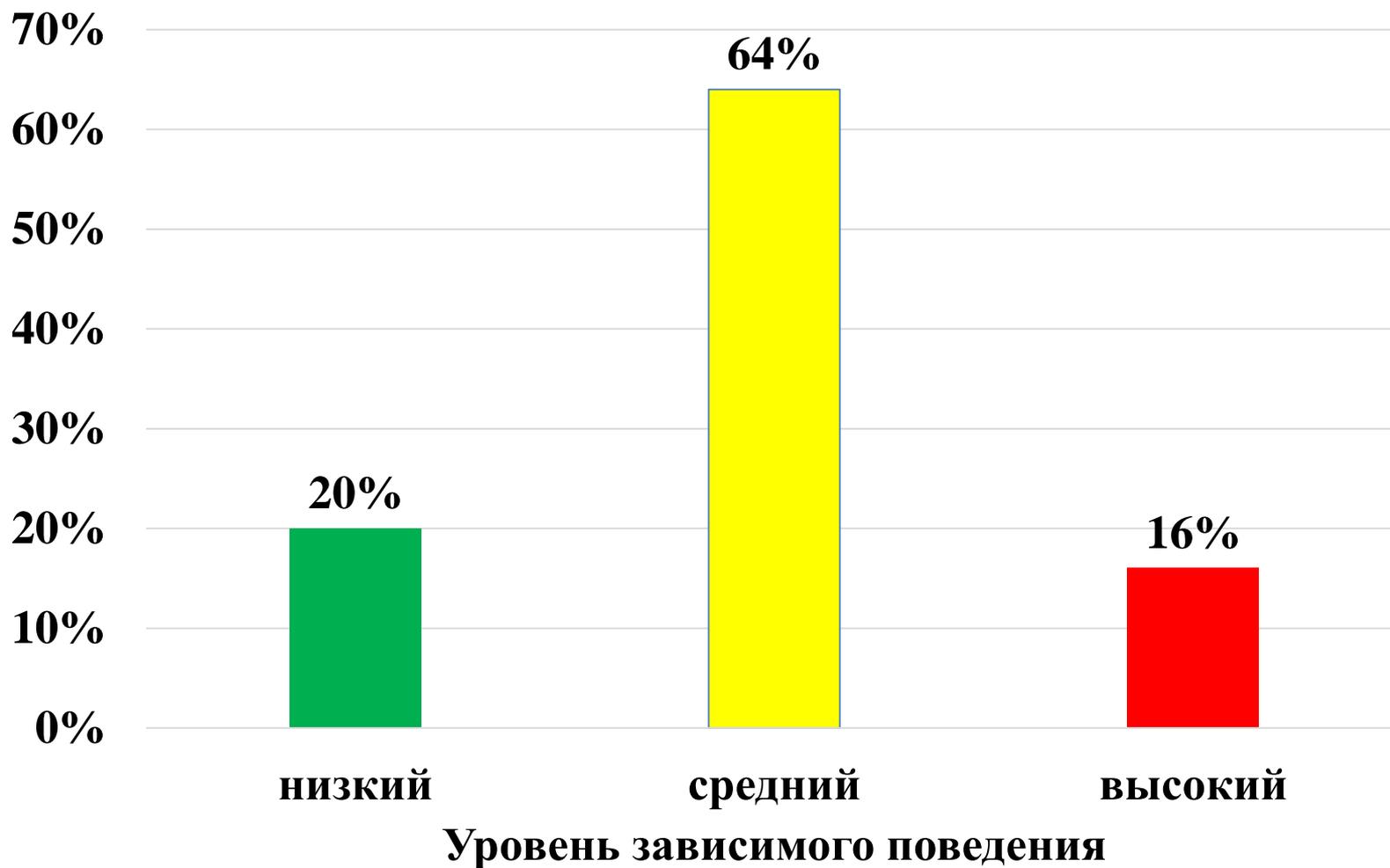
Рисунок 3 – Анкета «Общая склонность к зависимостям».

## Расшифровка:

Нет – 1 балл;  
Скорее нет – 2 балла;  
Ни да, ни нет – 3 балла;  
Скорее да – 4 балла;  
Да – 5 баллов.

