



УДК 159.9.072.59

EDN HCOXDU

<https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2023-5-1-88-100>

Научная статья

Связи зависимости от смартфона белорусских студентов с уверенностью в себе, эмоциональным интеллектом и поведением в конфликтах

В. П. Шейнов^{✉1}, Ю. М. Бубнов², В. О. Ермак³

¹ Республиканский институт высшей школы, 220007, Республика Беларусь, г. Минск, ул. Московская, д. 15

² Белорусский государственный университет пищевых и химических технологий, 212027, Республика Беларусь, г. Могилев, пр. Шмидта, д. 3

³ Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники, 220013, Республика Беларусь, г. Минск, ул. П. Бровки, д. 6

Сведения об авторах

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

Юрий Михайлович Бубнов, e-mail: bubnov_juri@tut.by

Владислав Олегович Ермак, e-mail: vermakvladislav@yandex.ru

Для цитирования: Шейнов, В. П., Бубнов, Ю. М., Ермак, В. О. (2023) Связи зависимости от смартфона белорусских студентов с уверенностью в себе, эмоциональным интеллектом и поведением в конфликтах. *Психология человека в образовании*, т. 5, № 1, с. 88–100. <https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2023-5-1-88-100> EDN HCOXDU

Получена 7 декабря 2022; прошла рецензирование 26 декабря 2022; принята 5 января 2023.

Финансирование: Исследование не имело финансовой поддержки.

Права: © В. П. Шейнов, Ю. М. Бубнов, В. О. Ермак (2023). Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена. Открытый доступ на условиях лицензии CC BY-NC 4.0.

Аннотация

Введение. Зависимость от смартфона связана с проявлениями психологического неблагополучия: депрессией, тревожностью, стрессом, неудовлетворенностью жизнью, низким самоконтролем. Это предопределяет актуальность изучения зависимости от смартфона. **Цель** данного исследования — обнаружить связи зависимости от смартфона с уверенностью в себе эмоциональным интеллектом и стилем поведения в конфликтах.

Материалы и методы. Проведен социологический опрос 1634 представителей учащейся молодежи Беларуси (736 юношей, 871 девушка, средневзвешенный показатель возраста — 18,1 лет) и тестирование 265 студентов (148 девушек и 117 юношей). Зависимость от смартфона **диагностировалась** короткой версией опросника «Шкала зависимости от смартфона» (автор В. П. Шейнов), зависимость от социальных сетей — опросником ЗСС-15 (В. П. Шейнов, А. С. Девидын), уверенность в себе — методикой В. Г. Ромека, эмоциональный интеллект — методикой Н. Холла, типы поведения испытуемых в конфликтах — тестом Томаса — Килманна в адаптации Н. В. Гришиной.

Результаты исследования. Выявлены интенсивность пользования интернетом белорусскими юношами и девушками и их предпочтения в этой сфере. Определен удельный вес интернет-зависимых и «пограничных» пользователей интернета среди белорусской учащейся молодежи методами объективного тестирования, оценки социального окружения и самооценки.

Обнаружены общие для юношей и девушек статистически значимые связи зависимости от смартфона. Отрицательно зависимость от смартфона коррелирует с уверенностью в себе, интегративным показателем эмоционального интеллекта, социальной смелостью, управлением собственными эмоциями, самоменеджментом, распознаванием эмоций других людей. Положительно смартфон-аддикция связана с психологическим состоянием пользователя, коммуникацией, получением информации, а также с потерей контроля над собой, страхом лишиться смартфона и эйфорией от его использования. У юношей выявлена еще и положительная связь зависимости от смартфона со стратегией избегания конфликта.

Заключение. У представителей белорусской молодежи зависимость от смартфона отрицательно связана с рядом положительных качеств, причем обнаружены половые различия в связях зависимости от смартфона, которые исследователями ранее не отмечались. Практическая значимость проведенного исследования: его результаты могут быть использованы психологами и педагогами в разъяснительной работе с учащимися и студентами об опасности чрезмерного увлечения смартфоном.

Ключевые слова: зависимость от смартфона, эмоциональный интеллект, уверенность в себе, поведение в конфликтных ситуациях, зависимость от социальных сетей, факторы зависимостей, виртуальное пространство, белорусская молодежь

Research article

The relationship between smartphone addiction, self-confidence, emotional intelligence and behavior in conflicts: Evidence from Belarusian students

V. P. Sheinov^{✉1}, Yu. M. Bubnau², V. O. Yermak³

¹ Republican Institute of Higher Education, 15 Moscow Str., Minsk 220001, Republic of Belarus

² Belarusian State University of Food and Chemical Technologies, 3 Shmidt Ave., Mogilev 212027, Republic of Belarus

³ Belarusian State University of Informatics and Radioelectronics, 6 P. Brovki Str., Minsk 220013, Republic of Belarus

Authors

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

Yury M. Bubnau, e-mail: bubnov_juri@tut.by

Vladislav O. Yermak, e-mail: yermakvladislav@yandex.ru

For citation: Sheinov, V. P., Bubnau, Yu. M., Yermak, V. O. (2023) The relationship between smartphone addiction, self-confidence, emotional intelligence and behavior in conflicts: Evidence from Belarusian students. *Psychology in Education*, vol. 5, no. 1, pp. 88–100. <https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2023-5-1-88-100> EDN HCOXDU

Received 7 December 2022; reviewed 26 December 2022; accepted 5 January 2023.

Funding: The study did not receive any external funding.

Copyright: © V. P. Sheinov, Yu. M. Bubnau, V. O. Yermak (2023). Published by Herzen State Pedagogical University of Russia. Open access under [CC BY-NC License 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

Abstract

Introduction. Smartphone addiction is associated with psychological distress: depression, anxiety, stress, dissatisfaction with life, low self-control. This explains the relevance of the reported study in smartphone addiction. The *purpose* of this study is to discover the links between smartphone addiction, self-confidence, emotional intelligence and behavior in conflict.

Materials and Methods. The sociological survey included interviews with 1634 young people from Belarus at different levels of education (736 boys, 871 girls, 47 respondents abstained from answering, the weighted average age indicator was 18.1 years). We also tested 265 university students (148 girls and 117 boys).

