



УДК 159.9.072

<https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2021-3-4-416-431>

## Взаимосвязи зависимости от смартфона с характеристиками личности курсантов

В. П. Шейнов<sup>✉1</sup>, В. А. Карпиевич<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Республиканский институт высшей школы,  
220001, Республика Беларусь, г. Минск, ул. Московская, д. 15

<sup>2</sup> Университет гражданской защиты МЧС Беларуси,  
220118, Республика Беларусь, г. Минск, ул. Машиностроителей, д. 25

### Сведения об авторах

Виктор Павлович Шейнов,  
SPIN-код: 7605-9100,  
ORCID: 0000-0002-2191-646X,  
e-mail: [sheinov1@mail.ru](mailto:sheinov1@mail.ru)

Виктор Александрович  
Карпиевич,  
SPIN-код: 9276-3330,  
ORCID: 0000-0002-6198-618X,  
e-mail: [karpievich68@yandex.by](mailto:karpievich68@yandex.by)

### Для цитирования:

Шейнов, В. П., Карпиевич, В. А.  
(2021) Взаимосвязи зависимости от смартфона с характеристиками личности курсантов. *Психология человека в образовании*, т. 3, № 4, с. 416–431.

<https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2021-3-4-416-431>

Получена 31 мая 2021; прошла рецензирование 20 июля 2021; принята 7 сентября 2021.

**Финансирование:** Исследование не имело финансовой поддержки.

**Права:** © В. П. Шейнов, В. А. Карпиевич (2021).  
Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена. Открытый доступ на условиях лицензии CC BY-NC 4.0.

**Аннотация.** Введение. Как показали многочисленные исследования, зависимость от смартфона влияет на многие характеристики личности их активных пользователей.

Ряд связанных с зависимостью от смартфона эмоционально-волевых и коммуникативных качеств и состояний личности крайне важны для курсантов МЧС, поскольку их будущая профессиональная деятельность предъявит им соответствующие требования в процессе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

Выявление влияния зависимости от смартфона на формирование важных для будущей профессии курсантов эмоционально-волевых и коммуникативных состояний и качеств личности является актуальным и потому является целью данного исследования.

**Материалы и методы.** Зависимость от смартфона оценивалась с помощью короткой версии опросника «Шкала зависимости от смартфона»; у испытуемых также были диагностированы интернет-зависимость, тревожность, депрессия, стрессоустойчивость, самообладание, настойчивость, самоэффективность, самооценка, асертивность, агрессивность, коммуникативная компетентность, эмоциональный интеллект, удовлетворенность жизнью, одиночество, саморегуляция, самоуважение, локус контроля, незащищенность от кибербуллинга, стеснительность, прокрастинация.

В исследовании приняли участие 100 курсантов мужского пола, большая часть из которых учится на 4 курсе по направлению «Предупреждение и ликвидация чрезвычайных ситуаций».

**Результаты исследования.** В статье показано, что зависимость от смартфона положительно связана с интернет-зависимостью, стеснительностью, бессонницей, зависимым поведением, одиночеством и отрицательно связана с агрессивностью, компетентным поведением, саморегуляцией, самообладанием, настойчивостью. Часть выявленных связей в целом соответствуют корреляциям, установленным в зарубежных исследованиях. Новыми как для отечественных, так и для зарубежных исследований являются установленные отрицательные связи зависимости от смартфона с настойчивостью и самообладанием и положительные связи с плохим настроением и зависимым поведением.

**Заключение.** Практическим результатом проведенного исследования является рекомендация в процессе воспитательной работы с обучаемыми привлекать их внимание к серьезным отрицательным последствиям зависимости от смартфонов и объяснять преимущества непосредственного общения.

**Ключевые слова:** зависимость от смартфона, интернет-зависимость, стеснительность, коммуникативная компетентность, самообладание, саморегуляция, настойчивость, агрессивность, курсанты.

# Relationships between smartphone addiction and personality traits among cadets

V. P. Sheinov<sup>✉1</sup>, V. A. Karpievich<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Republican Institute of Higher Education, 15 Moskovskaya Str., Minsk 220001, Republic of Belarus

<sup>2</sup> University of Civil Protection of the Ministry for Emergency Situations, 25 Mashinostroiteley Str., Minsk 220118, Republic of Belarus

## Authors

Viktor P. Sheinov,  
SPIN: 7605-9100,  
ORCID: 0000-0002-2191-646X,  
e-mail: sheinov1@mail.ru

Viktor A. Karpievich,  
SPIN: 9276-3330,  
ORCID: 0000-0002-6198-618X,  
e-mail: karpievich68@yandex.by

## For citation:

Sheinov, V. P., Karpievich, V. A. (2021) Relationships between smartphone addiction and personality traits among cadets. *Psychology in Education*, vol. 3, no. 4, pp. 416–431. <https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2021-3-4-416-431>

**Received** 31 May 2021;  
reviewed 20 July 2021;  
accepted 7 September 2021.

**Funding:** The study did not receive any external funding.

**Copyright:** © V. P. Sheinov, V. A. Karpievich (2021). Published by Herzen State Pedagogical University of Russia. Open access under CC BY-NC License 4.0.

**Abstract.** There is plenty of research showing that smartphone addiction affects many of the personality traits of smartphone active users.

Smartphone addiction affects a number of emotional-volitional and communicative qualities and personality states which are extremely important for the cadets of the Ministry of Emergency Situations, since their future profession requires them to meet stringent requirements while preventing and eliminating emergencies.

This study analyses the influence of smartphone addiction on the formation of those emotional-volitional and communicative states and personality traits that are important for the future profession of the cadets.

**Materials and methods.** Smartphone addiction was assessed using the short version of the Smartphone Addiction Scale. The subjects were also assessed in terms of internet addiction, anxiety, depression, stress resistance, self-control, persistence, self-efficacy, self-assessment, assertiveness, aggressiveness, communicative competence, emotional intelligence, life satisfaction, loneliness, self-regulation, self-esteem, locus of control, insecurity from cyberbullying, shyness and procrastination.

The study involved 100 male cadets, most of whom are 4<sup>th</sup> year cadets of the “Prevention and elimination of emergencies” programme.

**Research results.** The article shows that smartphone addiction is positively associated with internet addiction, shyness, insomnia, addictive behaviour, loneliness, and negatively associated with aggressiveness, competent behaviour, self-regulation, self-control and persistence. Some of these relationships generally correspond to the correlations established in foreign studies, while the negative links of smartphone addiction with persistence and self-control and positive links with bad mood and addictive behaviour are new for both domestic and foreign studies.

**Conclusion.** The practical result of the study is the following recommendation: as part of the moral and values education, it is advised that the cadets are made aware of the serious negative consequences of smartphone addiction and of the advantages of face-to-face communication.

**Keywords:** smartphone addiction, internet addiction, shyness, communicative competence, self-control, self-regulation, persistence, aggressiveness, cadets.

## Введение

Как показывают многочисленные исследования, зависимость от смартфона влияет на многие характеристики личности его активных пользователей разного возраста (Шейнов 2019; 2020а, 2021а; 2021b; Шейнов, Девицын 2021; Alhassan, Alqadhib, Taha et al. 2018; Esichaiku, Guha, Dailey, Matthew 2016; Im, Jang 2017; Li, Gao, Xu 2020; Qudah, Albursan, Bakhiet et al. 2019; Rozgonjuk, Kattago, Täht 2018; Tateno, Teo, Ukai et al. 2019; van Deursen, Bolle, Hegner 2015; Wang, Wang, Yang et al. 2019; Yang, Asbury, Griffiths 2019).

Мобильные телефоны являются одним из наиболее предпочитаемых цифровых устройств, которые постоянно сопровождают нас.

Смартфон сегодня превратился в почти полноценный компьютер, умещающийся в кармане.

Удобства, доставляемые смартфонами, очевидны, но именно они порождают у многих пристрастие к чрезмерному пользованию этим устройством, известное как номофобия — страх (фобия) остаться без мобильного телефона или вдалеке от него.

Многие люди, особенно подростки и дети, не представляют своей жизни без смартфона и всегда держат его при себе, не расставаясь с этим гаджетом ни на минуту.

Зависимость от смартфона — это новое явление, одна из наиболее распространенных немедицинских зависимостей, которая по сво-

ей массовости уже оставила позади интернет-зависимость и игроманию, образовав с ними опасный конгломерат.

Из-за постоянно прикованного внимания к смартфону такие его пользователи не могут полноценно учиться, вдумчиво и продуктивно выполнять работу, наладить отношения с окружающими и в целом жить полноценной жизнью. Многочисленные исследования показывают, что зависимость смартфона оказывает пагубное воздействие на многие важные аспекты жизни.