## Интерпретация:

5 – 11 баллов – низкая склонность к зависимостям;  
12 – 18 баллов – средняя;  
19 – 25 баллов – высокая.



**Рисунок 4 – Распределение студентов-медиков БГМУ (n=50) по уровню зависимого поведения по результатам анкеты «Общая склонность к зависимостям».**

# «Оценка уровня общительности»

(разработан Ряховским В.Ф.)

## Тест № 3

1. Вам предстоит ordinaria или деловая встреча. Выбивает ли Вас ее ожидание из колеи?  
 Да  Нет  Иногда
2. Вызывает ли у вас смещение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком-либо совещании, собрании или тому подобном мероприятии?  
 Да  Нет  Иногда
3. Не откладываете ли Вы визит к врачу до последнего момента?  
 Да  Нет  Иногда
4. Вам предлагают выехать в командировку в город, где Вы никогда не бывали. Приложите ли Вы максимум усилий, чтобы избежать этой командировки?  
 Да  Нет  Иногда
5. Любите ли Вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?  
 Да  Нет  Иногда
6. Раздражаетесь ли Вы, если незнакомый человек на улице обратится к Вам с просьбой (показать дорогу, назвать время, ответить на какой-то вопрос)?  
 Да  Нет  Иногда
7. Верите ли Вы, что существует проблема «отцов и детей» и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?  
 Да  Нет  Иногда
8. Постесняетесь ли Вы напомнить знакомому, что он забыл Вам вернуть деньги, которые занял несколько месяцев назад?  
 Да  Нет  Иногда
9. В ресторане либо в столовой Вам подали явно недоброкачественное блюдо. Промолчите ли Вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку?  
 Да  Нет  Иногда
10. Оказавшись один на один с незнакомым человеком, Вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он. Так ли это?  
 Да  Нет  Иногда
11. Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была (в магазине, библиотеке, кассе кинотеатра). Предпочитаете ли Вы отказаться от своего намерения или встанете в хвост и будет томиться в ожидании?  
 Да  Нет  Иногда
12. Боятесь ли Вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?  
 Да  Нет  Иногда
13. У Вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры, и никаких чужих мнений на этот счет Вы не примете. Это так?  
 Да  Нет  Иногда
14. Услышав где-либо в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному Вам вопросу, предпочитаете ли Вы промолчать и не вступать в спор?  
 Да  Нет  Иногда
15. Вызывает ли у Вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в том или ином служебном вопросе или учебной теме?  
 Да  Нет  Иногда
16. Охотнее ли Вы излагаете свою точку зрения (мнение, оценку) в письменной форме, чем в устной?  
 Да  Нет  Иногда