Results. The study identified preferences of young people as regards online communication, work, games and shopping. It has been found that a significant number of young Belarusians opt for virtual reality for communication, entertainment, work and economic activities. The study also found statistically significant associations of smartphone dependence common for boys and girls. Negative smartphone addiction correlates with self-confidence, an integrative indicator of emotional intelligence, social courage, managing one's own emotions, self-management, recognizing the emotions of other people. Positively, smartphone addiction is associated with the psychological state of their user, communication, obtaining information, loss of self-control, a fear of losing the smartphone and euphoria from its use. In young men, a positive association of smartphone addiction with a strategy of avoiding conflict was also revealed.

Conclusions. In Belarusian youth, smartphone addiction is negatively associated with a number of positive qualities. The study found previously unreported sex differences in smartphone addiction patterns. The results of the study can be used by psychologists and educators to show students the dangers of an excessive use of smartphones.

Keywords: smartphone addiction, emotional intelligence, self-confidence, behavior in conflicts, dependence on social networks, addiction factors, virtual space, Belarusian youth

Введение

Предметом исследования в данной статье являются связи, возникающие между, с одной стороны, зависимостью молодых белорусов от смартфонов и, с другой стороны, — некоторыми социально-психологическими характеристиками личности, такими как уверенность в себе, эмоциональный интеллект и выбор определенных стратегий реагирования в конфликте.

Говоря о зависимости (аддикции) человека от смартфона, мы подразумеваем его зависимость от интернета в самом широком значении этого слова, от виртуальной реальности, доступ к которой и предоставляет смартфон.

Аддиктивное поведение рассматривается как одна из форм деструктивного (разрушительно-го) поведения, то есть причиняющего вред человеку и обществу. Согласно признанным авторитетам аддиктологии Ц. П. Короленко и Т. А. Донских, зависимое поведение проявляется в уходе индивида от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных предметах или активностях (видах деятельности), что сопровождается развитием интенсивных эмоций (Короленко, Донских 1999). Этот процесс настолько захватывает индивида, что начинает управлять его поведением. Человек становится беспомощным перед своим пристрастием. Его волевые усилия ослабевают и не дают возможности противостоять аддикции.

На данный момент зависимость от Интернета не считается самостоятельным заболеванием и определяется лишь как феномен. Диагностическая категория «интернет-аддикция» еще не описана ни в МКБ–11 (международная классификация болезней и расстройств поведения 11-го пересмотра), ни в DSM–V (диагностический и статистический справочник по психическим расстройствам). Вследствие этого феномен интернет-зависимости имеет значительную нозологическую неопределенность и концептуализируется под разными названиями. Так, среди исследователей до сих пор нет единства в том, как следует называть данный феномен. Специалисты ввели целый ряд терминов, таких как интернет-аддикция (Internet addiction), зависимость от Интернета (Internet dependency), излишнее применение Интернета (Internet abuse), компульсивное применение Интернета (compulsive Internet use), патологическое применение Интернета (pathological Internet use) или проблемное/разрушительное

применение Интернета (problematic/disruptive use of the internet).

Наиболее подвержены негативному воздействию интернет-аддикции молодые люди, так как они составляют основную аудиторию сети, в том числе и в Республике Беларусь. Принимая во внимание высокий риск развития интернет-зависимости среди белорусской молодежи и, в целом, малую изученность данной проблематики в нашей стране, авторы поставили цель исследовать феномен интернет-зависимости с помощью социологического и психологического инструментария.

Теоретический обзор современного состояния проблемы

Белорусская наука еще только приступает к фундаментальному исследованию влияния виртуальной реальности на сознание и поведение молодых белорусов (Бубнов 2021a; 2021b). В данной статье мы попытаемся компенсировать этот недостаток, сконцентрировав свое исследовательское внимание, в первую очередь, на социально-психологических проявлениях воздействия виртуальной реальности на внутренний мир белорусских юношей и девушек. Это воздействие может приобретать черты и признаки зависимости (аддикции) молодых людей от смартфона, поскольку именно через него молодые люди преимущественно общаются, выходят в интернет, контактируют с социальными сетями и СМИ.

Данное обстоятельство приводит к зависимости от смартфона, что вызывает растущую озабоченность специалистов, поскольку установлено, что «зависимость от смартфона положительно коррелирует с тревожностью, депрессией, стрессом и отрицательно связана с самоконтролем и удовлетворенностью жизнью» (Шейнов 2021, 97).

Университетская жизнь — весьма важный период для студентов, в течение которого они должны развивать свою личность, чтобы адаптироваться к жизни после окончания учебы. Однако было замечено, что чрезмерное использование студентами смартфонов вызывает все более серьезную их изоляцию и нестабильное эмоциональное состояние.

К настоящему времени исследователями установлены статистически значимые связи зависимости от смартфона с *эмоциональным интеллект*ом (ЭИ), *низкой уверенностью в себе*, *конфликтами и стрессами*.

Эмоциональный интеллект (ЭИ) определяется как способность к пониманию своих

и чужих эмоций и управлению ими (Люсин 2004) или как точное восприятие эмоций, использование эмоций для облегчения мысли, понимание эмоций и управление ими (Mayer et al. 2008).

Появляется все больше доказательств того, что эмоциональный интеллект играет роль в развитии как употребления психоактивных веществ, так и поведенческих зависимостей. В обзоре исследований о значимости ЭИ и (возможно) связанными с ним зависимостями показано, что накоплены существенные эмпирические данные, свидетельствующие о том, что низкий ЭИ является важным фактором риска развития зависимостей (Henning et al. 2021). Это указывает на необходимость уделять больше внимания исследованиям конкретных механизмов, связывающих ЭИ с зависимостями, а также потенциальной полезности обучения ЭИ в лечении зависимостей.

Установлено, что чем выше уровень зависимости от смартфона, тем ниже эмоциональный интеллект испытуемых ($r = -0,177$, $p < 0,007$) и самоконтроль ($r = -0,418$, $p < 0,001$). Кроме того, более высокие показатели эмоционального интеллекта положительно взаимосвязаны с самоконтролем ($r = 0,502$, $p < 0,001$) (Choi et al. 2014).

Наблюдается обратная связь между зависимостью от смартфона и показателем эмоционального интеллекта по субшкале «эмоциональная осведомленность» (Morales Rodríguez et al. 2020).

Субшкалы эмоционального интеллекта показали отрицательную корреляцию зависимости от смартфона у студентов-медсестер. Чем выше уровень использования эмоций и регуляция эмоций, тем ниже зависимость от смартфона (Lee, Park 2018).

Показатели эмоционального интеллекта отрицательно связаны как с проблемным использованием Интернета и смартфонов, так и с суицидальными мыслями (Arrivillaga et al. 2020).