Степень **распространенности и характер проявлений** зависимости от смартфонов изучались во многих исследованиях. На российской выборке обнаружено, что «95,5% молодых людей продемонстрировали средний уровень зависимости, 2,7% — высокий уровень, а 0,6% — очень высокий» (Варламова, Гончарова, Соколова 2015, 165).

### Теоретический обзор современного состояния проблемы

В аналитическом обзоре зарубежных исследований «показано, что зависимость от смартфона положительно связана с такими негативными факторами, как депрессия, тревожность, стресс, снижение самооценки и самоконтроля, проблемы со сном, со здоровьем в целом и с качеством жизни и удовлетворенностью ею, сложностями в семье, снижением успеваемости учащихся и студентов, уменьшением производительности труда и опасностью стать жертвой кибербуллинга» (Шейнов 2021а, 235).

Особенно опасно то, что значительно более высокая зависимость от смартфонов присуща пользователям более молодого возраста (Alhasan, Alqadhib, Taha et al. 2018; Tateno, Teo, Ukai et al. 2019; van Deursen, Bolle, Hegner 2015), поскольку негативные последствия этой зависимости приходятся на период формирования личности.

Приведенные результаты свидетельствуют об актуальности серьезного изучения зависимости от смартфона в русскоязычном социуме.

Исследования показывают, что зависимость от смартфона влияет на многие характеристики личности его активных пользователей. Для русскоговорящих жителей России, Беларуси, Украины, Прибалтики отрицательные последствия зависимости от смартфона «включают психологические и поведенческие искажения и проблемы с самооффективностью у ее жертв. Установлено, что зависимость от смартфона положительно связана с женским полом и переживанием чувства одиночества и отрицательно — с настойчивостью,

самообладанием, саморегуляцией, привычкой читать, здоровым образом жизни и состоянием здоровья. Зависимость от смартфона только у женщин отрицательно коррелирует с возрастом, компетентностью, комплиментарностью (умением говорить и принимать комплименты), провокационностью (умением противостоять провокациям), наличием семьи, наличием детей, хорошим настроением и положительно — с зависимым поведением и проблемами со сном. Среднее значение зависимости от смартфона женщин статистически значимо превосходит среднее значение зависимости от смартфона мужчин» (Шейнов, Девицын 2021, 171).

К числу нежелательных последствий зависимости от смартфона относится кибербуллинг. Показано, что он может быть следствием зависимости от мобильных телефонов (Qudah, Albursan, Bakhiet et al. 2019). Зависимость от смартфона способствует незащищенности от кибербуллинга и для русскоязычных пользователей (Шейнов 2019).

Ряд связанных с зависимостью от смартфона качеств и состояний личности очень важны для курсантов МЧС, поскольку их будущая профессиональная деятельность предъявит им соответствующие требования.

Таких качеств много, поэтому как *рабочую гипотезу* рассмотрим возможные связи зависимости от смартфона с теми качествами, связь которых с этой зависимостью уже установлена в ряде исследований.

Относительно обучающихся курсантов очень важна установленная исследователями положительная связь зависимости от смартфонов с медлительностью в учебе (*прокрастинацией*) (Esichaiku, Guha, Dailey, Matthew 2016; Im, Jang 2017; Li, Gao, Xu 2020; Rozgonjuk, Kattago, Täht 2018; Wang, Wang, Yang et al. 2019; Yang, Asbury, Griffiths 2019).

Показано, что чем выше показатель *застенчивости (стеснительности)*, тем выше вероятность зависимости от смартфона (Bian, Leung 2014; 2015; Han, Geng, Jou et al. 2017).

С чрезмерным использованием смартфонов имеет положительную корреляцию издевательство посредством гаджетов — *кибербуллинг*:  $r = 0,321$ ,  $p < 0,001$  (Woo, Kwak, Lee 2018). Обнаружено, что кибербуллингу способствует зависимость от мобильных телефонов (Qudah, Albursan, Bakhiet et al. 2019). Кибербуллинг служит серьезной причиной внутриличностной виктимизации (Шейнов 2019).

Тенденция к зависимости от смартфона отрицательно коррелирует с *ассертивностью*

( $r = -0,148$ ,  $p < 0,05$ ) и высоко значимо положительно коррелирует с межличностными проблемами:  $r = 0,434$ ,  $p < 0,001$  (Gu, Lee, Hong 2016).

Существует статистически значимая связь между зависимостью от смартфонов и *интернет-зависимостью* (Ayar, Bektas, Bektas et al. 2017; Mok, Choi, Kim et al. 2014; Tateno, Teo, Ukai et al. 2019).

Положительная связь зависимости от смартфона с *депрессией* и *тревожностью*, обнаруженная во многих зарубежных исследованиях, в русскоязычном социуме выявлена ранее одним из авторов данной работы (Шейнов 2020а; 2021b).

Зависимость от смартфона показала отрицательную связь с *самоэффективностью* (Kim, Jung 2015), причем эта корреляция в ряде исследований оказалась сильно выраженной (Choi 2019; Lee 2016; Park, Chang 2015; Sim, Lee, Kim 2016).

Установлено, что чем выше уровень зависимости от смартфонов, тем ниже *эмоциональный интеллект* их пользователей ( $r = -0,177$ ,  $p < 0,007$ ) (Choi, Seo, Lee, Yoo 2014).

Высокое *самоуважение* может быть защитным фактором против зависимости от смартфонов (Wang, Zhao, Wang et al. 2017). А заниженное самоуважение может привести к зависимости от смартфона (Kim, Koh 2018). В ряде работ показаны небольшие или средние отрицательные корреляции самоуважения с зависимостью от смартфонов (Elhai, Dvorak, Levine, Hal 2017).

Было обнаружено, что *одиночество* является самым сильным предиктором зависимости от смартфонов (Bian, Leung 2015; Jiang, Li, Shyrenka 2018; Mahapatra 2019). Эта связь взаимна, поскольку подростки, постоянно использующие смартфоны, чувствуют себя более одинокими (Kara, Baytemir, Inceman-Kara 2019).

Установлена отрицательная связь зависимости от смартфона с *саморегулированием* (Bolle 2014; Mahapatra 2019; Sok, Seong, Ryu 2019; van Deursen, Bolle, Hegner, Kommers 2015; Yang, Asbury, Griffiths 2019).

Показано, что имеется значимая отрицательная связь между зависимостью от смартфонов и коммуникативной компетентностью (Cerit, Bilgin, Ak 2018; Park, Kwon, Baek, Han 2014; Sok, Seong, Ryu 2019) и положительная связь с *проблемами со сном* (Xie, Dong, Wang 2018; Zencirci, Aygar, Göktaş et al. 2018).

Желание как можно больше узнать о влиянии на курсантов зависимости от смартфона мотивировало включить в исследование, с одной стороны, свойства личности, относительно которых уже установлены связи в исследованиях (зарубежных, поскольку там больше экспе-

риментально установленных результатов), с другой стороны — личностные характеристики курсантов МЧС, важные для их будущей профессиональной деятельности.

## Организация и методы исследования

*Предметом* настоящего исследования явились характеристики личности курсантов.

*Объектом* исследования послужили пользователи смартфонов.

*Гипотезы* настоящего исследования: 1) существуют связи зависимости от смартфона курсантов с эмоционально-волевыми и коммуникативными характеристиками их личности; 2) имеют место совпадения с зарубежными результатами и различия в выявленных связях.

*Цель исследования*: выявить взаимосвязи зависимости от смартфона с характеристиками личности курсантов.

## Использованные методики

*Зависимость от смартфона* диагностировалась с помощью предложенной автором короткой версии опросника «Шкала зависимости от смартфона» (Шейнов 2020а; 2021b).

*Интернет-зависимость* количественно оценивалась тестом Кимберли Янг (Young 1999).

Уровень *тревожности и депрессии* определялись посредством «Госпитальной шкалы тревоги и депрессии» (Hospital Anxiety and Depression Scale, HADS), разработанной А. С. Жигмонд и Р. П. Снайт. Адаптация шкалы для использования в отечественной практике произведена М. Ю. Дробижевым (Госпитальная шкала тревоги и депрессии 2002).

*Удовлетворенность жизнью* измерялась с помощью опросника, предложенного Э. Динером, Р. А. Эммонсом, Р. Дж. Ларсенром и С. Гриффин, адаптированного на русском языке и валидизированного Е. Н. Осиним и Д. А. Леонтьевым (Осин, Леонтьев 2020).

Степень испытываемого *одиночества* была оценена с помощью «Методики диагностики уровня субъективного ощущения одиночества» Д. Рассела и М. Фергюсона (Райгородский 2002).

Использован также *тест самооценки стрессоустойчивости* С. Коухена и Г. Виллиансона (Воробейчик 2004).