## Расшифровка:

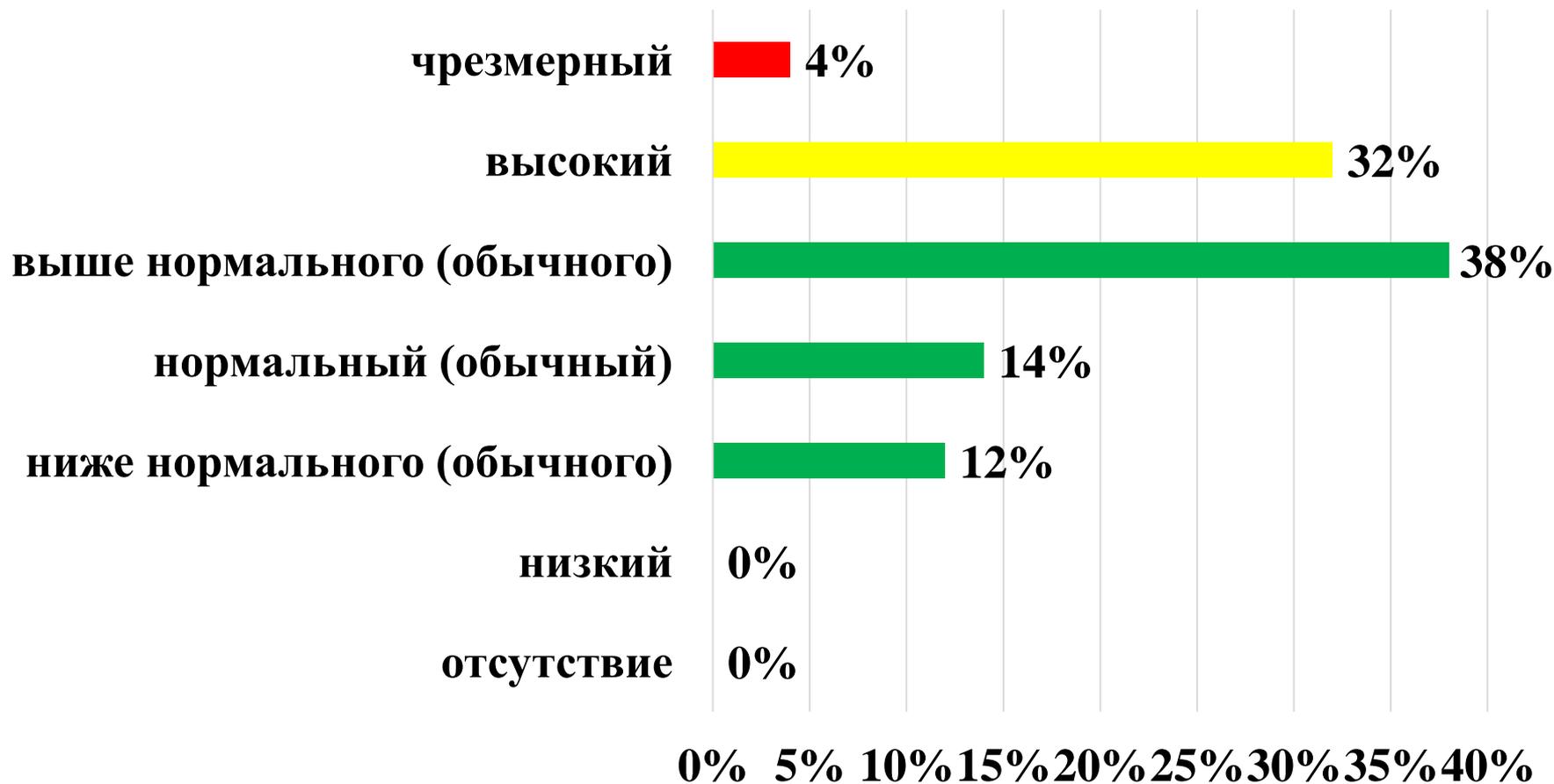
Нет – 0 баллов;  
Иногда – 1 балла;  
Да – 2 балла.

## Интерпретация:

30-32 - отсутствие;  
25-29 - низкий уровень;  
19-24 - ниже нормального (обычного);  
14-18 - нормальный (обычный) уровень;  
9-13 - выше нормального (обычного);  
4-8 - высокий уровень;  
0-3 - чрезмерный уровень.

