

УДК 159.9

DOI 10.52928/2070-1640-2024-41-1-93-99

**ВЗАИМОСВЯЗИ ПРОБЛЕМНОГО ПОЛЬЗОВАНИЯ СМАРТФОНОМ  
С ЗАСТЕНЧИВОСТЬЮ, САМОУВАЖЕНИЕМ, УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬЮ ЖИЗНЬЮ  
И САМООЦЕНКОЙ****д-р социол. наук, проф. В.П. ШЕЙНОВ***(Республиканский институт высшей школы, Минск)***ORCID <https://orcid.org/0000-0002-2191-646X>,****канд. ист. наук, доц. В.А. КАРПИЕВИЧ***(Белорусский государственный технологический университет, Минск)***ORCID <https://orcid.org/0000-0002-6198-618X>****В.О. ЕРМАК***(Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники, Минск)*

Взаимосвязи зависимости от смартфона с многочисленными проявлениями психологического неблагополучия побудили ввести конструкт «проблемное пользование смартфоном», включающий в себя зависимость от смартфона (как причину) и всевозможные проблемы, связанные с этой зависимостью. Цель данного исследования – выявить в белорусском социуме возможные взаимосвязи проблемного пользования смартфоном с агрессивностью, застенчивостью, самоуважением, самооценкой, удовлетворенностью жизнью. Эмпирической основой исследования послужили результаты онлайн-тестирования 2740 респондентов (средний возраст  $M = 23,3$ ,  $SD = 9,7$ ), среди них 1770 женщин ( $M = 24,4$ ,  $SD = 7,2$ ) и 969 мужчин ( $M = 21,9$ ,  $SD = 12,1$ ). В исследовании использованы: Короткая версия опросника зависимости от смартфона (автор В.П. Шейнов), опросник зависимости от социальных сетей (авторы В.П. Шейнов, А.С. Девицын), опросник агрессивности (автор В.П. Шейнов), Шкала самоуважения М. Розенберга в адаптации А.А. Золотаревой, Шкала удовлетворенности жизнью (авторы Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев), опросник застенчивости (авторы А.Б. Белоусова, И.М. Юсупов).

Согласно данному исследованию, в белорусском социуме определены высоко значимые отрицательные взаимосвязи проблемного пользования смартфоном с агрессивностью, удовлетворенностью жизнью, самоуважением, самооценкой и положительные – с застенчивостью и зависимостью от социальных сетей. Теснота связей, выявленных в данном исследовании, и полученных зарубежными исследователями, сопоставимы, о чем свидетельствуют значения корреляции Пирсона (соответствующих непараметрических корреляций у зарубежных коллег обнаружить не удалось).

Практическое значение полученных результатов состоит в возможности их использования в разъяснительной работе (среди учащихся, их родителей, педагогов, психологов учреждений образования) об опасности попадания в зависимость от смартфона ввиду ее взаимосвязей с неблагоприятными личностными характеристиками.

**Ключевые слова:** зависимость от смартфона, проблемное пользование смартфоном, взаимосвязи, агрессивность, удовлетворенность жизнью, самоуважение, самооценка, застенчивость, зависимость от социальных сетей.

**Введение.** Активное пользование смартфоном нередко формирует зависимость от него, а эта зависимость оказалась тесно связанной со многими проявлениями психологического неблагополучия. В частности, зависимость от смартфона напрямую взаимосвязана со снижением успеваемости учащихся и студентов и уменьшением производительности труда [9, с. 235].

Наличие многочисленных взаимосвязей зависимости от смартфона с психологическим неблагополучием побудило ввести конструкт «проблемное пользование смартфоном», включающий в себя зависимость от смартфона (как причину) и всевозможные проблемы, связанные с этой зависимостью [42] и изучать этот конструкт.

Исследователи определяют «проблемное использование смартфона» как «любой тип его использования, приводящий к субъективному дистрессу или нарушению важных областей функционирования. Проблемное использование смартфонов в широком смысле определяется как «навязчивая модель использования смартфона, которая может привести к негативным последствиям, нарушающим повседневную деятельность его пользователя» [51].

Конструкт «проблемное использование смартфона» включает в себя: 1) зависимость от смартфона как причину и 2) последствия, связанные с зависимостью от смартфона. Каждое из указанных последствий измеряется собственной методикой, поэтому «проблемное использование смартфона» измеряется опросником зависимости от смартфона.

Проблемное использование смартфона включает в себя, в частности, следующие проблемы: ущерб учебе и работе, неблагоприятные последствия в отношениях с окружающими и для здоровья, проблемы со сном, а также пользование смартфоном в неприемлемых ситуациях, таких, например, как учебные занятия в школе, колледже и вузе, совещания, переговоры, вождение автомобиля и т.д. [23]. Выявлена прямая связь между зависимостью от смартфона и использованием им во время вождения [41].

