

Якубовская А.А.

ОЦЕНКА РИСКА МОБИЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ СРЕДИ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ

Научный руководитель: ст. преп. Чепелева Е.Н.

Кафедра патологической физиологии

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. В настоящее время смартфоны являются неотъемлемой частью повседневной жизни для людей разных возрастов, в том числе и для студентов, которые используют смартфоны как для учебных целей, так и для общения и развлечения. В то же время чрезмерное использование смартфонов может приводить к формированию зависимости и ее потенциально пагубного воздействия на здоровье, а также успеваемость студентов. Феномен зависимости от смартфона ассоциирован с широким спектром негативных последствий, включающих снижение самооценки и уровня самоконтроля, нарушения сна, ухудшение академической успеваемости учащихся и студентов, падение продуктивности трудовой деятельности, а также повышение уязвимости к кибербуллингу. Кроме этого, длительное использование смартфонов негативно влияет на состояние опорно-двигательного аппарата, в частности в области шеи и верхних конечностей. Ряд исследований последнего десятилетия указывает на повышенный риск развития тревожно-депрессивных состояний, связанных с длительным использованием мобильных телефонов. Особую обеспокоенность вызывает тот факт, что выраженность смартфон-зависимости имеет отчетливую обратную корреляцию с возрастом: наиболее уязвимой категорией являются лица молодого возраста, а ключевые негативные последствия (снижение самооценки, самоконтроля, нарушения социализации) приходится на этап активного формирования личностных структур, что может негативно отразиться на становлении психоэмоциональной сферы индивида.

Цель: оценить риск развития мобильной зависимости у студентов-медиков.

Материалы и методы. Для оценки уровня зависимости от мобильных устройств проведено анонимное анкетирование 49 студентов третьего курса УО «Белорусский государственный медицинский университет». Возраст респондентов составил от 18 до 23 лет (средний возраст – $19,69 \pm 0,59$ года). В качестве диагностического инструмента использован тест «Определение риска мобильной зависимости», широко представленный в открытых интернет-источниках. Опросник включал 21 вопрос; каждый утвердительный ответ оценивался в 1 балл. Итоговая сумма баллов прямо пропорциональна степени риска формирования мобильной аддикции. Статистическая обработка результатов проводилась с помощью программы Microsoft Excel 2024.

Результаты и их обсуждение. В исследовании приняли участие 15 (30,6%) юношей и 34 (69,4%) девушки. Средний балл по тесту «Определение риска мобильной зависимости» составил $8,2 \pm 3,4$, что соответствует преимущественно незначительному риску развития зависимости. Распределение респондентов по категориям риска выглядело следующим образом: низкий риск (менее 6 баллов) – 28,6% ($n=14$); незначительный риск (7–12 баллов) – 61,2% ($n=30$); умеренный риск (13–18 баллов) – 10,2% ($n=5$). Случаев высокого риска развития мобильной зависимости (19–21 балл) в обследованной выборке не зарегистрировано.

Выводы. Установлено, что 28,6% опрошенных имеют низкий риск развития мобильной зависимости, 61,2% имеет незначительный риск, 10,2% проанкетированных имеют умеренный риск развития мобильной зависимости. Высокий риск развития мобильной зависимости среди проанкетированных студентов-медиков выявлен не был.