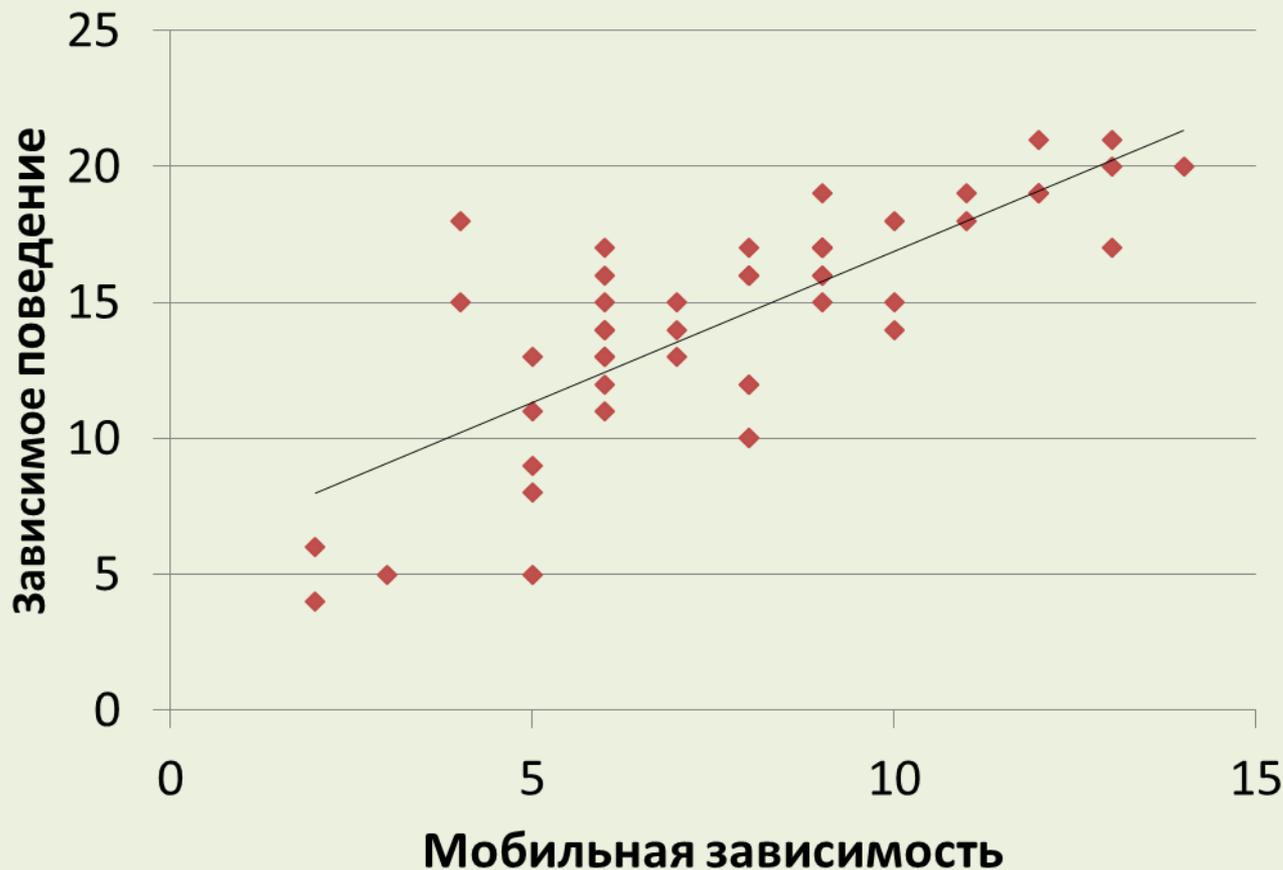
Рисунок 5 – Анкета «Оценка уровня общительности».

## Уровень коммуникабельности



*Рисунок 6 – Распределение студентов-медиков БГМУ (n=50) в зависимости от их уровня коммуникабельности по результатам анкеты «Оценка уровня общительности».*