В настоящее время из-за увеличения контактов через смартфон, обмена видео и цифровыми сообщениями количество личных взаимодействий значительно сократилось [51].

Исследования неоднократно выявляли положительную связь между активным использованием смартфонов и проблемным использованием смартфонами [38].

Проблемное пользование смартфоном положительно связано с проблемным использованием социальными сетями [39; 46].

Распространенность проблемного пользования смартфоном среди студентов университетов колеблется в пределах от 36,5 до 67%, в среднем – 52% [18]. Женщины с высоким уровнем образования более склонны к проблемному использованию смартфона [17]. Студентки сообщили о более высоких показателях распространенности проблемного использования смартфона, чем мужчины [50].

Проблемное пользование смартфоном включает положительную связь зависимости от смартфона со стрессом [52; 54], тревогой [15; 28; 37; 55], депрессией [15; 21; 37; 55].

Проблемное пользование смартфоном отрицательно коррелирует с удовлетворенностью жизнью [29; 35].

Найдены доказательства связи проблемного использования смартфона с чертами невротизма и импульсивности [19], низкой самооценкой [20], макиавеллизмом и нарциссизмом [45].

Проблемное использование смартфона нередко приводит к физическим проблемам (например, болям в шее или перенапряжению глаз) и отрицательно влияет на успеваемость студентов и качество сна [18]. Между проблемным использованием смартфона и успеваемостью выявлена значительная отрицательная корреляция [35; 48].

Наиболее часто последствиями проблемного использования смартфона являются проблемы эмоционального (душевного) здоровья [12; 17; 22; 30], нарушение сна и эмоциональной регуляции [11; 55].

Распространенными предикторами проблемного использования смартфона является использование социальных сетей, игр, развлекательных приложений и среднее время использования смартфона в выходные дни [43]. Продолжительность разговоров по телефону также служит потенциальным прогностическим фактором для формирования проблемного использования смартфона [18].

Результаты показывают, что предикторами проблемного использования смартфона служат и некоторые персональные качества [38]. В частности, такими значимыми предикторами являются симптомы обсессивно-компульсивных расстройств, депрессии, женский пол [53] и психотизм [38].

Показано, что стресс и низкая самооценка являются значимыми предикторами проблемного использования смартфона [48].

Важными факторами риска проблемного использования смартфона оказались депрессивные симптомы, возможные социальные тревожные расстройства, одиночество, семейные конфликты и завышенная учебная нагрузка [50]. Негативная аффективность может быть ключевым механизмом, с помощью которого «страх упустить выгоду» (FOMO) может стимулировать проблемное использование смартфонами [27]. В свою очередь и проблемное использование смартфона является предиктором депрессии, тревожности и психологического неблагополучия [13].

Среди неблагоприятных проявлений проблемного использования смартфона оказалась отрицательная взаимосвязь зависимости от смартфона с самоуважением у мужчин и женщин [8, с. 313]. Пониженное самоуважение может привести к зависимости от смартфона [33]. Напротив, высокое самоуважение служит защитным фактором против зависимости от смартфонов [26].

Существует значительная положительная корреляция между застенчивостью и зависимостью от смартфона – от сильной [14; 16] до умеренной [40].

Значительную ( $p < 0,05$ ) отрицательную связь с зависимостью от смартфона имеет асертивность [32]. При этом неасертивное поведение оказывает доминирующее влияние на зависимость от гаджетов – на 83,8%, на остальные 16,2% повлияли другие факторы [24]. В свою очередь, и зависимость от смартфона способствует неасертивному поведению [7].

Важной отличительной чертой проблемного использования смартфонов является низкая самооценка [20; 34], более высокая самооценка значимо связана с меньшей зависимостью от смартфона [47].

В исследованиях установлена значительная отрицательная корреляция между удовлетворенностью жизнью и зависимостью от смартфона [31]. Причем корреляция высоко значимая:  $r = -0,23$ ,  $p < 0,001$  [49]. Рост зависимости от смартфонов связан с меньшей удовлетворенностью жизнью [25]. И даже риск попадания в зависимость от смартфона отрицательно связан с удовлетворенностью жизнью [44]. С зависимостью от смартфонов отрицательно коррелирует и общий уровень качества жизни [36].

В ряде статей сообщалось об отрицательных связях между проблемным использованием смартфоном и удовлетворенностью жизнью [29].

Большинство из приведенных результатов получено зарубежными исследователями. Ввиду их важности возникает вопрос, имеют ли место аналогичные взаимосвязи в русскоязычном социуме.

В соответствии со сказанным выше, *цель данного исследования* – выявить в русскоязычном социуме возможные взаимосвязи зависимости от смартфона с асертивностью, застенчивостью, самоуважением, самооценкой, удовлетворенностью жизнью.

**Методы исследования.** Эмпирической основой исследования послужили результаты онлайн-тестирования 2740 респондентов (средний возраст  $M = 23,3$ ,  $SD = 9,7$ ), среди них 1770 женщин ( $M = 24,4$ ,  $SD = 7,2$ ) и 969 мужчин ( $M = 21,9$ ,  $SD = 12,1$ ).

В исследовании использованы: Короткая версия опросника зависимости от смартфона [6], опросник зависимости от социальных сетей [9], сокращенная версия опросника ассертивности [10], Шкала самоуважения М. Розенберга в адаптации А.А. Золотаревой [2], шкала удовлетворенности жизнью [4], опросник застенчивости [1], опросник самооценки [3].

Для статистического анализа использованы программы из SPSS-22. Принят уровень значимости  $p = 0,05$ .

**Результаты и их обсуждение.** Проверка по критерию Колмогорова–Смирнова показала, что только зависимость от смартфона имеет нормальное распределение, а все остальные изучаемые переменные имеют распределения, отличающиеся от нормального. Поэтому возможные связи будем отыскивать с помощью непараметрической корреляции. В качестве таковой выбрана корреляция Кендалла, поскольку она позволяет выявлять и нелинейные связи. Поскольку непараметрические корреляции дает заниженный показатель связи, то для более точной ее оценки приведем и значения соответствующих корреляций по Пирсону, учитывая, что зависимость от смартфона имеет нормальное распределение.

Взаимосвязи зависимости от смартфона с ассертивностью, удовлетворенностью жизнью, застенчивостью, самоуважением, самооценкой и зависимостью от социальных сетей представлены в нижеследующих таблицах 1–3.

Таблица 1. – Корреляции зависимости от смартфона с ассертивностью, удовлетворенностью жизнью, застенчивостью, самоуважением, самооценкой и зависимостью от социальных сетей (женщины и мужчины,  $N = 2740$ )

| Корреляции |          | Зависимость от соцсетей | Ассертивность  | Удовлетворенность жизнью | Застенчивость | Самоуважение   | Самооценка     |
|------------|----------|-------------------------|----------------|--------------------------|---------------|----------------|----------------|
| Пирсона    | <i>r</i> | <b>,758**</b>           | <b>-,245**</b> | <b>-,217**</b>           | <b>,256**</b> | <b>-,317**</b> | <b>-,182**</b> |
|            | <i>p</i> | 0,000                   | ,000           | ,000                     | ,000          | ,000           | ,000           |
| Кендалла   | $\tau$   | <b>,580**</b>           | <b>-,193**</b> | <b>-,162**</b>           | <b>,192**</b> | <b>-,238**</b> | <b>-,149**</b> |
|            | <i>p</i> | 0,000                   | ,000           | ,000                     | ,000          | ,000           | ,000           |

*Примечание.* В этой и во всех следующих таблицах выделены корреляции, статистически значимые при указанном уровне значимости  $p$ .

В таблице 1 корреляции Пирсона и Кендалла показывают высокосignимые отрицательные взаимосвязи зависимости от смартфона с ассертивностью, удовлетворенностью жизнью, самоуважением, самооценкой и положительными – с застенчивостью и зависимостью от социальных сетей.

Зависимость от смартфона у женщин в целом выражена значительно сильнее [5], это показывают и результаты тестирования в данном исследовании. Так, среднее значение показателя зависимости от смартфона у женщин (равное 17,9) статистически значимо ( $p \leq 0,001$ ) превосходит аналогичный показатель (15,0) у мужчин, поэтому полученные результаты следует проверить по отдельности для мужчин и женщин. Результаты представлены в таблицах 2 и 3.

Таблица 2. – Корреляции зависимости от смартфона с ассертивностью, удовлетворенностью жизнью, застенчивостью, самоуважением, самооценкой и зависимостью от социальных сетей (женщины,  $N = 1770$ )

| Корреляции |          | Зависимость от соцсетей | Ассертивность  | Удовлетворенность жизнью | Застенчивость | Самоуважение   | Самооценка     |
|------------|----------|-------------------------|----------------|--------------------------|---------------|----------------|----------------|
| Пирсона    | <i>r</i> | <b>,753**</b>           | <b>-,215**</b> | <b>-,216**</b>           | <b>,231**</b> | <b>-,315**</b> | <b>-,159**</b> |
|            | <i>p</i> | 0,000                   | ,000           | ,000                     | ,000          | ,000           | ,000           |
| Кендалла   | $\tau$   | <b>,575**</b>           | <b>-,175**</b> | <b>-,165**</b>           | <b>,172**</b> | <b>-,236**</b> | <b>-,131**</b> |
|            | <i>p</i> | ,000                    | ,000           | ,000                     | ,000          | ,000           | ,000           |

Таблица 3. – Корреляции зависимости от смартфона с ассертивностью, удовлетворенностью жизнью, застенчивостью, самоуважением, самооценкой и зависимостью от социальных сетей (мужчины,  $N = 969$ )

| Корреляции |          | Зависимость от соцсетей | Ассертивность  | Удовлетворенность жизнью | Застенчивость | Самоуважение   | Самооценка     |
|------------|----------|-------------------------|----------------|--------------------------|---------------|----------------|----------------|
| Пирсона    | <i>r</i> | <b>,763**</b>           | <b>-,300**</b> | <b>-,260**</b>           | <b>,297**</b> | <b>-,355**</b> | <b>-,259**</b> |
|            | <i>p</i> | 0,000                   | ,000           | ,000                     | ,000          | ,000           | ,000           |
| Кендалла   | $\tau$   | <b>,581**</b>           | <b>-,233**</b> | <b>-,189**</b>           | <b>,230**</b> | <b>-,268**</b> | <b>-,203**</b> |
|            | <i>p</i> | ,000                    | ,000           | ,000                     | ,000          | ,000           | ,000           |

Таблицы 2 и 3 свидетельствуют о наличии и у женщин, и у мужчин всех взаимосвязей зависимости от смартфона, полученных на их общей выборке.

При этом теснота взаимосвязей зависимости от социальных сетей со всеми рассматриваемыми характеристиками личности у мужчин выше, чем у женщин – и по Пирсону, и по Кендаллу.

Представленные в таблицах 1–3 отрицательные взаимосвязи зависимости от смартфона соответствуют установленным в ряде зарубежных исследований отрицательным взаимосвязям с самооценкой [20; 34; 47], удовлетворенностью жизнью [25; 29; 31; 36; 44], самоуважением [9; 26; 33], ассертивностью [7; 24; 32].

Показанная таблицами 1–3 значимая положительная корреляция между застенчивостью и зависимостью от смартфона соответствует установленным в ряде зарубежных исследований положительным взаимосвязям [14; 16; 40].

Положительная взаимосвязь зависимости от смартфона с зависимостью от социальных сетей (см. таблицы 1–3) является подтверждением установленного ранее аналогичного результата [5].

Таким образом, в число проблем, создаваемых зависимостью от смартфона для русскоязычных его пользователей, входят обнаруженные нами в данном исследовании отрицательные взаимосвязи зависимости от смартфона с ассертивностью, удовлетворенностью жизнью, самоуважением, самооценкой и положительные – с застенчивостью и зависимостью от социальных сетей.

Определенную информацию об изучаемых характеристиках личности дает таблица 4.

Таблица 4. – Средние значения показателей зависимости от смартфона и связанных с ней характеристик личности

| Характеристики личности                | Пол     | Количество испытуемых | Среднее значение | Стандартное отклонение | Значимость (двухсторонняя) |
|----------------------------------------|---------|-----------------------|------------------|------------------------|----------------------------|
| Зависимость от смартфона               | Мужчины | 969                   | 15,0021          | 9,12754                | 0,000                      |
|                                        | Женщины | 1770                  | <b>17,9068</b>   | 9,13895                |                            |
| Зависимость от социальных сетей        | Мужчины | 969                   | 30,4778          | 11,14247               | 0,000                      |
|                                        | Женщины | 1770                  | <b>32,4316</b>   | 11,17152               |                            |
| Ассертивность                          | Мужчины | 969                   | <i>64,0413</i>   | 12,15552               | 0,469                      |
|                                        | Женщины | 1770                  | <i>63,6921</i>   | 11,96105               |                            |
| Фактор-1 ассертивности «Уверенность»   | Мужчины | 969                   | <b>32,7224</b>   | 6,40960                | 0,030                      |
|                                        | Женщины | 1770                  | 32,1689          | 6,37949                |                            |
| Фактор-2 ассертивности «Решительность» | Мужчины | 969                   | <i>31,3189</i>   | 6,42442                | 0,422                      |
|                                        | Женщины | 1770                  | <i>31,5232</i>   | 6,29425                |                            |
| Удовлетворенность жизнью               | Мужчины | 969                   | 20,1476          | 6,71020                | 0,000                      |
|                                        | Женщины | 1770                  | <b>21,1927</b>   | 6,21097                |                            |
| Застенчивость                          | Мужчины | 969                   | 5,6491           | 3,84551                | 0,038                      |
|                                        | Женщины | 1770                  | <b>5,9819</b>    | 4,16189                |                            |
| Самоуважение                           | Мужчины | 944                   | 28,8676          | 4,69250                | 0,011                      |
|                                        | Женщины | 1730                  | <b>29,3468</b>   | 4,63496                |                            |
| Самооценка                             | Мужчины | 914                   | 20,8337          | 5,57933                | 0,003                      |
|                                        | Женщины | 1693                  | <b>21,4914</b>   | 5,22989                |                            |

Таблица 4 показывает, что средние значения показателей женщин по зависимости от смартфона, зависимости от социальных сетей, удовлетворенности жизнью, застенчивости, самоуважению и самооценке статистически значимо превосходят соответствующие показатели мужчин (большие значения выделены п/ж, практически не отличающиеся – курсивом).

Различие средних значений показателя ассертивности статистически незначимо, поэтому следует признать, что это качество представлено у женщин и мужчин в равной степени. Этому соответствует то, что средние значения фактора-2 («решительность»), в целом представлены у мужчин и женщин в равной степени.

Однако среднее значение фактора-1 ассертивности («уверенность в себе») у мужчин статистически значимо превосходит среднее значение этого фактора у женщин.

**Заключение.** В белорусском социуме выявлены высокозначимые отрицательные взаимосвязи проблемного пользования смартфоном с ассертивностью, удовлетворенностью жизнью, самоуважением, самооценкой и положительные – с застенчивостью и зависимостью от социальных сетей.

Теснота взаимосвязей зависимости от смартфона со всеми перечисленными характеристиками личности у мужчин выше, чем у женщин – и по Пирсону, и по Кендаллу.

Установленные в данном исследовании взаимосвязи зависимости от смартфона в целом соответствуют аналогичным связям, полученным в ряде зарубежных исследований.

Средние значения показателей женщин по зависимости от смартфона, социальных сетей, удовлетворенности жизнью, застенчивости, самоуважению и самооценке на высоком уровне значимости превосходят соответствующие показатели мужчин. Фактор-1 ассертивности «уверенность в себе» у мужчин статистически значимо превосходит данный фактор у женщин.

В число проблем, создаваемых зависимостью от смартфона для русскоязычных его пользователей, входят обнаруженные в данном исследовании отрицательные взаимосвязи зависимости от смартфона с ассертивностью, удовлетворенностью жизнью, самоуважением, самооценкой и положительные – с застенчивостью и зависимостью от социальных сетей.

Практическое значение полученных результатов состоит в возможности их использования в разъяснительной работе (среди учащихся, их родителей, педагогов, психологов учреждений образования) об опасности попадания в зависимость от смартфона ввиду ее взаимосвязей с неблагоприятными личностными характеристиками.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Белоусова А.Б., Юсупов И.М. Диагностика застенчивости // Психол. диагностика. – 2005. – № 2. – С. 47–57.
2. Золотарева А.А. Валидность и надежность русскоязычной версии шкалы самооценки М. Розенберга // Вестн. Ом. ун-та. Сер. Психология. – 2020. – № 2. – С. 52–57.
3. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. – М.: Просвещение, 2003. – 256 с.
4. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия // Материалы III Всерос. социол. конгресса. – М.: Ин-т социологии РАН, Рос. о-во социологов, 2008. (Диск CD, ISBN 978-6-89697-157-3)
5. Шейнов В.П. Взаимосвязи зависимости от смартфона с психологическими и социально-психологическими характеристиками личности: обзор зарубежных исследований // Вестн. Рос. ун-та дружбы народов. Сер. Психология и педагогика. – 2021. – Т. 18. – № 1. – С. 235–253. DOI: 10.22363/2313-1683-2021-18-1-235-253
6. Шейнов В.П. Короткая версия опросника «Шкала зависимости от смартфона» // Ин-т психологии Рос. академии наук. Организационная психология и психология труда. – 2021. – № 1. – С. 97–115. DOI: 10.38098/iran.opwp.2021.18.1.005
7. Шейнов В.П. Связь зависимости от смартфона с состояниями и свойствами личности // Журн. Белорус. гос. ун-та. Социология. – 2020. – № 4. – С. 120–127. DOI: 10.33581/2521-6821-2020-4-120-127
8. Шейнов В.П., Девицын А.С. Личностные корреляты зависимости от смартфона женщин и мужчин // Психология человека в образовании. – 2021. – Т. 3. – № 3. – С. 313–328. DOI: 10.33910/2686-9527-2021-3-3-313-328
9. Шейнов В.П., Девицын А.С. Разработка надежного и валидного опросника зависимости от социальных сетей // Системная психология и социология. – 2021. – № 2. – С. 41–55. DOI: 10.25688/2223-6872.2021.38.2.04
10. Шейнов В.П., Девицын А.С. Факторная структура опросника асертивности // Журн. Белорус. гос. ун-та. Социология. – 2021. – № 4. – С. 110–118. DOI: 10.33581/2521-6821-2021-4-110-118
11. Problematic smartphone use and sleep disturbance: the roles of metacognitions, desire thinking, and emotion regulation / M. Akbari, M. Seydavi, S. Sheikhi et al. // *Frontiers in Psychiatry*. – 2023. – Vol. 14. – Article 1137533. DOI: 10.3389/fpsy.2023.1137533
12. Akpunne B.C., Akinnawo O.E. Internet addiction, problematic smartphone use and psychological health of Nigerian University Undergraduates // *International Neuropsychiatric Disease Journal*. – 2018. – Vol. 12, № 3. – Article 46846. DOI: 10.9734/indj/2018/v12i330093
13. Akpunne B.C., Uzonwanne F.C. Problematic smartphone use as a predictor of depression, anxiety and psychological distress among undergraduate students in four selected Nigerian universities // *Journal of Communication and Media Research*. – 2020. – Vol. 12, № 2. – P. 92–103.
14. Aktaş H., Yılmaz N. Smartphone addiction in terms of the elements of loneliness and shyness of university youth // *International Journal of Social Sciences and Education Research*. – 2017. – Vol. 3, № 1. – P. 85–100. DOI: 10.24289/ijsser.283590
15. The association between problematic smartphone use and symptoms of anxiety and depression – a meta-analysis / C. Augner, T. Vlasak, W. Aichhorn et al. // *Journal of Public Health*. – 2023. – Vol. 45, № 1. – P. 193–201. DOI: 10.1093/pubmed/fdab350
16. Bian M., Leung L. Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital // *Social science computer review*. – 2015. – Vol. 33, № 1. – P. 61–79. DOI: 10.1177/089443931452
17. Busch P.A., McCarthy S. Antecedents and consequences of problematic smartphone use: A systematic literature review of an emerging research area // *Computers in human behavior*. – 2021. – Vol. 114. – Article 106414. DOI: 10.1016/j.chb.2020.106414
18. Candussi C.J., Kabir R., Sivasubramanian M. Problematic smartphone usage, prevalence and patterns among university students: A systematic review // *Journal of Affective Disorders Reports*. – 2023. – Vol. 14, № 1. – Article 100643. DOI: 10.1016/j.jadr.2023.100643
19. Carvalho L.F., Sette C.P., Ferrari B.L. Problematic smartphone use relationship with pathological personality traits: Systematic review and meta-analysis // *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*. – 2018. – Vol. 12, № 3. – Article 5. DOI: 10.5817/CP2018-3-5
20. A meta-analysis on the association between self-esteem and problematic smartphone use / S. Casale, G. Fioravanti, S.B. Bennucci et al. // *Computers in Human Behavior*. – 2022. – Vol. 134, № 4. – Article 107302. DOI: 10.1016/j.chb.2022.107302
21. Cheng Y., Meng J. The association between depression and problematic smartphone behaviors through smartphone use in a clinical sample // *Human Behavior and Emerging Technologies*. – 2021. – Vol. 3, № 3. – P. 441–453. DOI: 10.1002/hbe2.258
22. Cho Y.G. Excessive and problematic smartphone use and poor mental health in adolescents // *Korean journal of family medicine*. – 2020. – № 41(2). – P. 73–74. DOI: 10.4082/kjfm.41.2E
23. Csibi S., Griffiths M. D., Demetrovics Z. Analysis of Problematic Smartphone Use Across Different Age Groups within the Components Model of Addiction // *International Journal of Mental Health and Addiction*. – 2021. – 19. – № 3. – P. 616–631. DOI: 10.1007/s11469-019-00095-0.
24. The associations between smartphone addiction and self-esteem, self-control, and social support among Chinese adolescents: A meta-analysis / Y. Ding, X. Wan, G. Lu et al. // *Frontiers in Psychology*. – 2022. – Vol. 13. – Article 1029323. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.1029323
25. Relationship between smartphone addiction and stress and life satisfaction in medical students / A. Eisanazar, A. Mohammadi, K. Najafi et al. // *Journal of Guilan University of Medical Sciences*. – 2021. – Vol. 30, № 2. – P. 144–155. DOI: 10.32598/JGUMS.30.2.1742.1
26. Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology / J.D. Elhai, R.D. Dvorak, J.C. Levine et al. // *Journal of Affective Disorders*. – 2017. – Vol. 207. – P. 251–259. DOI: 10.1016/j.jad.2016.08.030

27. Fear of missing out: Testing relationships with negative affectivity, online social engagement, and problematic smartphone use / J.D. Elhai, J.C. Levine, A.M. Alghraibeh et al. // *Computers in Human Behavior*. – 2018. – Vol. 89. – P. 289–298. DOI: 10.1016/j.chb.2018.08.020
28. Elhai J.D., Levine J.C., Hall B.J. The relationship between anxiety symptom severity and problematic smartphone use: A review of the literature and conceptual frameworks // *Journal of Anxiety Disorders*. – 2019. – Vol. 62. – P. 45–52. DOI: 10.1016/j.janxdis.2018.11.005
29. Fischer-Grote L., Kothgassner O.D., Felnhofner A. The impact of problematic smartphone use on children's and adolescents' quality of life: A systematic review // *Acta Paediatrica*. – 2021. – Vol. 110, № 12. – P. 1417–1424. DOI: 10.1111/apa.15714
30. Problematic smartphone use and mental health in Chinese adults: a population-based study / N. Guo, T.T. Luk, S.Y. Ho et al. // *International journal of environmental research and public health*. – 2020. – Vol. 17, № 3. – Article 844. DOI: 10.3390/ijerph17030844
31. The relationship between smartphone addiction and life satisfaction: faculty of sport sciences students / K. Hale, A. Cihan, S. Fikret et al. // *International Journal of Psychology and Educational Studies*. – 2020. – Vol. 7, №. 1. – P. 86–95. DOI: 10.17220/ijpes.2020.01.008
32. Jain P., Gedam S.R., Patil P.S. Study of smartphone addiction: prevalence, pattern of use, and personality dimensions among medical students from rural region of central India // *Open Journal of Psychiatry & Allied Sciences*. – 2019. – Vol. 10, №. 2. – P. 132–138. DOI: 10.5958/2394-2061.2019.00029.6
33. Kim E., Koh E. Avoidant attachment and smartphone addiction in college students: The mediating effects of anxiety and self-esteem // *Computers in Human Behavior*. – 2018. – Vol. 84. – P. 264–271. DOI: 10.1016/j.chb.2018.02.037
34. Kim S.Y. Convergence study on the effects of adaptation, self-esteem and self-control of university students on smartphone addiction // *Journal of Convergence for Information Technology*. – 2017. – Vol. 7, №. 6. – P. 103–111.
35. Associations between problematic smartphone use and behavioural difficulties, quality of life, and school performance among children and adolescents / T. Kliesener, C. Meigen, W. Kiess et al. // *BMC psychiatry*. – 2022. – Vol. 22, № 1. – Article 195. DOI: 10.1186/s12888-022-03815-4
36. Kumcagiz H. Quality of life as a predictor of smartphone addiction risk among adolescents // *Technology, Knowledge and Learning*. – 2019. – Vol. 24. – P. 117–127. DOI: 10.1007/s10758-017-9348-6
37. Kuru T., Çelenk S. The relationship among anxiety, depression, and problematic smartphone use in university students: the mediating effect of psychological inflexibility // *Alpha Psychiatry*. – 2021. – Vol. 22, № 3. – P. 159–164. DOI: 10.5455/apd.136695
38. Marciano L., Schulz P.J., Camerini A.L. How smartphone use becomes problematic: Application of the ALT-SR model to study the predicting role of personality traits // *Computers in human behavior*. – 2021. – Vol. 119. – Article 106731. DOI: 10.1016/j.chb.2021.106731
39. The overlap between problematic smartphone use and problematic social media use: a systematic review / C. Marino, N. Canale, F. Melodia et al. // *Current Addiction Reports*. – 2021. – № 8. – P. 469–480. DOI: 10.1007/s40429-021-00398-0
40. Empirical analysis of factors contributing to smartphone addiction / M.E. Meena, S. Kang, B.A. Nguchu et al. // *Open Journal of Business and Management*. – 2021. – Vol. 9, №. 1. – P. 213–232. DOI: 10.4236/ojbm.2021.91012
41. Problematic Use of Mobile Phones in Australia... Is It Getting Worse? / O. Oviedo-Trespalacios, N. Sonali, J.D.A. Newton et al. // *Frontiers in Psychiatry*. – 2019. – Vol. 10. – Article 105. DOI: 10.3389/fpsy.2019.00105
42. Panova T., Carbonell X. Is smartphone addiction really an addiction? // *Journal of Behavioral Addictions*. – 2018. – Vol. 7, № 2. – P. 252–259. DOI: 10.1556/2006.7.2018.49
43. Park J., Jeong J.E., Rho M.J. Predictors of habitual and addictive smartphone behavior in problematic smartphone use // *Psychiatry Investigation*. – 2021. – Vol. 18, № 2. – P. 118–125. DOI: 10.30773/pi.2020.0288
44. Samaha M., Hawi N.S. Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life // *Computers in human behavior*. – 2016. – Vol. 57. – P. 321–325. DOI: 10.1016/j.chb.2015.12.045
45. Servidio R., Griffiths M.D., Demetrovics Z. Dark triad of personality and problematic smartphone use: A preliminary study on the mediating role of fear of missing out // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. – 2021. – Vol. 18, № 16. – Article 8463. DOI: 10.3390/ijerph18168463
46. Problematic smartphone use and problematic social media use: The predictive role of self-construal and the mediating effect of fear missing out / R. Servidio, B. Koronczai, M.D. Griffiths et al. // *Frontiers in Public Health*. – 2022. – Vol. 10. – Article 814468. DOI: 10.3389/fpubh.2022.814468
47. Smartphone addiction and personality traits among Lebanese adults: the mediating role of self-esteem / E. Sfeir, S. Hallit, M. Akel et al. // *Psychology, Health & Medicine*. – 2023. – Vol. 28, № 5. – P. 1190–1200. DOI: 10.1080/13548506.2021.1995886
48. Spiratos K., Ratanasiripong P. Problematic Smartphone Use Among High School Students // *Journal of School Administration Research and Development*. – 2023. – Vol. 8, № 2. – P. 76–86. DOI: 10.32674/jsard.v8i2.4893
49. Vujić A., Szabo A. Hedonic use, stress, and life satisfaction as predictors of smartphone addiction // *Addictive Behaviors Reports*. – 2022. – Vol. 15. – Article 100411. DOI: 10.1016/j.abrep.2022.100411
50. The prevalence and psychosocial factors of problematic smartphone use among Chinese college students: a three-wave longitudinal study / A. Wang, Z. Wang, Y. Zhu et al. // *Frontiers in Psychology*. – 2022. – Vol. 13. – Article 877277. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.877277
51. Wang J., Li M., Zhu D. Smartphone Overuse and Visual Impairment in Children and Young Adults: Systematic Review and Meta-Analysis // *Journal of Medical Internet Research*. – 2020. – Vol. 22, № 12. – Article e21923. DOI: 10.2196/21923
52. Wickord L.C., Quaiser-Pohl C.M. Does the type of smartphone usage behavior influence problematic smartphone use and the related stress perception? // *Behavioral Sciences*. – 2022. – Vol. 12, № 4. – Article 99. DOI: 10.3390/bs12040099
53. Wickord L.C., Quaiser-Pohl C.M. Psychopathological symptoms and personality traits as predictors of problematic smartphone use in different age groups // *Behavioral Sciences*. – 2022. – Vol. 12, № 2. – Article 20. DOI: 10.3390/bs12020020
54. Yang H., Liu B., Fang J. Stress and problematic smartphone use severity: smartphone use frequency and fear of missing out as mediators // *Frontiers in Psychiatry*. – 2021. – Vol. 12. – Article 659288. DOI: 10.3389/fpsy.2021.659288

55. Association of problematic smartphone use with poor sleep quality, depression, and anxiety: A systematic review and meta-analysis / J. Yang, X. Fu, X. Liao et al. // *Psychiatry research*. – 2020. – Vol. 284. – Article 112686. DOI: 10.1016/j.psychres.2019.112686

Поступила 22.03.2024

**RELATIONSHIP OF PROBLEMABLE SMARTPHONE USE  
WITH SHYNESS, SELF- RESPECT, LIFE SATISFACTION AND SELF-ESTEEM**

**V. SHEYNOV**

*(National Institute for Higher Education, Minsk)*

**V. KARPIYEVICH**

*(Belarusian State Technological University, Minsk)*

**V. YERMAK**

*(Belarusian State University of Informatics and Radioelectronics, Minsk)*

*The relationship between smartphone addiction and numerous manifestations of psychological ill-being prompted the introduction of the construct “problematic smartphone use,” which includes smartphone addiction (as a cause) and all sorts of problems associated with this addiction. The purpose of this study is to identify in Belarusian society possible relationships between problematic smartphone use and assertiveness, shyness, self-respect, self-esteem, and life satisfaction. The empirical basis of the study was the results of online testing of 2740 respondents (average age  $M = 23,3$ ;  $SD = 9,7$ ), among them 1770 women ( $M = 24,4$ ;  $SD = 7,2$ ) and 969 men ( $M = 21,9$ ;  $SD = 12,1$ ). The study used: A short version of the smartphone addiction questionnaire (author V.P. Sheinov), a social network addiction questionnaire (authors V.P. Sheinov, A.S. Devitsyn), an assertiveness questionnaire (author V.P. Sheinov), M. Rosenberg's self-esteem scale adapted by A.A. Zolotareva, Life Satisfaction Scale (authors E.N. Osin, D.A. Leontiev), Shyness Questionnaire (authors A.B. Belousova, I.M. Yusupov).*

*This study revealed highly significant negative correlations in Belarusian society between problematic smartphone use and assertiveness, life satisfaction, self-respect, self-esteem, and positive correlations with shyness and addiction to social networks. The closeness of the connections identified in this study and those obtained by foreign researchers are comparable, as evidenced by the values of the Pearson correlation (corresponding non-parametric correlations could not be found among foreign colleagues).*

*The practical significance of the results obtained is the possibility of their use in explanatory work (among students, their parents, teachers, psychologists of educational institutions) about the danger of becoming dependent on a smartphone due to its relationship with unfavorable personal characteristics.*

**Keywords:** *smartphone addiction, problematic smartphone use, relationships, assertiveness, life satisfaction, self-respect, self-esteem, shyness, social network addiction.*