Оценка *коммуникативной компетентности* осуществлена тестом Л. Михельсона в адаптации Ю. З. Гильбуха (Михельсон 2020). Данный тест определяет соотношение между качествами личности, характеризующими *зависимое, компетентное и агрессивное* поведение. Ком-

муникативная компетентность — это обобщающее коммуникативное свойство личности, включающее в себя коммуникативные способности, знания, умения и навыки, чувственный и социальный опыт в сфере делового общения.

Использован тест-опросник А. В. Зверькова и Е. В. Эйдмана «Исследование волевой саморегуляции» (Пашукова, Допира, Дьяконов 1996); общая саморегуляция складывается из показателей шкал *Настойчивость* и *Самообладание* этого теста.

Уровень *самоэффективности* оценивался с помощью методики, разработанной американскими психологами Дж. Маддуксом и М. Шеером (переведена и адаптирована А. В. Бояринцевой) (Митина 2003, 217–219). Методика позволяет операционализировать попытки личности достичь высоких результатов в предметной деятельности и межличностном общении.

Оценка эмоционального интеллекта (ЭИ) осуществляется с помощью теста Н. Холла (Холл 2002, 57–59). Она включает оценку пяти составляющих эмоционального интеллекта: 1. Эмоциональная осведомленность — осознание и понимание своих эмоций; 2. Управление своими эмоциями — эмоциональная отходчивость, эмоциональная гибкость; 3. Самомотивация — управление своим поведением, за счет управления эмоциями; 4. Эмпатия — понимание эмоций других людей, умение сопереживать текущему эмоциональному состоянию другого человека, а также готовность оказать поддержку; 5. Распознавание эмоций других людей — умение воздействовать на эмоциональное состояние других людей; 6. Общий эмоциональный интеллект — сумма показателей всех пяти вышеперечисленных составляющих эмоционального интеллекта.

Уровни *самоуважения* определялись «Шкалой самоуважения Розенберга» (Бодалев, Столин, Аванесов 2000, 362–363). Опросник Розенберга состоит из 10 суждений, на каждое из которых предлагается четыре градации ответов, кодируемых в баллах по предложенной схеме.

Для определения *локуса контроля* применялся модифицированный опросник Дж. Роттера (Елисеев 2003, 413–417), диагностирующий локализацию контроля над значимыми событиями. В основе его лежит различие двух локусов контроля — интернального и экстернального и, соответственно, двух типов людей — интерналов и экстерналов. Первый тип проявляется, когда человек полагает, что происходящее с ним не зависит от него, а является результатом действия внешних причин (например, случайности или вмешательства

других людей). Во втором случае человек интерпретирует значимые события как результат своих собственных усилий.

*Незащищенность от кибербуллинга и асертиивность* измерялась посредством соответствующих надежных и валидных опросников (Шейнов 2014; 2020b).

Степень испытываемой *прокрастинации* была оценена с помощью опросника К. Лей (Lay 1986) «Шкала общей прокрастинации» — General Procrastination Scale (GPS), адаптированной Я. И. Варваричевой. Шкала используется для диагностики склонности к прокрастинации у взрослых (Варваричева 2010).

Оценка *стеснительности* осуществлена посредством методики «Шкала: робость, стеснительность» (Ильин 2009, 358).

*Агрессивность* измерялась опросником Ассингера (Райгородский 2002, 180–183), *самооценка* — по методике Р. В. Овчаровой.

Возможные проблемы со сном и настроением выявлялись посредством дополнительных вопросов испытуемым.

**Участники исследования.** В исследовании приняли участие 100 курсантов мужского пола, большая часть из которых учится на четвертом курсе по направлению «Предупреждение и ликвидация чрезвычайных ситуаций». Они уже практически завершают свою профессиональную подготовку, имеют определенные навыки ликвидации чрезвычайных ситуаций. Активно и свободно пользоваться смартфонами и иными гаджетами они начали последние два года — после того, как было снято ограничение на их использование при нахождении на казарменном положении.

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

## Результаты и их обсуждение

Для выбора используемых в данном исследовании статистических методов — параметрических или непараметрических — все выборки были проверены критерием Колмогорова — Смирнова на их соответствие нормальному распределению. Оказалось, что при принятом уровне значимости  $p = 0,05$  эмпирическое распределение части рассматриваемых переменных существенно отличается от нормального. Не обнаружено существенного отличия распределения от нормальности у показателей теста зависимости от смартфона САС-16 (асимптотическое значение равно 0,335), интернальность (0,191), самоэффективность в деловых отношениях

(0,361), самооффективность в межличностных отношениях (0,833), эмоциональная осведомленность (0,258), управление эмоциями (0,724), самомотивация (0,173), эмпатия (0,082), распознавание эмоций (0,283), эмоциональный интеллект (0,939), стрессоустойчивость (0,128), самооценки (0,118), самоуважение (0,249), удовлетворенность жизнью (0,146), одиночество (0,129), компетентное поведение (0,199), агрессивность (0,237), прокрастинация (0,658), ассертивность (0,494).

Поскольку часть изучаемых переменных распределена нормально, а другая часть — нет,

вычисление корреляции проводилось по непараметрическому коэффициенту Кендалла (который охватывает к тому же и возможные нелинейные зависимости) и по Пирсону, выбирая для анализа в каждом конкретном случае соответствующую корреляцию.

Результаты проведенного корреляционного анализа возможных связей зависимости от смартфона представлены в таблице 1.

Из таблицы 1 следует, что полученные значения корреляций по коэффициенту Пирсона принципиально не отличаются от корреляций по коэффициенту Кендалла, и что зависимость

Табл. 1. Корреляции зависимости от смартфона с состояниями и свойствами личности его пользователей

	Корреляция Кендалла		Корреляция Пирсона	
	Показатель	Значимость	Показатель	Значимость
Интернет-зависимость	,170*	,019	,206*	,040
Зависимое поведение	,182*	,012	,227*	,023
Компетентное поведение	-,199**	,005	-,255*	,011
Настойчивость	-,216**	,003	-,313**	,002
Самообладание	-,202**	,006	-,290**	,003
Саморегуляция	-,210**	,003	-,302**	,002
Агрессивность	-,091	,207	-,199*	,047
Стеснительность	,151*	,036	,214*	,032
Одиночество	,228**	,001	,371**	,000
Настроение	-,183*	,020	-,207*	,030
Бессонница	,159*	,046	,166	,084
Кибербуллинг	,128	,074	,146	,147
Интернальность	-,089	,217	-,133	,187
Самооффективность в профессиональном деле	-,038	,581	-,031	,757
Самооффективность в межличностных отношениях	,002	,979	-,010	,920
Эмоциональная осведомленность	-,072	,310	-,122	,226
Управление эмоциями	-,039	,582	-,045	,660
Самомотивация	-,035	,628	-,058	,565
Эмпатия	,071	,321	,030	,763
Распознавание эмоций	,047	,512	,009	,932
Эмоциональный интеллект (интегративный показатель)	-,008	,907	-,051	,613
Тревожность	,036	,619	,058	,565
Депрессия	,092	,209	,124	,219
Самооценка	,049	,491	,036	,723

Самоуважение	-,057	,429	-,075	,456
Удовлетворенность жизнью	-,066	,351	-,050	,621
Стрессоустойчивость	-,011	,879	,009	,932
Прокрастинация	,078	,272	,075	,456
Ассертивность	-,029	,678	-,013	,900

Обозначения в таблицах 1–2: \*\* — корреляции Пирсона и Кендалла статистически значимы при  $p = 0,01$ ; \* — корреляции статистически значимы при  $p = 0,05$ ; выделены статистически значимые корреляции.

Table 1. Correlations of smartphone addiction with personality states and traits of smartphone users

	Kendall's correlation		Pearson Correlation	
	Indicator	Significance	Indicator	Significance
Internet addiction	<b>,170*</b>	,019	<b>,206*</b>	,040
Dependent behaviour	<b>,182*</b>	,012	<b>,227*</b>	,023
Competent behaviour	<b>-,199**</b>	,005	<b>-,255*</b>	,011
Persistence	<b>-,216**</b>	,003	<b>-,313**</b>	,002
Self-control	<b>-,202**</b>	,006	<b>-,290**</b>	,003
Self-regulation	<b>-,210**</b>	,003	<b>-,302**</b>	,002
Aggressiveness	-,091	,207	<b>-,199*</b>	,047
Shyness	<b>,151*</b>	,036	<b>,214*</b>	,032
Loneliness	<b>,228**</b>	,001	<b>,371**</b>	,000
Mood	<b>-,183*</b>	,020	<b>-,207*</b>	,030
Insomnia	<b>,159*</b>	,046	,166	,084
Insecurity from cyberbullying	,128	,074	,146	,147
Internality	-,089	,217	-,133	,187
Self-efficacy in the profession	-,038	,581	-,031	,757
Self-efficacy in interpersonal relationships	,002	,979	-,010	,920
Emotional awareness	-,072	,310	-,122	,226
Managing emotions	-,039	,582	-,045	,660
Self-motivation	-,035	,628	-,058	,565
Empathy	,071	,321	,030	,763
Emotion recognition	,047	,512	,009	,932
Emotional intelligence (integrative indicator)	-,008	,907	-,051	,613
Anxiety	,036	,619	,058	,565
Depression	,092	,209	,124	,219
Self-assessment	,049	,491	,036	,723
Self-esteem	-,057	,429	-,075	,456
Life satisfaction	-,066	,351	-,050	,621
Stress tolerance	-,011	,879	,009	,932
Procrastination	,078	,272	,075	,456
Assertiveness	-,029	,678	-,013	,900

Designations in Tables 1–2: \*\*—Pearson and Kendall correlations are statistically significant at  $p = 0.01$ ; \*—the correlation is statistically significant at  $p = 0.05$ ; highlighted are statistically significant correlations.

от смартфона *положительно* связана с интернет-зависимостью, стеснительностью, одиночеством, зависимым поведением, бессонницей и *отрицательно* — с компетентным поведением, настойчивостью, самообладанием, саморегуляцией, хорошим настроением и агрессивностью.

Полученные результаты вполне объяснимы. Связь с *интернет-зависимостью* происходит от того, что именно эта зависимость является одной из причин зависимости от смартфона, который в данном случае выступает как наиболее доступное техническое приспособление, позволяющее войти в интернет.

При *одиночестве, стеснительности* ощущается дефицит общения, который страдающий от него индивид компенсирует выходом в Сеть, что также проще всего осуществить через смартфон.

Активность в Сети может компенсировать и неудовлетворенность от своего *зависимого поведения* в реальных взаимодействиях.

Длительное общение через смартфон перегружает нервную систему, что приводит к *бессоннице*.

*Агрессия* имеет связь с зависимостью от смартфона по коэффициенту Пирсона ( $r = -0,199$ ,  $p = 0,047$ ), но она статистически незначима по коэффициенту Кендалла. Мы должны в данном случае принять корреляцию по Пирсону, поскольку коррелируемые зависимость от смартфона и агрессивность нормально распределены. Эта связь довольно слабая, отрицательная, что может означать, что возможность использования курсантами смартфонов может немного снижать их агрессивность. В целом же агрессивность курсантов провоцируют совсем иные причины.

Полученный результат о положительной связи зависимости от смартфона с *одиночеством* совпадает с полученными за рубежом результатами, что одиночество является самым сильным предиктором зависимости от смартфонов (Bian, Leung 2015; Jiang, Li, Shypenka 2018; Mahapatra 2019) и что подростки, постоянно пользующиеся смартфонами, чувствуют себя более одинокими (Kara, Baytemir, Inceman-Kara 2019).

Установленная нами отрицательная связь зависимости от смартфона с *саморегуляцией* поддерживает аналогичные результаты других авторов (Bolle 2014; Mahapatra 2019; Sok, Seong, Ryu 2019; van Deursen, Bolle, Hegner, Kommers 2015; Wang, Wang, Yang et al. 2019).

Также совпадают с зарубежными результатами показанные в таблице 1 значимая отрица-

тельная связь между зависимостью от смартфонов и *межличностной компетенцией* (Serit, Bilgin, Ak 2018; Park, Kwon, Baek, Han 2014; Sok, Seong, Ryu 2019), положительная связь зависимости от смартфона с *интернет-зависимостью* (Ayar, Bektas, Bektas et al. 2017; Tateno, Teo, Ukai et al. 2019) и *проблемами со сном* (Xie, Dong, Wang 2018; Zencirci, Aygar, Göktaş et al. 2018).

Часть полученных результатов является новой как для отечественных, так и для зарубежных исследований. К ним относятся выявленные нами отрицательные связи зависимости от смартфона с *настойчивостью и самообладанием* и положительные связи с *зависимым поведением* и с *плохим настроением*.

Показанное таблицей 1 отсутствие связи зависимости от смартфона с *эмоциональным интеллектом* и всеми его компонентами отличается как от результата одного зарубежного исследования, в котором показано, что чем выше уровень зависимости от смартфонов, тем ниже эмоциональный интеллект его пользователей:  $r = -0,177$ ,  $p < 0,007$  (Choi, Seo, Lee, Yoo 2014), так и от одной российской работы, в которой установлено, что тенденция к общению в социальных сетях отрицательно связана с эмоциональным интеллектом (Гроголева, Дронова 2016). Других исследований о связи зависимости от смартфона с эмоциональным интеллектом нами не найдено.

Обращает на себя внимание показываемое таблицей 1 отсутствие у курсантов связей зависимости от смартфона с большинством из рассмотренных состояний и качеств личности.

Возможно, у курсантов *отсутствие связей* зависимости от смартфона с некоторыми состояниями и свойствами их личности (обнаруженные у «гражданских» лиц) происходят из того, что 1) курсанты были приняты на учебу по результатам проверки наличия у них личных качеств, необходимых для работы в условиях чрезвычайных ситуаций (профотбор не проходят кандидаты, имеющие какие-либо зависимости, склонные к девиации, имеющие правонарушения); 2) у них меньше, чем у других молодых людей, возможностей для формирования зависимости от смартфона: мало свободного времени, поэтому невозможно подолгу пользоваться смартфоном и 3) им разрешили пользоваться смартфонами совсем недавно, и этого времени еще недостаточно, чтобы сформировалась зависимость от смартфона.

Ввиду того что зависимость от смартфона создает множество проблем жертвам этой зависимости (тревожность, депрессия, кибербуллинг, прокрастинация), можно считать



отсутствие связи с этими состояниями личности положительным фактором для курсантов.

Положительным фактором можно считать и отсутствие отрицательной связи (которое наблюдается у жертв зависимости от смартфона) с такими позитивными качествами, как стрессоустойчивость, самоуважение, асертивность, удовлетворенность жизнью, интернальность, самоэффективность в делах и в межличностных отношениях.

Тем не менее, несмотря на сравнительно небольшое время пользования смартфоном, у курсантов уже наметились, хотя и слабо выраженные, негативные явления: *положительная* связь зависимости от смартфона с зависимым поведением, одиночеством, стеснительностью, бессонницей и *отрицательная* — с компетентным поведением, настойчивостью, самообладанием, саморегуляцией, хорошим настроением.

Рассматриваемые нами качества личности находятся в определенной связи между собой. Эти связи представлены в таблице 2.

Таблица 2 показывает, что связанные с зависимостью от смартфона положительные (отрицательные) качества личности положительно коррелируют между собой, Таким образом, качества, позитивно (негативно) связанные с зависимостью от смартфона, образуют две обособленные группы: в каждой из них качества положительно связаны между собой и отрицательно связаны с качествами противоположной группы.

Связи агрессивности с остальными изучаемыми факторами отсутствуют, поэтому эти переменные не отражены в таблице 2.

В ходе исследования были обнаружены связи между некоторыми качествами, имеющими

Табл. 2. Корреляции между состояниями и свойствами личности, связанных с зависимостью от смартфона

	Интернет-зависим.	Зависимое поведение	Компет. поведение	Настойчивость	Самообладание	Саморегуляция	Стеснительность
Интернет-зависимость	1,000	,321**	-,322**	-,274**	-,267**	-,305**	-,048
Зависимое	,321**	1,000	-,761**	-,279**	-,336**	-,287**	,252*
Компетент. поведение	-,322**	-,761**	1,000	,303**	,370**	,309**	-,152
Настойчивость	-,274**	-,279**	,303**	1,000	,747**	,912**	-,417**
Самообладание	-,267**	-,336**	,370**	,747**	1,000	,863**	-,380**
Саморегуляция	-,305**	-,287**	,309**	,912**	,863**	1,000	-,394**
Стеснительность	-,048	,252*	-,152	-,417**	-,380**	-,394**	1,000

Table 2. Correlations between states and properties of personalities associated with smartphone addiction

	Internet addiction	Addictive behavior	Competent behavior	Persistence	Self-control	Self-regulation	Shyness
Internet addiction	1,000	,321**	-,322**	-,274**	-,267**	-,305**	-,048
Dependent behavior поведение	,321**	1,000	-,761**	-,279**	-,336**	-,287**	,252*
Competent behavior	-,322**	-,761**	1,000	,303**	,370**	,309**	-,152
Persistence	-,274**	-,279**	,303**	1,000	,747**	,912**	-,417**
Self-control	-,267**	-,336**	,370**	,747**	1,000	,863**	-,380**
Self-regulation	-,305**	-,287**	,309**	,912**	,863**	1,000	-,394**
Shyness	-,048	,252*	-,152	-,417**	-,380**	-,394**	1,000

важное значение для профессиональной подготовки специалистов по чрезвычайным ситуациям. Оказалось, что *самоэффективность в профессиональной сфере* положительно коррелирует с эмоциональным интеллектом ( $r = 0,504, p = 0,000$ ) и его компонентами — эмоциональной осведомленностью ( $r = 0,216, p = 0,031$ ), управлением эмоциями ( $r = 0,410, p = 0,000$ ), самомотивацией ( $r = 0,374, p = 0,000$ ), эмпатией ( $r = 0,353, p = 0,000$ ), распознаванием эмоций ( $r = 0,452, p = 0,000$ ); а также — с интернальностью ( $r = 0,206, p = 0,040$ ), *самоуважением* ( $r = 0,420, p = 0,000$ ), *самоэффективностью* в межличностных отношениях ( $r = 0,466, p = 0,000$ ), *самооценкой* ( $r = 0,291, p = 0,003$ ), *удовлетворенностью жизнью* ( $r = 0,218, p = 0,029$ ). Самоэффективность в профессиональной сфере отрицательно коррелирует с тревожностью ( $r = -0,502, p = 0,000$ ) и депрессивностью ( $r = -0,354, p = 0,000$ ).

Все эти связи легко объяснимы и подсказывают направление работы педагогов по воспитанию эффективных профессионалов. Например, информирование курсантов об установленной в исследовании положительной связи самоэффективности в профессиональной сфере с самоэффективностью в межличностных отношениях с самооценкой и удовлетворенностью жизнью может усилить их желание наилучшим образом освоить преподаваемые им профессиональные знания, умения и навыки.

Современные смартфоны и услуги, которые предоставляют мобильные операторы, позволяют курсантам использовать телефоны не только для голосового общения, но и для активного пользования сетью Интернет. В нашем исследовании было установлено, что зависимость от смартфона положительно связана с зависимым поведением, со стеснительностью и интернет-зависимостью. Это вызывает определенные опасения, так как специфика будущей профессиональной деятельности предполагает принятие самостоятельных решений, наличие волевых качеств. Ввиду этого представляется крайне нежелательным, чтобы у курсантов развилась зависимость от смартфонов.

Мы видим, что такие личностные качества, как *коммуникативная компетентность, настойчивость, самообладание и саморегуляция* имеют отрицательную связь с зависимостью как от смартфона, так и с интернет-зависимостью и зависимым поведением. Это говорит о том, что развитие перечисленных качеств курсантов в процессе обучения и воспитательной работы должно способствовать снижению зависимостей курсантов от смартфонов. Это будет способ-

ствовать их профессиональному становлению и личностному росту. Специальная подготовка, которую они проходили на протяжении учебы в вузе, помогает им выработать профессиональные важные качества, в частности настойчивость, самообладание и саморегуляцию. В сложных условиях негативного воздействия чрезвычайных ситуаций данные качества помогут будущим спасателям принимать правильные решения, четко и грамотно осуществлять свои служебные действия. Одновременно развитие у курсантов этих качеств будет способствовать уменьшению их зависимости от смартфонов — в силу установленной в данном исследовании положительной связи между этими показателями.

Результаты данного исследования позволяют *рекомендовать* в процессе учебно-воспитательной работы с курсантами обращать внимание на профилактику зависимости от смартфона, разъяснять негативные последствия зависимости от смартфонов, а также обращать внимание на то, что фактически живому общению с окружающими нет альтернативы.

## Заключение

В результате проведенного исследования можно сделать следующие **выводы**:

- 1) Зависимость от смартфона *положительно* связана с зависимым поведением, стеснительностью, одиночеством, интернет-зависимостью, бессонницей и *отрицательно* — с компетентным поведением, настойчивостью, самообладанием, саморегуляцией, хорошим настроением и агрессивностью.
- 2) Часть выявленных нами связей в целом соответствуют корреляциям, установленным в зарубежных исследованиях. Новыми, как для отечественных, так и для зарубежных исследований являются установленные в данном исследовании отрицательные связи зависимости от смартфона с *настойчивостью* и *самообладанием* и положительные связи с *зависимым поведением* и с *плохим настроением*.
- 3) Результаты данного исследования приводят к *рекомендации*: в процессе воспитательной работы с курсантами обращать их внимание на негативные последствия зависимости от смартфонов и отдавать предпочтение непосредственному, живому общению с окружающими.

## Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии потенциального или явного конфликта интересов.

## Conflict of Interest

The authors declare that there is no conflict of interest, either existing or potential.

## Соответствие принципам этики

Авторы сообщают, что при проведении исследования соблюдены этические принципы, предусмотренные для исследований с участием людей и животных.

## Ethics Approval

The authors report that the study followed the ethical principles stipulated in for research involving humans and animals.

## Вклад авторов

В. П. Шейнов — постановка задачи, планирование и проведение исследования, работа с литературными источниками, получение конкретных результатов, их критический анализ и интерпретация, написание текста статьи

В. А. Карпиевич — проведение тестирования, обработка тестов, интерпретация результатов, рекомендации по практическому применению полученных результатов.

## Author Contributions

V. P. Sheinov—setting the problem, planning and conducting research, working with literature, obtaining specific results, critical analysis and interpretation of results, writing the text of the article.

V. A. Karpievich—testing, processing of test results, interpretation of results, recommendations for the practical application of the results.

## Литература

- Бодалев, А. А., Столин, В. В., Аванесов, В. С. (2000) *Общая психодиагностика*. СПб.: Речь, 440 с.
- Варваричева, Я. И. (2010) Феномен прокрастинации: проблемы и перспективы исследования. *Вопросы психологии*, № 3, с. 121–130.
- Варламова, С. Н., Гончарова, Е. Р., Соколова, И. В. (2015) Интернет-зависимость молодежи мегаполисов: критерии и типология. *Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены*, № 2 (125), с. 165–182. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2015.2.11>
- Воробейчик, Я. Н. (2004) *Руководство по аутопсихотерапии*. Одесса: Принт мастер, 360 с.
- Госпитальная шкала тревоги и депрессии (2002) В кн.: А. Н. Белова, О. Н. Щепетова (ред.). *Шкалы, тесты и опросники в медицинской реабилитации*. М.: Антидор, с. 80–82.
- Гроголева, О. Ю., Дронова, А. А. (2016) Типология личности подростков, склонных к общению в социальных сетях. В кн.: *Активность и ответственность личности в контексте жизнедеятельности. Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 300-летию г. Омска, 6–7 октября 2016 г.* Омск: Изд-во ОмГУ им. Ф. М. Достоевского, с. 93–95.
- Елисеев, О. П. (2003) *Практикум по психологии личности*. 2-е изд. СПб.: Питер, 508 с.
- Ильин, Е. П. (2009) *Психология воли*. 2-е изд., перераб. и доп. СПб.: Питер, 368 с.
- Митина, Л. М. (2003) *Психология развития конкурентоспособной личности*. 2-е изд. М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 400 с.
- Михельсон, А. (2020) *Тест коммуникативных умений. Перевод и адаптация Ю. З. Гильбуха*. [Электронный ресурс]. URL: <http://azps.ru/tests/5/mihelson.html> (дата обращения 12.03.2020).
- Осин, Е. Н., Леонтьев, Д. А. (2020) Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ. *Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены*, № 1 (155), с. 117–142. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06>
- Пашукова, Т. И., Допира, А. И., Дьяконов, Г. В. (сост.). (1996) *Психологические исследования*. М.: Изд-во Института практической психологии, 177 с.
- Райгородский, Д. Я. (ред.). (2002) *Практическая психодиагностика. Методики и тесты*. Самара: БАХРАХ-М, 672 с.
- Холл, Н. (2002) *Диагностика «эмоционального интеллекта»*. В кн.: Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. *Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп*. М.: Изд-во Института Психотерапии, с. 57–59.
- Шейнов, В. П. (2014) Разработка теста ассертивности, удовлетворяющего требованиям надежности и валидности. *Вопросы психологии*, № 2, с. 107–116.
- Шейнов, В. П. (2019) Кибербуллинг: предпосылки и последствия. *Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология*, т. 4, № 2 (14), с. 77–98.

- Шейнов, В. П. (2020a) Адаптация и валидизация опросника «Шкала зависимости от смартфона» для русскоязычного социума. *Системная психология и социология*, № 3 (35), с. 75–84. <https://doi.org/10.25688/2223-6872.2020.35.3.6>
- Шейнов, В. П. (2020b) Опросник «Оценка степени незащищенности индивида от кибербуллинга»: разработка и предварительная валидизация. *Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика*, т. 17, № 3, с. 521–541. <https://doi.org/10.22363/2313-1683-2020-17-3-521-541>
- Шейнов, В. П. (2021a) Взаимосвязи зависимости от смартфона с психологическими и социально-психологическими характеристиками личности: обзор зарубежных исследований. *Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика*, т. 18, № 1, с. 235–253. <https://doi.org/10.22363/2313-1683-2021-18-1-235-253>
- Шейнов, В. П. (2021b) Короткая версия опросника «Шкала зависимости от смартфона». *Институт психологии Российской Академии Наук. Организационная психология и психология труда*, т. 6, № 1, с. 97–115. <https://doi.org/10.38098/ipran.opwp.2021.18.1.005>
- Шейнов, В. П., Девицын, А. С. (2021) Личностные свойства и состояние здоровья у страдающих зависимостью от смартфона. *Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология*, т. 6, № 1 (21), с. 171–191. <https://doi.org/10.38098/ipran.sep.2021.21.1.007>
- Alhassan, A. A., Alqadhib, E. M., Taha, N. W. et al. (2018) The relationship between addiction to smartphone usage and depression among adults: A cross sectional study. *BMC Psychiatry*, vol. 18, article 148. <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1745-4>
- Ayar, D., Bektas, M., Bektas, I. et al. (2017) The effect of adolescents' internet addiction on smartphone addiction. *Journal of Addictions Nursing*, vol. 28, no. 4, pp. 210–214. <https://doi.org/10.1097/JAN.0000000000000196>
- Bian, M., Leung, L. (2014) Smartphone addiction: Linking loneliness, shyness, symptoms and patterns of use to social capital. *Media Asia*, vol. 41, no. 2, pp. 159–176. <https://doi.org/10.1080/01296612.2014.11690012>
- Bian, M., Leung, L. (2015) Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital. *Social Science Computer Review*, vol. 33, no. 1, pp. 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. Master's thesis*. Enschede, University of Twente, 41 p.
- Cerit, B., Bilgin, N. Ç., Ak, B. (2018) Relationship between smartphone addiction of nursing department students and their communication skills. *Contemporary Nurse*, vol. 54, no. 4-5, pp. 532–542. <https://doi.org/10.1080/10376178.2018.1448291>
- Choi, E-Y. (2019) A Study on influential relations between depression and smartphone addiction among freshman college students: with a focus on the mediating effects of self-efficacy and self-esteem. *The Journal of the Convergence on Culture Technology*, vol. 5, no. 1, pp. 287–295. <https://doi.org/10.17703/JCCT.2019.5.1.287>
- Choi, J. E., Seo, E. J., Lee, E. H., Yoo, M. S. (2014) Smartphone addiction, emotional intelligence, and self-control in college students. *Journal of Korean Academic Society of Home Health Care Nursing*, vol. 21, no. 1, pp. 44–51.
- Elhai, J. D., Dvorak, R. D., Levine, J. C., Hall, B. J. (2017) Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of affective disorders*, vol. 207, pp. 251–259. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.030>
- Esichaiku, D., Guha, P., Dailey, D., Matthew, N. (2016) Relationship of smartphone addiction and academic procrastination: The role of self-regulated learning strategies. [Online]. Available at: <http://www.cs.ait.ac.th/xmlui/handle/123456789/822> (accessed 21.03.2020).
- Gu, H. J., Lee, O. S., Hong, M. J. (2016) The relationship between SNS addiction tendency, self-assertiveness, interpersonal problems and in college students. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, vol. 17, no. 4, pp. 180–187. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.4.180>
- Han, L., Geng, J., Jou, M. et al. (2017) Relationship between shyness and mobile phone addiction in Chinese young adults: Mediating roles of self-control and attachment anxiety. *Computers in Human Behavior*, vol. 76, pp. 363–371. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.07.036>
- Im, I.-C., Jang, K.-A. (2017) The Convergence influence of excessive smartphone use on attention deficit, learning environment, and academic procrastination in health college students. *Journal of the Korea Convergence Society*, vol. 8, no. 12, pp. 129–137. <https://doi.org/10.15207/JKCS.2017.8.12.129>
- Jiang, Q., Li, Y., Shypenka, V. (2018) Loneliness, individualism, and smartphone addiction among international students in China. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, vol. 21, no. 11, pp. 711–718. <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*, vol. 40, no. 1, pp. 85–98. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2019.1673485>
- Kim, J. H., Jung, I. K. (2015) The moderating effects of perceived father's rearing attitudes on the relationship between self-efficacy and smart-phone addiction in adolescents. *Journal of Korean Home Economics Education Association*, vol. 27, no. 1, pp. 111–126.
- Kim, E., Koh, E. (2018) Avoidant attachment and smartphone addiction in college students: The mediating effects of anxiety and self-esteem. *Computers in Human Behavior*, vol. 84, pp. 264–271. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.02.037>

- Lay, C. H. (1986) At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, vol. 20, no. 4, pp. 474–495. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(86\)90127-3](https://doi.org/10.1016/0092-6566(86)90127-3)
- Lee, H.-S. (2016) A convergence study the effect of college students' parent-son/daughter communication on addiction to smartphones: Focused on the mediated effect of stress level, self-control and self-efficacy. *Journal of the Korea Convergence Society*, vol. 7, no. 4, pp. 163–172. <https://doi.org/10.15207/JKCS.2016.7.4.163>
- Li, L., Gao, H., Xu, Y. (2020) The mediating and buffering effect of academic self-efficacy on the relationship between smartphone addiction and academic procrastination. *Computers & Education*, vol. 159, article 104001. <https://doi.org/10.1016/J.COMPEDU.2020.104001>
- Mahapatra, S. (2019) Smartphone addiction and associated consequences: Role of loneliness and self-regulation. *Behaviour & Information Technology*, vol. 38, no. 8, pp. 833–844. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2018.1560499>
- Mok, J. Y., Choi, S. W., Kim, D. J. et al. (2014) Latent class analysis on internet and smartphone addiction in college students. *Neuropsychiatr Dis Treat*, vol. 10, pp. 817–828. <https://doi.org/10.2147/NDT.S59293>
- Park, S., Kwon, M. A., Baek, M. J., Han, N. R. (2014) Relation between smartphone addiction and interpersonal competence of college students using social network service. *The Journal of the Korea Contents Association*, vol. 14, no. 5, pp. 289–297. <https://doi.org/10.5392/JKCA.2014.14.05.289>
- Park, Y., Chang, M. (2015) The correlation between smartphone addiction and sensory processing feature, self-efficacy in college students. *The Journal of Korean Academy of Sensory Integration*, vol. 13, no. 2, pp. 43–51. <https://doi.org/10.18064/JKASI.2015.13.2.043>
- Qudah, M. F. A., Albursan, I. S., Bakhiet, S. F. A. et al. (2019) Smartphone addiction and its relationship with cyberbullying among university students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, vol. 17, no. 3, pp. 628–643. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-0013-7>
- Rozgonjuk, D., Kattago, M., Täht, K. (2018) Social media use in lectures mediates the relationship between procrastination and problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, vol. 89, pp. 191–198. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.08.003>
- Sim, M. Y., Lee, D. N., Kim, E. H. (2016) A study on influential relations between stress and smartphone addiction among college students: with a focus on the mediating effects of depression and self-efficacy. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, vol. 17, no. 5, pp. 227–236. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.5.227>
- Sok, S. R., Seong, M. H., Ryu, M. H. (2019) Differences of self-control, daily life stress, and communication skills between smart-phone addiction risk group and general group in Korean nursing students. *Psychiatric Quarterly*, vol. 90, no. 1, pp. 1–9. <https://doi.org/10.1007/s11126-018-9596-1>
- Tateno, M., Teo, A. R., Ukai, W. et al. (2019) Internet addiction, smartphone addiction, and hikikomori trait in Japanese young adult: Social isolation and social network. *Frontiers in Psychiatry*, vol. 10, article 455. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00455>
- Van Deursen, A. J. A. M., Bolle, C L., Hegner, S. M., Kommers, P. A. 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*, vol. 45, pp. 411–420. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.039>
- Wang, J., Wang, P., Yang, X. et al. (2019) Fear of missing out and procrastination as mediators between sensation seeking and adolescent smartphone addiction. *International Journal of Mental Health and Addiction*, vol. 17, no. 4, pp. 1049–1062. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00106-0>
- Wang, P., Zhao, M., Wang, X. (2017) Peer relationship and adolescent smartphone addiction: The mediating role of self-esteem and the moderating role of the need to belong. *Journal of Behavioral Addictions*, vol. 6, no. 4, pp. 708–717. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.079>
- 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*, vol. 9, no. 5, pp. 61–67. <https://doi.org/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*, vol. 7, no. 2, pp. 466–472. <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. *International Journal of Mental Health and Addiction*, vol. 17, no. 3, pp. 596–614. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9961-1>
- Young, K. S. (1999) Internet addiction: Symptoms, evaluation and treatment. In: L. VandeCreek, T. L. Jackson (eds.). *Innovations in clinical practice: A source book*. Vol. 17. Sarasota: Professional Resource Press, pp. 351–352.
- Zencirci, S. A., Aygar, H., Göktaş, S. et al. (2018) Evaluation of smartphone addiction and related factors among university students. *International Journal of Research in Medical Sciences*, vol. 6, no. 7, pp. 2210–2216. <https://doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20182805>

## References

- Alhassan, A. A., Alqadhib, E. M., Taha, N. W. et al. (2018) The relationship between addiction to smartphone usage and depression among adults: A cross sectional study. *BMC Psychiatry*, vol. 18, article 148. <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1745-4> (In English)

- Ayar, D., Bektas, M., Bektas, I. et al. (2017) The effect of adolescents' internet addiction on smartphone addiction. *Journal of Addictions Nursing*, vol. 28, no. 4, pp. 210–214. <https://doi.org/10.1097/JAN.0000000000000196> (In English)
- Bian, M., Leung, L. (2014) Smartphone addiction: Linking loneliness, shyness, symptoms and patterns of use to social capital. *Media Asia*, vol. 41, no. 2, pp. 159–176. <https://doi.org/10.1080/01296612.2014.11690012> (In English)
- Bian, M., Leung, L. (2015) Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital. *Social Science Computer Review*, vol. 33, no. 1, pp. 61–79. <https://doi.org/10.1177/0894439314528779> (In English)
- Bodalev, A. A., Stolin, V. V., Avanesov, V. S. (2000) *Obshchaya psikhodiagnostika [General psychodiagnostics]*. Saint Petersburg: Rech' Publ., 440 p. (In Russian)
- 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. Master's thesis*. Enschede, University of Twente, 41 p. (In English)
- Cerit, B., Bilgin, N. Ç., Ak, B. (2018) Relationship between smartphone addiction of nursing department students and their communication skills. *Contemporary Nurse*, vol. 54, no. 4-5, pp. 532–542. <https://doi.org/10.1080/10376178.2018.1448291> (In English)
- Choi, E.-Y. (2019) A Study on influential relations between depression and smartphone addiction among freshman college students: with a focus on the mediating effects of self-efficacy and self-esteem. *The Journal of the Convergence on Culture Technology*, vol. 5, no. 1, pp. 287–295. <https://doi.org/10.17703/JCCT.2019.5.1.287> (In Korean)
- Choi, J. E., Seo, E. J., Lee, E. H., Yoo, M. S. (2014) Smartphone addiction, emotional intelligence, and self-control in college students. *Journal of Korean Academic Society of Home Health Care Nursing*, vol. 21, no. 1, pp. 44–51. (In Korean)
- Elhai, J. D., Dvorak, R. D., Levine, J. C., Hall, B. J. (2017) Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of affective disorders*, vol. 207, pp. 251–259. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.030> (In English)
- Eliseev, O. P. (2003) *Praktikum po psikhologii lichnosti [Workshop on personality psychology]*. 2<sup>nd</sup> ed. Saint Petersburg: Piter Publ., 508 p. (In Russian)
- Esichaiku, D., Guha, P., Dailey, D., Matthew, N. (2016) Relationship of smartphone addiction and academic procrastination: The role of self-regulated learning strategies. [Online]. Available at: <http://www.cs.ait.ac.th/xmlui/handle/123456789/822> (accessed 21.03.2020). (In English)
- Gospital'naya shkala trevogi i depressii [Hospital anxiety and depression scale]. In: A. N. Belova, O. N. Shchepetova (eds.). *Shkaly, testy i oprosniki v meditsinskoj reabilitatsii [Scales, tests and questionnaires in medical rehabilitation]*. Moscow: Antidor Publ., pp. 80–82. (In Russian)
- Grogoleva, O. Yu., Dronova, A. A. (2016) Tipologiya lichnosti podrostkov, sklonnykh k obshcheniyu v sotsial'nykh setyakh [Personality typology of teenagers prone to communication on social networks]. In: *Aktivnost' i otvetstvennost' lichnosti v kontekste zhiznedeyatel'nosti. Materialy II Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem, posvyashchennoi 300-letiyu g. Omska, 6–7 oktyabrya 2016 g [Activity and responsibility of the individual in the context of life: Proceedings of the II All-Russian Scientific and Practical Conference with international participation dedicated to the 300th anniversary of Omsk, October 6–7, 2016]*. Omsk: Dostoevsky Omsk State University Publ., pp. 93–95. (In Russian)
- Gu, H. J., Lee, O. S., Hong, M. J. (2016) The relationship between SNS addiction tendency, self-assertiveness, interpersonal problems and in college students. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, vol. 17, no. 4, pp. 180–187. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.4.180> (In Korean)
- Han, L., Geng, J., Jou, M. et al. (2017) Relationship between shyness and mobile phone addiction in Chinese young adults: Mediating roles of self-control and attachment anxiety. *Computers in Human Behavior*, vol. 76, pp. 363–371. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.07.036> (In English)
- Il'in, E. P. (2009) *Psikhologiya voli [Psychology of will]*. 2<sup>nd</sup> ed., rev. and exp. Saint Petersburg: Piter Publ., 368 p. (In Russian)
- Im, I.-C., Jang, K.-A. (2017) The Convergence influence of excessive smartphone use on attention deficit, learning environment, and academic procrastination in health college students. *Journal of the Korea Convergence Society*, vol. 8, no. 12, pp. 129–137. <https://doi.org/10.15207/JKCS.2017.8.12.129> (In Korean)
- Jiang, Q., Li, Y., Shypenka, V. (2018) Loneliness, individualism, and smartphone addiction among international students in China. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, vol. 21, no. 11, pp. 711–718. <https://doi.org/10.1089/cyber.2018.0115> (In English)
- 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*, vol. 40, no. 1, pp. 85–98. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2019.1673485> (In English)
- Kholl, N. (2002) Diagnostika "emotsional'nogo intellekta" [Diagnosis of "emotional intelligence"]. In: N. P. Fetiskin, V. V. Kozlov, G. M. Manuilov. *Sotsial'no-psikhologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malykh grupp [Socio-psychological diagnosis of the development of personality and small groups]*. Moscow: Institute of Psychotherapy Publ., pp. 57–59. (In Russian)

- Kim, J. H., Jung, I. K. (2015) The moderating effects of perceived father's rearing attitudes on the relationship between self-efficacy and smart-phone addiction in adolescents. *Journal of Korean Home Economics Education Association*, vol. 27, no. 1, pp. 111–126. (In Korean)
- Kim, E., Koh, E. (2018) Avoidant attachment and smartphone addiction in college students: The mediating effects of anxiety and self-esteem. *Computers in Human Behavior*, vol. 84, pp. 264–271. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.02.037> (In English)
- Lay, C. H. (1986) At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, vol. 20, no. 4, pp. 474–495. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(86\)90127-3](https://doi.org/10.1016/0092-6566(86)90127-3) (In English)
- Lee, H.-S. (2016) A convergence study the effect of college students' parent-son/daughter communication on addiction to smartphones: Focused on the mediated effect of stress level, self-control and self-efficacy. *Journal of the Korea Convergence Society*, vol. 7, no. 4, pp. 163–172. <https://doi.org/10.15207/JKCS.2016.7.4.163> (In Korean)
- Li, L., Gao, H., Xu, Y. (2020) The mediating and buffering effect of academic self-efficacy on the relationship between smartphone addiction and academic procrastination. *Computers & Education*, vol. 159, article 104001. <https://doi.org/10.1016/J.COMPEDU.2020.104001> (In English)
- Mahapatra, S. (2019) Smartphone addiction and associated consequences: Role of loneliness and self-regulation. *Behaviour & Information Technology*, vol. 38, no. 8, pp. 833–844. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2018.1560499> (In English)
- Mikel'son, L. (2020) *Test kommunikativnykh umenij. Perevod i adaptatsiya Yu. Z. Gil'bukha [Communication skills test. Translation and adaptation by Yu. Z. Gilbukha]*. [Online]. Available at: <http://azps.ru/tests/5/mihelson.html> (accessed 12.03.2020). (In Russian)
- Mitina, L. M. (2003) *Psikhologiya razvitiya konkurentosposobnoi lichnosti [Development psychology of a competitive personality]*. 2<sup>nd</sup> ed. Moscow: MPSU Publ.; Voronezh: MODEK Publ., 400 p. (In Russian)
- Mok, J. Y., Choi, S. W., Kim, D. J. et al. (2014) Latent class analysis on internet and smartphone addiction in college students. *Neuropsychiatr Dis Treat*, vol. 10, pp. 817–828. <https://doi.org/10.2147/NDT.S59293> (In English)
- Osin, E. N., Leontiev, D. A. (2020) Kratkie russkoyazychnye shkaly diagnostiki sub'ektivnogo blagopoluchiya: psikhometricheskie kharakteristiki i sravnitel'nyy analiz [Brief Russian-Language Instruments to measure subjective well-being: Psychometric properties and comparative analysis]. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskie i sotsial'nye peremeny — Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes*, no. 1 (155), pp. 117–142. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06> (In Russian)
- Park, S., Kwon, M. A., Baek, M. J., Han, N. R. (2014) Relation between smartphone addiction and interpersonal competence of college students using social network service. *The Journal of the Korea Contents Association*, vol. 14, no. 5, pp. 289–297. <https://doi.org/10.5392/JKCA.2014.14.05.289> (In English)
- Park, Y., Chang, M. (2015) The correlation between smartphone addiction and sensory processing feature, self-efficacy in college students. *The Journal of Korean Academy of Sensory Integration*, vol. 13, no. 2, pp. 43–51. <https://doi.org/10.18064/JKASI.2015.13.2.043> (In Korean)
- Pashukova, T. I., Dopira, A. I., D'yakov, G. V. (comp.). (1996) *Psikhologicheskie issledovaniya [Psychological research]*. Moscow: Institute of Practical Psychology and Psychoanalysis Publ., 177 p. (In Russian)
- Qudah, M. F. A., Albursan, I. S., Bakhiet, S. F. A. et al. (2019) Smartphone addiction and its relationship with cyberbullying among university students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, vol. 17, no. 3, pp. 628–643. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-0013-7> (In English)
- Raigorodskii, D. Ya. (ed.). (2002) *Prakticheskaya psikhodiagnostika. Metodiki i testy [Practical psychodiagnosics. Techniques and Tests]*. Samara: BAKHRAKH-M Publ., 672 p. (In Russian)
- Rozgonjuk, D., Kattago, M., Täht, K. (2018) Social media use in lectures mediates the relationship between procrastination and problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, vol. 89, pp. 191–198. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.08.003> (In English)
- Sheinov, V. P. (2014) Razrabotka testa assertivnosti, udovletvoryayushchego trebovaniyam nadezhnosti i validnosti [On development of an assertiveness test answering requirements of reliability and validity]. *Voprosy psichologii*, no. 2, pp. 107–116. (In Russian)
- Sheinov, V. P. (2019) Kiberbulling: predposylki i posledstviya [Cyberbullying: Prerequisites and implications]. *Institut psichologii Rossijskoj akademii nauk. Sotsial'naya i ekonomicheskaya psichologiya — Institute of Psychology Russian Academy of Sciences. Social and Economic Psychology*, vol. 4, no. 2 (14), pp. 77–98. (In Russian)
- Sheinov, V. P. (2020a) Adaptatsiya i validizatsiya oprosnika "Shkala zavisimosti ot smartfona" dlya russkoyazychnogo sotsiuma [Adaptation and validation of the questionnaire "The scale of dependence on the smartphone" for the Russian-speaking society]. *Sistemnaya psichologiya i sotsiologiya — Systems Psychology and Sociology*, no. 3 (35), pp. 75–84. <https://doi.org/10.25688/2223-6872.2020.35.3.6> (In Russian)
- Sheinov, V. P. (2020b) Oprosnik "Otsenka stepeni nezashchishchennosti individa ot kiberbullinga": razrabotka i predvaritel'naya validizatsiya [Questionnaire on assessing individual vulnerability to cyberbullying: Development and preliminary validation]. *Vestnik Rossijskogo universiteta druzhby narodov. Seriya: Psichologiya i pedagogika — RUDN Journal of Psychology and Pedagogics*, vol. 17, no. 3, pp. 521–541. <https://doi.org/10.22363/2313-1683-2020-17-3-521-541> (In Russian)

- Sheinov, V. P. (2021a) Vzaimosvyazi zavisimosti ot smartfona s psikhologicheskimi i sotsial'no-psihologicheskimi kharakteristikami lichnosti: obzor zarubezhnyh issledovaniy [Smartphone addiction and personality: Review of international research]. *Vestnik Rossijskogo universiteta druzhby narodov. Seriya: Psikhologiya i pedagogika — RUDN Journal of Psychology and Pedagogics*, vol. 18, no. 1, pp. 235–253. <https://doi.org/10.22363/2313-1683-2021-18-1> (In Russian)
- Sheinov, V. P. (2021b) Korotkaya versiya oprosnika “Shkala zavisimosti ot smartfona” [Short version of the questionnaire “Scale of dependence on the smartphone”]. *Institut psikhologii Rossijskoj akademii nauk. Sotsial'naya i ekonomicheskaya psikhologiya — Institute of Psychology Russian Academy of Sciences. Social and Economic Psychology*, vol. 6, no. 1, pp. 97–115. <https://doi.org/10.38098/ipran.opwp.2021.18.1.005> (In Russian)
- Sheinov, V. P., Devitsyn, A. S. (2021) Lichnostnye svoystva i sostoyanie zdorov'ya u stradayushchikh zavisimost'yu ot smartfona [Personal properties and health state of victims of dependence on the smartphone]. *Institut psikhologii Rossijskoj akademii nauk. Sotsial'naya i ekonomicheskaya psikhologiya — Institute of Psychology Russian Academy of Sciences. Social and Economic Psychology*, vol. 6, no. 1 (21), pp. 171–191. <https://doi.org/10.38098/ipran.sep.2021.21.1.007> (In Russian)
- Sim, M. Y., Lee, D. N., Kim, E. H. (2016) A study on influential relations between stress and smartphone addiction among college students: with a focus on the mediating effects of depression and self-efficacy. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, vol. 17, no. 5, pp. 227–236. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.5.227> (In Korean)
- Sok, S. R., Seong, M. H., Ryu, M. H. (2019) Differences of self-control, daily life stress, and communication skills between smart-phone addiction risk group and general group in Korean nursing students. *Psychiatric Quarterly*, vol. 90, no. 1, pp. 1–9. <https://doi.org/10.1007/s11126-018-9596-1> (In English)
- Tateno, M., Teo, A. R., Ukai, W. et al. (2019) Internet addiction, smartphone addiction, and hikikomori trait in Japanese young adult: Social isolation and social network. *Frontiers in Psychiatry*, vol. 10, article 455. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00455> (In English)
- Van Deursen, A. J. A. M., Bolle, C. L., Hegner, S. M., Kommers, P. A. 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*, vol. 45, pp. 411–420. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.039> (In English)
- Varlamova, S. N. Goncharova, E. R., Sokolova, I. V. (2015) Internet-zavisimost' molodezhi megapolisov: kriterii i tipologiya [Internet addiction among young people living in metropolitan cities: Criteria and typology]. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskie i sotsial'nye peremeny — Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes*, no. 2 (125), pp. 165–182. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2015.2.11> (In Russian)
- Varvaricheva, Ya. A. (2010) Fenomen prokrastinatsii: problemy i perspektivy issledovaniya [The procrastination phenomenon: Problems and prospects for research]. *Voprosy psikhologii*, no. 3, pp. 121–130. (In Russian)
- Vorobejchik, Ya. N. (2004) *Rukovodstvo po autopsikhoterapii [Guidance on autopsychotherapy]*. Odessa: Print Master Publ., 360 p. (In Russian)
- Wang, J., Wang, P., Yang, X. et al. (2019) Fear of missing out and procrastination as mediators between sensation seeking and adolescent smartphone addiction. *International Journal of Mental Health and Addiction*, vol. 17, no. 4, pp. 1049–1062. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00106-0> (In English)
- Wang, P., Zhao, M., Wang, X. (2017) Peer relationship and adolescent smartphone addiction: The mediating role of self-esteem and the moderating role of the need to belong. *Journal of Behavioral Addictions*, vol. 6, no. 4, pp. 708–717. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.079> (In English)
- 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*, vol. 9, no. 5, pp. 61–67. <https://doi.org/10.15207/JKCS.2018.9.5.061> (In Korean)
- Xie, X., Dong, Y., Wang, J. (2018) Sleep quality as a mediator of problematic smartphone use and clinical health symptoms. *Journal of Behavioral Addictions*, vol. 7, no. 2, pp. 466–472. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.40> (In English)
- 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. *International Journal of Mental Health and Addiction*, vol. 17, no. 3, pp. 596–614. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9961-1> (In English)
- Young, K. S. (1999) Internet addiction: Symptoms, evaluation and treatment. In: L. VandeCreek, T. L. Jackson (eds.). *Innovations in clinical practice: A source book. Vol. 17*. Sarasota: Professional Resource Press, pp. 351–352. (In English)
- Zencirci, S. A., Aygar, H., Göktaş, S. et al. (2018) Evaluation of smartphone addiction and related factors among university students. *International Journal of Research in Medical Sciences*, vol. 6, no. 7, pp. 2210–2216. <https://doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20182805> (In English)