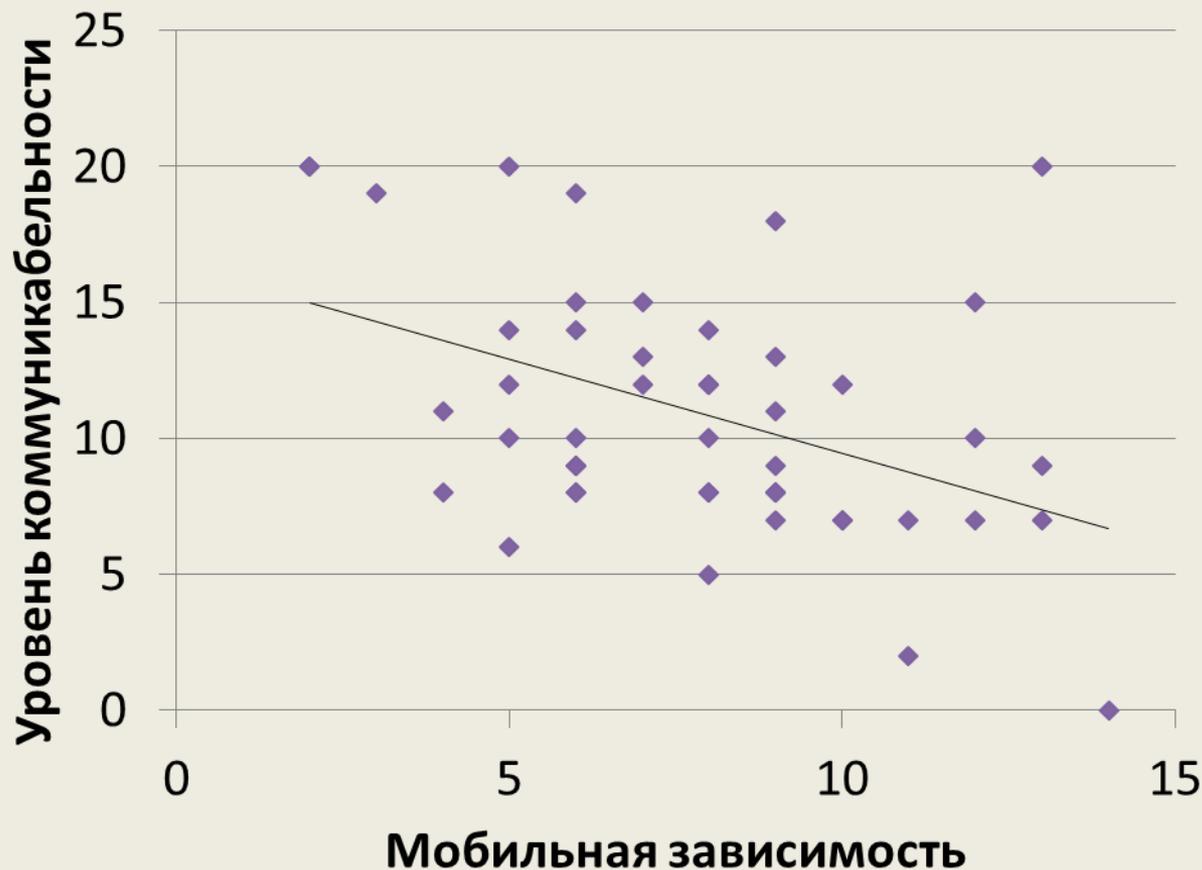
## Корреляция между данными анкет «Мобильная зависимость» и «Общая склонность к зависимостям»



Корреляционная связь между мобильной зависимостью и зависимым поведением сильная и прямая ( $\rho = 0,755, p < 0,05$ ).

Рисунок 7 – Корреляция между данными анкет «Мобильная зависимость» и «Общая склонность к зависимостям».

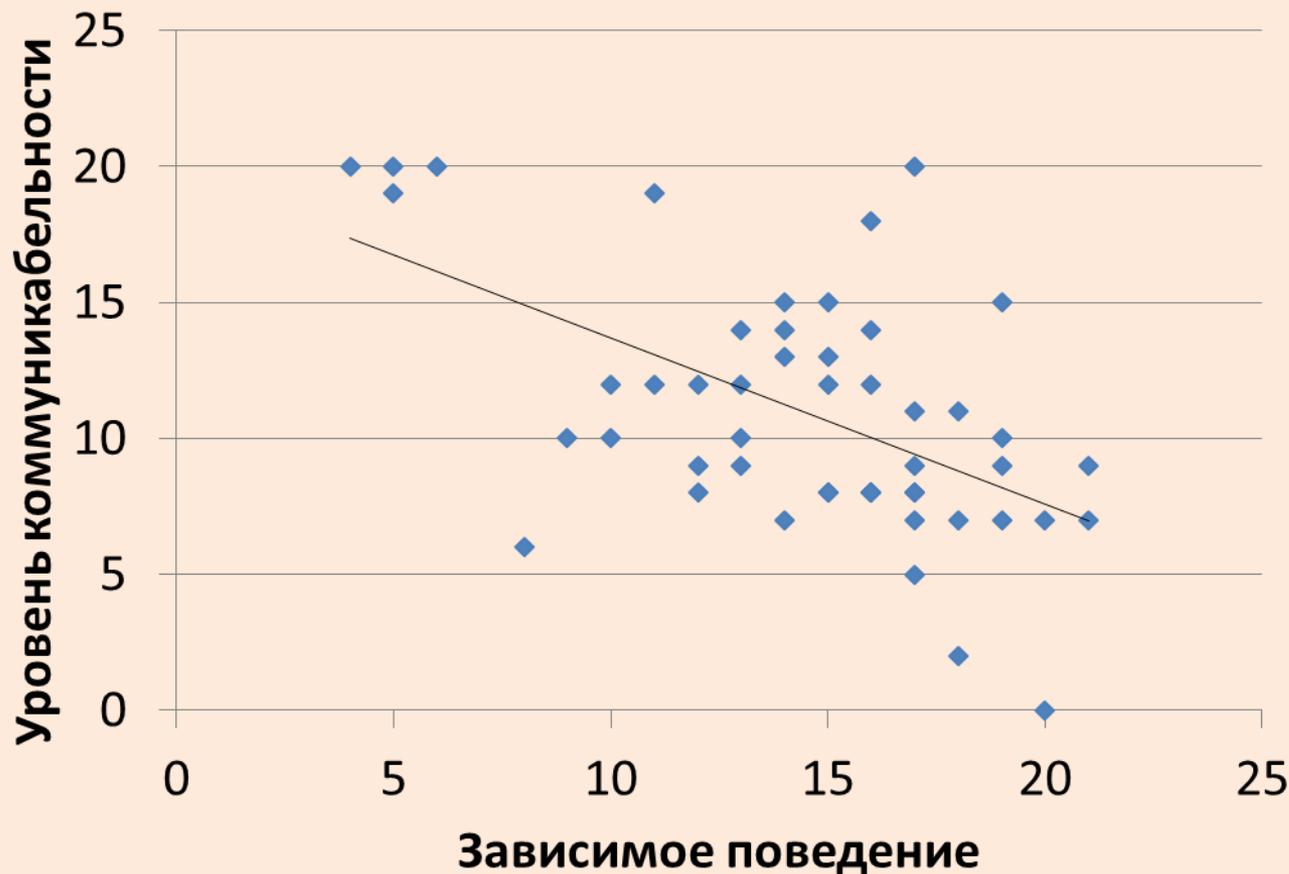
## Корреляция между данными анкет «Мобильная зависимость» и «Оценка уровня общительности»