В целом, наблюдалась отрицательная корреляция между ориентацией на виртуальный мир и осознанием и выражением собственных эмоций через субфакторы эмоционального интеллекта (Yoo et al. 2017).

В частности, зависимость от смартфона значительно отрицательно коррелировала с эмоциональным интеллектом и склонностью к критическому мышлению у студентов-медсестер. А более высокая зависимость от смартфона свидетельствовала о более низком уровне эмоционального интеллекта и склонности к критическому мышлению (Lee, Kim 2017).

Низкая уверенность в себе. Предпочтение виртуальному миру — одна из основных характеристик зависимости от смартфонов. Пользователи смартфона, попадающие в зависимость от него, теряют уверенность в себе в отношениях с другими (Peraman, Parasuraman 2016).

С другой стороны, зависимость от смартфона чаще встречается у индивидов с низкой самооценкой. Смартфоны используются ими с целью сблизиться в виртуальном мире и повысить уверенность в себе (Lee et al. 2018).

Установлено, что потенциальные факторы, приводящие к чрезмерному использованию смартфонов, включают личные факторы (длительное свободное время и низкая уверенность в себе) и социальные факторы (социальное давление и страх потерять «друзей»). Было обнаружено, что основные негативные последствия чрезмерного использования смартфонов связаны с ухудшением физического здоровья (боль в теле, недостаток сна и малоподвижный образ жизни) и психического самочувствия (стресс и негативные эмоции), с низкой успеваемостью в учебе, социальной изоляцией и сокращением личного общения (Alotaibi et al. 2022).

Чрезмерное использование мобильных телефонов может вызвать снижение уверенности в себе, зависимость от смартфонов и такие заболевания, как сухость глаз, синдром компьютерного зрения, боль и ригидность запястья и шеи, бред, нарушения сна, галлюцинации (Peraman, Parasuraman 2016).

Конфликты и стрессы. Выявлено, что значительными негативными последствиями зависимости от смартфона являются семейные и личные конфликты и низкая успеваемость (Mahapatra 2019). Те испытуемые, у кого были более высокие баллы по зависимости от смартфонов, показали более низкий балл по управлению межличностным конфликтом (Park et al. 2014).

Было подтверждено, что стратегии преодоления стресса и зависимость от смартфона имеют статистически значимую прямую связь (Lee, Park 2018). В ходе исследования другого исследования участники, не обладающие уверенным в себе стилем совладания со стрессом, проявили более высокую степень зависимости от смартфона, чем те, кто выбрал другие методы разрешения конфликта (Alan, Guzel 2020).

Эти результаты установлены в зарубежных исследованиях. Естествен вопрос, будут ли подобные связи иметь место для белорусских студентов? Важность этих связей определяет актуальность подобного исследования.

В соответствии с вышесказанным, *цель* данного исследования — обнаружить у белорусских студентов возможные связи зависимости от смартфона с уверенностью в себе, эмоциональным интеллектом и стратегиями преодоления конфликтов.

Организация исследования

Этапы исследования. Применен двухуровневый подход с использованием: 1) социологического опроса, который позволил определить значимость виртуальной реальности в повседневной жизни белорусской учащейся молодежи и удельный вес группы риска интернет-зависимости, и 2) психологического тестирования, выявившего конкретные взаимосвязи между зависимостью студентов от смартфона, с одной стороны, и заявленными в цели исследования личностными характеристиками.

Респондентами социологического опроса стали 1634 представителя учащейся молодежи Беларуси, в том числе 736 юношей и 871 девушки (27 человек затруднились ответить на вопрос о поле), средневзвешенный возраст участников соцопроса 18,1 лет. Проведено онлайн-тестирование 265 белорусских студентов (148 девушек и 117 юношей). Средневзвешенный возраст протестированных студентов — 21,3 лет ($SD = 4,6$).

Использованные методики. Зависимость от смартфона диагностировалась опросником САС-16 (Шейнов 2020; 2021).

Зависимость от социальных сетей измерялась опросником ЗСС-15, (Шейнов, Девицын 2021а).

Оценка *уверенности в себе* производилась посредством методики В. Г. Ромека (Ромек 1998). Она включает три компонента уверенности в себе (общую уверенность, социальную смелость, инициативу в социальных контактах).

Диагностика *эмоционального интеллекта* осуществлялась по методике Н. Холла (Фетискин и др. 2002). Она включает 5 субшкал: 1) *эмоциональная осведомленность*; 2) *управление своими эмоциями*; 3) *самотивация*; 4) *эмпатия*; 5) *распознавание эмоций других людей*. Интегративный показатель эмоционального интеллекта — сумма по всем субшкалам).

Выявление *типов поведения испытуемых в конфликтах* и количественная оценка их проявлений производилась с помощью теста К. Томаса — Р. Килманна (Thomas, Kilmann 1974), адаптированным Н. В. Гришиной (Гребень 2007). Выделяется пять способов урегулирования конфликтов: *соревнование (конкуренция)*; *приспособление*; *компромисс*; *избегание*; *сотрудничество*.

В данном исследовании также использована статистически состоятельная *трехфакторная модель зависимости от смартфона*, включающая факторы: «потеря контроля» над собой, «страх отказа» использовать смартфон, «эйфория» от пользования смартфоном (Шейнов, Девицын 2021b).

Применена в исследовании и *факторная модель зависимости от социальных сетей*, которая позволяет сопоставить формирующие ее факторы с зависимостью от смартфона. Структура зависимости от социальных сетей представлена тремя факторами: «психологическое состояние» пользователя сети, «коммуникация» пользователя сети и «информация» (получение информации) (Шейнов, Девицын 2021c).

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

Результаты и их обсуждение

Социологический эмпирический материал был получен Ю. М. Бубновым с коллегами в ходе выполнения в 2021 году задания Министерства образования Республики Беларусь «Разработка научно обоснованной концептуальной модели противодействия зависимому поведению подростков и студенческой молодежи» (рег. № НИОКТР 20211977). Социологический опрос проводился в Минске, Гродно, Бресте, Бобруйске, Витебске, Жодино и Могилеве. Таким образом, исследованием охвачена почти вся территория Беларуси, что дает основание данному исследованию претендовать на общереспубликанский статус. В ходе исследования была применена случайная стратифицированно-гнездовая выборка со сплошным групповым опросом на последнем этапе. Выборочная совокупность участников опроса включает в себя две основные группы учащейся молодежи. Это школьники, которые вместе с гимназистами составили треть (32,7%) респондентов, а также студенты учреждений высшего образования — еще около половины всей выборки (47,0%), а также учащиеся профессиональных лицеев (5,2%), училищ (12,4%) и техникумов (2,8%). В нашей выборке было воспроизведено общенациональное соотношение мужчин и женщин: 53,3% девушек и 45,0% юношей (1,7% респондентов проигнорировали вопрос об их половой принадлежности). Около четверти (22,3%) участников опроса не достигли еще и 16 лет, почти половина респондентов отнесли себя к 17–18-летним, и примерно четвертая часть (22,7%) — 19-летние.

Старше 20 лет были лишь 3,8% участников опроса, 2,9% респондентов по каким-то причинам не сообщили социологам свой возраст. Среднее взвешенное значение возрастного распределения участников соцопроса равно 18,1 лет. Доверительный интервал рассчитывался по каждой шкале. При использовании дихотомических вопросов («да», «нет»), при точности в 97% и разбросе ответов 50 на 50 (самый худший вариант) доверительный интервал составил 2,7%. А это означает, что в 97 случаях из 100 оценки респондентов не будут выходить за пределы $\pm 2,7\%$ от полученных значений опроса. Это максимально возможная ошибка выборки, которая в действительности, поскольку распределение ответов 50% на 50% крайне редко (в нашем опросе оно вообще отсутствует), будет для дихотомических вопросов значительно меньше $\pm 2,7\%$.

На основании изложенных фактов, иллюстрирующих качественные и количественные параметры социологического опроса, мы можем быть уверены в достоверности полученных в ходе этого опроса первичных данных, послуживших базой для дальнейших теоретических выводов по поводу проявлений симптомов интернет-зависимости у молодых белорусов.

Молодые люди, как правило, ведут активный образ жизни. Это утверждение касается и их активности в пользовании интернетом. Согласно статистике Белстата, в 2020 году доля пользователей услугами сети интернет среди лиц в возрасте 14–30 лет составила 97,9%, при этом 96,6% пользователей данной возрастной категории подключались к интернету ежедневно (Статистический обзор ко дню молодежи 2021).

Повседневная жизнь белорусской молодежи уже не представима без интернета. В результате проведенного нами анкетного опроса мы выяснили, что примерно 39,9% юношей и девушек отмечают важную роль интернета в своей жизни, еще 42,9% — скорее важную, чем нет. Только 12% опрошенных ответили, что интернет для них скорее не важен, а 4,4% признались, что сеть играет для них малозначительную или никакую роль. В большинстве своем молодые люди пользуются интернетом на регулярной основе и с весьма высокой частотой. По данным нашего опроса 1634 молодых людей, 40,5% их посещают интернет каждые 10–20 минут в день и еще 47,9% — каждый час. Два раза в день заходят в сеть всего 10,1% юношей и девушек и только 0,9% респондентов редко посещают интернет — 1 раз в день.

Как показал наш опрос, интернет-досуг занимает первое место в структуре свободного

временипровождения молодежи. На вопрос «Как вы обычно проводите свое свободное время?» мы получили следующие ответы: 62,2% проводят время в интернете; 61,9% проводят время с друзьями; 51,7% занимаются любимым делом; 30,7% занимаются саморазвитием и 27,8% гуляют по улицам. При этом только 19,2% учащихся читают книги, газеты и журналы, а 10,1% смотрят телевизор. Таким образом, виртуальное времяпровождение стало ведущей формой досуга молодежи. При этом интернет заметно вытеснил из перечня досуговых предпочтений молодежи не только традиционные медиа, но даже личные встречи и совместный отдых в кругу друзей.

В процессе исследования было также установлено, что 45% молодых людей не могут полностью отказаться от пользования интернетом. При этом каждый третий (32%) способен сделать это, но только при определенных обстоятельствах. Наконец, всего 13,9% респондентов могли бы без труда отказаться от интернета. Исходя из этого, мы можем сделать вывод, что интернет стал не просто важной, но неотъемлемой частью жизни белорусской молодежи. И, зачастую, виртуальная реальность интернета оказывается уже не столько средством для решения тех или иных профессиональных или житейских задач, поиска или передачи информации, сколько ценностью самой по себе, полностью захватывающей и подчиняющей себе человека. Вот тут-то и возникает риск интернет-зависимости. Посмотрим, насколько этот риск стал реальностью.

В ходе социологического анкетирования мы предложили нашим респондентам (школьникам и студентам) пройти психологический тест К. Янг на определение интернет-зависимости (в редакции российского психиатра В. А. Лоскутовой (Лоскутова 2004)). По итогам нашего тестирования 1634 учащихся 11 классов средних школ, гимназий, лицеев, училищ, колледжей и студентов университетов, интернет-зависимыми оказались лишь 0,1% участников опроса. Однако статус «пограничного» пользователя интернета, т. е. обладающего высоким риском стать интернет-зависимым, получили 6,3% респондентов. Самооценка участников опроса была много жестче, нежели показатели теста, ибо назвали себя зависимыми от интернета уже 16,4% опрошенных представителей учащейся молодежи страны. При этом своих друзей назвали интернет-зависимыми 38,9% участников опроса, а 41,1% респондентов заявили, что среди их одноклассников и одноклассников есть интернет-зависимые. Таким образом, опасная зависимость молодых людей, действительно, всё больше актуализируется в белорусском обществе.

В результате этого социологического опроса были получены количественные показатели степени распространения рисков интернет-зависимости среди белорусской учащейся молодежи.

Следующий этап настоящего исследования — корреляционный анализ, который позволил понять, каким образом зависимость молодых людей от смартфона (как одного из каналов взаимодействия с виртуальной реальностью) связана с определенными проявлениями их психологического неблагополучия.

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

Оказалось, что эмпирические распределения всех выборок, представляющих изучаемые качества, отличны от нормального. Поэтому мы вычисляли корреляции по непараметрическому ранговому критерию Кендалла и для сравнения — по параметрическому критерию Пирсона. Выбор корреляций по Кендаллу удобен еще и тем, что

он фиксирует как линейные, так и нелинейные связи. А сравнение с корреляциями Пирсона позволяет лучше оценить силу связей, поскольку непараметрические корреляции дают их заниженные значения.

В следующих таблицах представлены результаты вычисления корреляций в общих выборках (включающих представителей обоего пола), а также в женской и мужской выборках испытуемых.

Из таблицы 1 следует, что в общей выборке имеются статистически значимые связи зависимости от смартфона: *положительные* — с зависимостью от социальных сетей и со стратегией избегания конфликта и *отрицательные* — с уверенностью в себе, интегративным показателем эмоционального интеллекта и возрастом.

Выявленная нами отрицательная связь зависимости от смартфона с уверенностью в себе соответствует установленному зарубежными исследователями сходному факту (Alotaibi et al. 2022; Lee et al. 2018; Peraman, Parasuraman 2016; Shim 2019); аналогично отрицательная связь зависимости от смартфона с интегративным показателем эмоционального интеллекта

Табл. 1. Корреляции зависимости от смартфона с уверенностью в себе, эмоциональным интеллектом и стратегиями поведения в конфликте (общая выборка N = 265)

Коэффициенты	Корреляция	ЗСС	УС	ЭИ	Соп	Сотр	Ком	Изб	Прис	Возр
Корр. Кендалла	Коэфф.	,458**	-,184**	-,175**	-,056	,024	,018	,097*	-,032	-,139**
	Значим.	,000	,000	,000	,202	,592	,682	,029	,469	,002
Корр. Пирсона	Коэфф.	,656**	-,297**	-,212**	-,078	,004	,020	,110	-,012	-,183**
	Значим.	,000	,000	,000	,208	,945	,752	,074	,844	,003

Примечание в таблицах 1–2: ЗСС — зависимость от социальных сетей, УС — уверенность в себе, ЭИ — интегративный показатель эмоционального интеллекта, Соп — сопротивление, Сотр — сотрудничество, Ком — компромисс, Изб — избегание, Прис — приспособление, Возр — возраст; * — $p \leq 0,05$, ** — $p \leq 0,01$.

Table 1. Relationship between smartphone addiction, self-confidence, emotional intelligence and strategies of behavior in conflicts (total sample N=265)

Coefficients	Correlation	SNA	SC	EI	Conf	Coop	Comp	Avo	Adapt	Age
Kendall's correlation	Coefficient	.458**	-.184**	-.175**	-.056	.024	.018	.097*	-.032	-.139**
	Significance	.000	.000	.000	.202	.592	.682	.029	.469	.002
Pearson's correlation	Coefficient	.656**	-.297**	-.212**	-.078	.004	.020	.110	-.012	-.183**
	Significance	.000	.000	.000	.208	.945	.752	.074	.844	.003

Note in Tables 1–2: SNA—dependence on social networks, SC—self-confidence, EI—integrative indicator of emotional intelligence, Conf—confrontation, Coop—cooperation, Comp—compromise, Avo—avoidance, Adapt—adaptation, Age; *— $p \leq 0,05$, **— $p \leq 0,01$.

повторяет зарубежные результаты (Arrivillaga et al. 2020; Lee, Kim 2017), а также соответствует тому, что низкий уровень эмоционального интеллекта является важным фактором риска развития зависимостей (Choi et al. 2014).

Таблица 2 показывает, что обнаружены общие для юношей и девушек статистически значимые связи зависимости от смартфона: *положительные* — с зависимостью от социальных сетей и *отрицательные* — с уверенностью в себе, интегративным показателем эмоционального интеллекта; помимо этого, у юношей выявлена еще и положительная связь зависимости от смартфона со стратегией избегания конфликта.

Таблица 3 свидетельствует о том, что в общей выборке юношей и девушек корреляциями и Пирсона, и Кендалла обнаруживаются одни и те же статистически значимые связи зависимости от смартфона: *отрицательные* — с социальной смелостью и *положительные* — со всеми факторами зависимости от социальных сетей (психологическим состоянием их пользователя, коммуникацией, получением информации) и всеми факторами зависимости от смартфона (потерей контроля над собой, страхом лишиться смартфона и эйфорией от его использования).

Табл. 2. Корреляции зависимости от смартфона с уверенностью в себе, эмоциональным интеллектом и стратегиями поведения в конфликте (юноши, девушки)

Sample	Корреляция	ЗСС	УС	ЭИ	Соп	Сотр	Ком	Изб	Прис	Возр
Юноши (N = 117)	Коэфф.	,455**	-,229**	-,189**	-,084	,068	-,063	,154*	-,022	-,091
	Значим.	,000	,000	,003	,205	,319	,360	,023	,740	,179
Девушки (N = 148)	Коэфф.	,450**	-,141*	-,123*	-,032	-,011	,062	,060	-,041	-,185**
	Значим.	,000	,016	,030	,582	,857	,301	,311	,487	,002

Table 2. Relationship between smartphone addiction, self-confidence, emotional intelligence and strategies of behavior in conflicts (boys, girls)

Coefficients	Correlation	SNA	SC	EI	Conf	Coop	Comp	Avo	Adapt	Age
Male (N = 117)	Coefficient	.455**	-.229**	-.189**	-.084	.068	-.063	.154*	-.022	-.091
	Significance	.000	.000	.003	.205	.319	.360	.023	.740	.179
Female (N = 148)	Coefficient	.450**	-.141*	-.123*	-.032	-.011	.062	.060	-.041	-.185**
	Significance	.000	.016	.030	.582	.857	.301	.311	.487	.002

Табл. 3. Корреляции зависимости от смартфона с факторами зависимостей от социальных сетей и от смартфона и социальными навыками (общая выборка N = 265)

Коэффициенты	Корреляции	Пси	Комм	Инф	ПотКон	Страх	Эйф	СС	ИСК
Корреляция Кендалла	Коэффициент	,518**	,231**	,311**	,775**	,577**	,679**	-,264**	-,031
	Значимость	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,480
Корреляция Пирсона	Коэффициент	,701**	,336**	,454**	,912**	,750**	,847**	-,401**	-,069
	Значимость	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,260

Примечание: Пси — психологическое состояние пользователя, Комм. — коммуникация, Инф — получение информации, ПотКон — потеря контроля над собой, Эйф — эйфория от пользования смартфоном, СС — социальная смелость, ИСК — инициатива в социальных контактах; * — $p \leq 0,05$, ** — $p \leq 0,01$.

Table 3. The relationship between smartphone addiction, factors of dependence on social networks / smartphones and social skills (total sample N = 265)

Coefficients	Correlation	Psi	Comm	Inf	LSC	Страх	Euph	SC	ISC
Kendall's correlation	Coefficient	.518**	.231**	.311**	.775**	.577**	.679**	-.264**	-.031
	Significance	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.480
Pearson's correlation	Coefficient	.701**	.336**	.454**	.912**	.750**	.847**	-.401**	-.069
	Significance	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.260

Note: Psi—psychological state of the user, Comm—communication, Inf—receiving information, LSC—loss of self-control, Euph—euphoria from using a smartphone, SC—social courage, ISC—initiative in social contacts; *— $p \leq 0.05$, **— $p \leq 0.01$.

Проведенный корреляционный анализ отдельно в выборках юношей и девушек показал, что выявленные связи имеют место и для тех, и для других.

Таблица 4 показывает, что обнаружены общие для юношей и девушек статистически значимые отрицательные связи зависимости от смартфона с управлением собственными эмоциями, самоменеджментом и распознаванием эмоций других людей.

Выводы

Выявлена степень значимости интернета для юношей и девушек, частота их обращения к смартфонам в течение дня и предпочтения интернет-активности белорусской учащейся молодежи. Определен удельный вес интернет-зависимых и «пограничных» пользователей

интернета среди белорусских девушек и юношей, а также их самооценка в части наличия признаков интернет-аддикции у них самих, их родственников, друзей и однокашников.

Обнаружены общие для юношей и девушек статистически значимые связи зависимости от смартфона: отрицательные — с уверенностью в себе, интегративным показателем эмоционального интеллекта и положительные — с зависимостью от социальных сетей; в дополнение к этому у юношей выявлена еще и положительная связь зависимости от смартфона со стратегией избегания конфликта.

У юношей и девушек выявлены статистически значимые связи зависимости от смартфона: отрицательные — с социальной смелостью и положительные — со всеми факторами зависимости от социальных сетей (психологи-

Табл. 4. Корреляции зависимости от смартфона с компонентами эмоционального интеллекта (общая выборка N = 265)

Корреляция Кендалла	ЭО	УСЭ	См	Эмп	РЭДЛ
Коэффициент	-,057	-,204**	-,210**	-,072	-,095*
Значимость	,182	,000	,000	,093	,026

Примечание: ЭО — эмоциональная осведомленность, УСЭ — управление собственными эмоциями, См — самоменеджмент, Эмп — эмпатия, РЭДЛ — распознавание эмоций других людей; * — $p \leq 0,05$, ** — $p \leq 0,01$.

Table 4. Relationship between smartphone addiction and components of emotional intelligence (total sample N=265)

Kendall's correlation	EO	ME	SM	Emp	ER
Coefficient	-.057	-.204**	-.210**	-.072	-.095*
Significance	.182	.000	.000	.093	.026

Note: EO—emotional awareness, ME—management of one's own emotions, SM—self-management, Emp—empathy, ER—recognition of emotions of other people; *— $p \leq 0.05$, **— $p \leq 0.01$.

ческим состоянием их пользователя, коммуникацией, получением информации) и всеми факторами зависимости от смартфона (потерей контроля над собой, страхом лишиться смартфона и эйфорией от его использования).

Имеют место общие для юношей и девушек статистически значимые отрицательные связи зависимости от смартфона с управлением собственными эмоциями, самоменеджментом и распознаванием эмоций других людей.

Таким образом, зависимость от смартфона отрицательно связана с рядом положительных качеств (уверенностью в себе, интегративным показателем эмоционального интеллекта, управлением собственными эмоциями, самоменеджментом, распознаванием эмоций других людей, социальной смелостью) и положительно коррелирует с таким нежелательным свойством личности, как зависимость от социальных сетей.

Практическая значимость проведенного исследования состоит в том, что его результаты могут быть использованы психологами и педагогами в разъяснительной работе с учащимися и студентами об опасности чрезмерного увлечения смартфоном.

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 complied with the ethical principles for research involving humans and animals.

Вклад авторов

В подготовке публикации все авторы приняли участие в равной мере.

Author Contributions

All authors made an equal contribution to the preparation of this article.

Литература

- Бубнов, Ю. М. (2021a) Взаимосвязь жизненных ценностей учащейся молодежи и рисков интернет-зависимости. В кн.: А. Н. Данилов (ред.). *Социологическая наука и образование: современные вызовы и риски: материалы международной научно-практической конференции, посвященной памяти проф. Г. П. Давидюка*. Минск: Белорусский государственный университет, с. 39–44.
- Бубнов, Ю. М. (2021b) Симптомы компьютерной лудомании у могилевских старшеклассников. В кн.: *Гісторыя Магілева: мінулае і сучаснасць: зборнік навуковых артыкулаў удельнікаў XII Міжнар. навук. канф., 25–26 чэрвеня 2021 г., г. Магілёў*. Могилев: Белорусский государственный университет пищевых и химических технологий, с. 355–362.
- Гребень, Н. Ф. (2007) *Психологические тесты для профессионалов*. Минск: Современная школа, 496 с.
- Короленко, Ц. П., Донских, Т. А. (1999) *Семь путей к катастрофе*. Мозырь: Белый ветер, 238 с.
- Лоскутова, В. А. (2004) *Интернет-зависимость как форма нехимических аддитивных расстройств. Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата медицинских наук*. Новосибирск, Новосибирская государственная медицинская академия, 30 с.
- Люсин, Д. В. (2004) Современные представления об эмоциональном интеллекте В кн.: Д. В. Люсин, Д. В. Ушаков (ред.). *Социальный интеллект: теория, измерение, исследования*. М.: Институт психологии РАН, с. 29–36.
- Ромек, В. Г. (1998) Тесты уверенности в себе. В кн.: Т. Ю. Синченко, В. Г. Ромек (ред.). *Практическая психодиагностика и психологическое консультирование*. Ростов-на-Дону: Ирбис, с. 87–108.
- Статистический обзор ко дню молодежи (2021)* Национальный статистический комитет Республики Беларусь. Белстат. [Электронный ресурс]. URL: https://www.belstat.gov.by/ofitsialnaya-statistika/publications/izdania/public_reviews/index_41524/?sphrase_id=1849180 (дата обращения 07.09.2022).
- Фетискин, Н. П., Козлов, В. В., Мануйлов, Г. М. (2002) *Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп*. М.: Изд-во Института психотерапии, 490 с.
- Шейнов, В. П. (2020) 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. (2021) 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. (2021a) Разработка надежного и валидного опросника зависимости от социальных сетей. *Системная психология и социология*, № 2 (38), с. 41–55. <https://doi.org/10.25688/2223-6872.2021.38.2.04>
- Шейнов, В. П., Девицын, А. С. (2021b) Трехфакторная модель зависимости от социальных сетей. *Российский психологический журнал*, т. 18, № 3, с. 145–158. <https://doi.org/10.21702/rpj.2021.3.10>
- Шейнов, В. П., Девицын, А. С. (2021c) Факторная структура модели зависимости от смартфона. *Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология*, т. 6, № 3 (23), с. 174–197. https://doi.org/10.38098/ipran.sep_2021_23_3_07
- Alan, R., Guzel, H. S. (2020) The investigation of the relationship between smartphone addiction, and problem-solving skills and ways of coping with stress. *Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, vol. 33, pp. 244–253. <https://doi.org/10.14744/DAJPNS.2020.00088>
- Alotaibi, M. S., Fox, M., Coman, R. et al. (2022) Perspectives and experiences of smartphone overuse among university students in Umm Al-Qura University (UQU), Saudi Arabia: A qualitative analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 19, no. 7, article 4397. <https://doi.org/10.3390/ijerph19074397>
- Arrivillaga, C., Rey, L., Extremera, N. (2020) Adolescents' problematic internet and smartphone use is related to suicide ideation: Does emotional intelligence make a difference? *Computers in Human Behavior*, vol. 110, article 106375. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106375>
- 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.
- Henning, C., Crane, A. G., Taylor, R. N. et al. (2021) Emotional intelligence: Relevance and implications for addiction. *Current Addiction Reports*, vol. 8, no. 1, pp. 28–34. <https://doi.org/10.1007/s40429-021-00356-w>
- Lee, J., Sung, M.-J., Song, S.-H. et al. (2018) Psychological factors associated with smartphone addiction in South Korean adolescents. *The Journal of Early Adolescent*, vol. 38, no. 3, pp. 288–302. <https://doi.org/10.1177/0272431616670751>
- Lee, O. S., Kim, M. J. (2017) The relationship among smartphone addiction, emotional intelligence, critical thinking disposition and communication skill for nursing students. *Journal of Digital Convergence*, vol. 15, no. 7, pp. 319–328. <https://doi.org/10.14400/JDC.2017.15.7.319>
- Lee, Y.-R., Park, J.-S. (2018) A study on the mediating effect of stress coping strategies in the relationship between emotional empathy and smartphone addiction of university students. *Journal of the Korea Convergence Society*, vol. 9, no. 2, pp. 323–329. <https://doi.org/10.15207/JKCS.2018.9.2.323>
- Mahapatra, S. (2019) Smartphone addiction and associated consequences: Role of loneliness and self-regulation. *Behavior & Information Technology*, vol. 38, no. 8, pp. 833–844. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2018.1560499>
- Mayer, J. D., Roberts, R. D., Barsade, S. G. (2008) Human abilities: Emotional intelligence. *Annual Review of Psychology*, vol. 59, pp. 507–536. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093646>
- Morales Rodríguez, F. M., Lozano, J. M. G., Linares Mingorance, P., Pérez-Mármol, J. M. (2020) Influence of smartphone use on emotional, cognitive and educational dimensions in university students. *Sustainability*, vol. 12, no. 16, article 6646. <https://doi.org/10.3390/su12166646>
- Park, S. M. A., 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>
- Peraman, R., Parasuraman, S. (2016) Mobile phone mania: Arising global threat in public health. *Journal of Natural Science, Biology and Medicine*, vol. 7, no. 2, pp. 198–200. <https://doi.org/10.4103/0976-9668.184712>
- Shim, J. Y. (2019) Christian spirituality and smartphone addiction in adolescents: A comparison of high-risk, potential-risk, and normal control groups. *Journal of Religion and Health*, vol. 58, no. 4, pp. 1272–1285. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-00751-0>
- Thomas, K. W., Kilmann, R. H. (1974) *Thomas—Kilmann conflict mode instrument*. New York: XICOM Publ.; Tuxedo Publ., 16 p.
- Yoo, J.-E., Kim, S.-J., Hwang, J.-A. (2017) The effect of smartphone usage habits of mothers on aggression and emotional intelligence of young children. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, vol. 18, no. 1, pp. 325–335. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.1.325>

References

- Alan, R., Guzel, H. S. (2020) The investigation of the relationship between smartphone addiction, and problem-solving skills and ways of coping with stress. *Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, vol. 33, pp. 244–253. <https://doi.org/10.14744/DAJPNS.2020.00088> (In English)

- Arrivillaga, C., Rey, L., Extremera, N. (2020) Adolescents' problematic internet and smartphone use is related to suicide ideation: Does emotional intelligence make a difference? *Computers in Human Behavior*, vol. 110, article 106375. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106375> (In English)
- Bubnau, Yu. M. (2021a) Vzaimosvyaz' zhiznennykh tsennostey uchashcheysya molodezhi i riskov internet-zavisimosti [The relationship between the life values of students and the risks of Internet addiction]. In: A. N. Danilov (ed.). *Sotsiologicheskaya nauka i obrazovanie: sovremennye vyzovy i riski: materialy mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferentsii, posvyashchennoj pamyati prof. G. P. Davidyuka* [Sociological science and education: Modern challenges and risks: Materials of the International Scientific-Practical Conference in memory of Prof. G. P. Davidyuk]. Minsk: Belarusian State University Publ., pp. 39–44. (In Russian)
- Bubnau, Yu. M. (2021b) Simptomy komp'yuternoy ludomanii u mogilevskikh starsheklassnikov [Symptoms of computer ludomania in Mogilev high school students]. In: *Gistoryya Magileva: minulae i suchasnasts': zbornik navukovykh artykulaŭ udel'nikaŭ XII Mizhnar. navuk. kanf., 25–26 chervenya 2021 g., g. Magileŭ* [History of Mogilev: Past and present: A collection of scientific articles by members of the 12th International Science Conference, June 25–26, 2021, Mogilev]. Mogilev: Belarusian State University of Food and Chemical Technologies Publ., pp. 355–362. (In Russian)
- 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 English)
- Fetiskin, N. P., Kozlov, V. V., Manujlov, G. M. (2002) *Sotsial'no-psikhologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malykh grupp* [Socio-psychological diagnostics of personality development and small groups]. Moscow: Institut psikhoterapii Publ., 490 p. (In Russian)
- Greben, N. F. (2007) *Psikhologicheskie testy dlya professionalov* [Psychological tests for professionals]. Minsk: Sovremennaya shkola Publ., 496 p. (In Russian)
- Henning, C., Crane, A. G., Taylor, R. N. et al. (2021) Emotional intelligence: Relevance and implications for addiction. *Current Addiction Reports*, vol. 8, no. 1, pp. 28–34. <https://doi.org/10.1007/s40429-021-00356-w> (In English)
- Korolenko, Ts. P., Donskikh, T. A. (1999) *Sem' putej k katastrofe* [Seven paths to disaster]. Mazyr: Belyj veter Publ., 238 p. (In Russian)
- Lee, J., Sung, M.-J., Song, S.-H. et al. (2018) Psychological factors associated with smartphone addiction in South Korean adolescents. *The Journal of Early Adolescent*, vol. 38, no. 3, pp. 288–302. <https://doi.org/10.1177/0272431616670751> (In English)
- Lee, O. S., Kim, M. J. (2017) The relationship among smartphone addiction, emotional intelligence, critical thinking disposition and communication skill for nursing students. *Journal of Digital Convergence*, vol. 15, no. 7, pp. 319–328. <https://doi.org/10.14400/JDC.2017.15.7.319> (In English)
- Lee, Y.-R., Park, J.-S. (2018) A study on the mediating effect of stress coping strategies in the relationship between emotional empathy and smartphone addiction of university students. *Journal of the Korea Convergence Society*, vol. 9, no. 2, pp. 323–329. <https://doi.org/10.15207/JKCS.2018.9.2.323> (In English)
- Loskutova, V. A. (2004) *Internet-zavisimost' kak forma nekhimicheskikh addiktivnykh rasstrojstv* [Internet addiction as a form of non-chemical addictive disorders]. Extended abstract of PhD dissertation (Medicine). Novosibirsk, Novosibirsk State Medical Academy, 30 p. (In Russian)
- Lyusin, D. V. (2004) Sovremennye predstavleniya ob emotsional'nom intellekte [Modern ideas about emotional intelligence]. In: D. V. Lyusin, D. V. Ushakov (eds.). *Sotsial'nyj intellekt: teoriya, izmerenie, issledovaniya* [Social intelligence: Theory, measurement, researches]. Moscow: Institute of Psychology of Russian Academy of Sciences Publ., pp. 29–36. (In Russian)
- Mahapatra, S. (2019) Smartphone addiction and associated consequences: Role of loneliness and self-regulation. *Behavior & Information Technology*, vol. 38, no. 8, pp. 833–844. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2018.1560499> (In English)
- Mayer, J. D., Roberts, R. D., Barsade, S. G. (2008) Human abilities: Emotional intelligence. *Annual Review of Psychology*, vol. 59, pp. 507–536. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093646> (In English)
- Morales Rodríguez, F. M., Lozano, J. M. G., Linares Mingorance, P., Pérez-Mármol, J. M. (2020) Influence of smartphone use on emotional, cognitive and educational dimensions in university students. *Sustainability*, vol. 12, no. 16, article 6646. <https://doi.org/10.3390/su12166646> (In English)
- Park, S. M. A., 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)
- Peraman, R., Parasuraman, S. (2016) Mobile phone mania: Arising global threat in public health. *Journal of Natural Science, Biology and Medicine*, vol. 7, no. 2, pp. 198–200. <https://doi.org/10.4103/0976-9668.184712> (In English)
- Romek, V. G. (1998) Testy uverennosti v sebe [Self-confidence tests]. In: T. Yu. Sinchenko, V. G. Romek (eds.). *Prakticheskaya psikhodiagnostika i psikhologicheskoe konsul'tirovanie* [Practical psychodiagnosics and psychological counseling]. Rostov-on-Don: Irbis Publ., pp. 87–108. (In Russian)
- Sheinov, V. P. (2020) Adaptatsiya i validizatsiya oprosnika "Shkala zavisimosti ot smartfona" dlya russkoyazychnogo sotsiuma [Adaptation and validation of the questionnaire "Scale of dependence on the smartphone" for the

- Russian-speaking society]. *Sistemnaya psikhologiya 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. (2021) Korotkaya versiya oprosnika “Shkala zavisimosti ot smartfona” [Short version of the questionnaire “Scale of dependence on the smartphone”]. *Institut psikhologii Rossijskoj akademii nauk. Organizatsionnaya psikhologiya i psikhologiya truda — Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational Psychology and Psychology of Work*, 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. (2021a) Razrabotka nadezhnogo i validnogo oprosnika zavisimosti ot sotsial’nykh setej [The development of a reliable and valid social media dependence questionnaire]. *Sistemnaya psikhologiya i sotsiologiya — Systems Psychology and Sociology*, no. 2 (38), pp. 41–55. <https://doi.org/10.25688/2223-6872.2021.38.2.04> (In Russian)
- Sheinov, V. P., Devitsyn, A. S. (2021b) Trekhfaktornaya model’ zavisimosti ot sotsial’nykh setej [A three-factor model of social media addiction]. *Rossijskij psikhologicheskij zhurnal — Russian Psychological Journal*, vol. 18, no. 3, pp. 145–158. <https://doi.org/10.21702/rpj.2021.3.10> (In Russian)
- Sheinov, V. P., Devitsyn, A. S. (2021c) Faktornaya struktura modeli zavisimosti ot smartfona [Factor structure of smartphone dependency model]. *Institut psikhologii Rossijskoj akademii nauk. Sotsial’naya i ekonomicheskaya psikhologiya — Institute of Psychology Russian Academy of Sciences. Social and Economic Psychology*, vol. 6, no. 3 (23), pp. 174–197. https://doi.org/10.38098/ipran.sep_2021_23_3_07 (In Russian)
- Shim, J. Y. (2019) Christian spirituality and smartphone addiction in adolescents: A comparison of high-risk, potential-risk, and normal control groups. *Journal of Religion and Health*, vol. 58, no. 4, pp. 1272–1285. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-00751-0> (In English)
- Statisticheskij obzor ko dnyu molodezhi [Statistical overview of the Youth Day]*. (2021) Natsional’nyj statisticheskij komitet Respubliki Belarus’ Belstat — National Statistical Committee of the Republic of Belarus. Belstat [Online]. URL: https://www.belstat.gov.by/ofitsialnaya-statistika/publications/izdania/public_reviews/index_41524/?sphrase_id=1849180 (accessed 07.09.2022). (In Russian)
- Thomas, K. W., Kilmann, R. H. (1974) *Thomas—Kilmann conflict mode instrument*. New York: XICOM Publ.; Tuxedo Publ., 16 p. (In English)
- Yoo, J.-E., Kim, S.-J., Hwang, J.-A. (2017) The effect of smartphone usage habits of mothers on aggression and emotional intelligence of young children. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, vol. 18, no. 1, pp. 325–335. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.1.325> (In English)