- Корреляция между мобильной зависимостью и уровнем коммуникабельности слабая и обратная ( $\rho = -0,377, p < 0,05$ ).
- Чем ниже балл по тесту (что соответствует более высокой коммуникабельности), тем выше уровень мобильной зависимости.

Рисунок 8 – Корреляция между данными анкет «Мобильная зависимость» и «Оценка уровня общительности».

## Корреляция между данными анкет «Оценка уровня общительности» и «Общая склонность к зависимостям»



- Корреляция между коммуникабельностью и зависимым поведением слабая и обратная ( $\rho = -0,469$ ,  $p < 0,05$ ).
- Имеется статистически значимая связь между коммуникабельностью и зависимым поведением: чем выше уровень коммуникабельности, тем выше зависимое поведение.

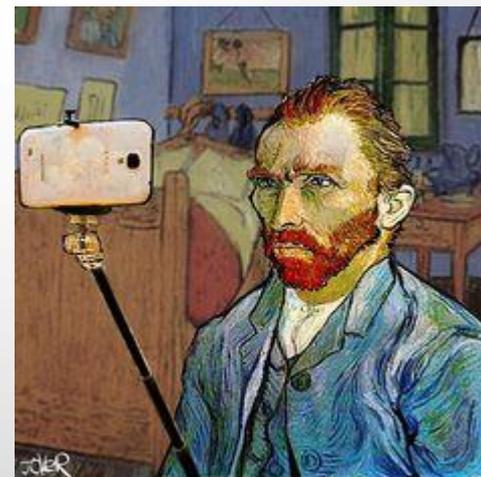
Рисунок 9 – Корреляция между данными анкет «Оценка уровня общительности» и «Общая склонность к зависимостям».

# Выводы

- У студентов-медиков установлена прямая и сильная корреляционная связь между мобильной зависимостью и зависимым поведением.
- Связь между мобильной зависимостью и уровнем коммуникабельности слабая и обратная: чем выше уровень мобильной зависимости, тем выше уровень коммуникабельности.
- Имеется статистически значимая связь между коммуникабельностью и зависимым поведением: чем выше уровень коммуникабельности, тем выше зависимое поведение.



Таким образом, исследование позволяет делать общий вывод о том, что зависимость от мобильных телефонов является поведенческим проявлением, связанным с психологическими особенностями личности.



*СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ*