

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Педагогический институт

Кафедра педагогической психологии и психодиагностики

**ЗАВИСИМОСТЬ ОТ СМАРТФОНА КАК ФАКТОР ЦИФРОВОЙ
ДЕВИАЦИИ У ПОДРОСТКОВ**

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

АВТОРЕФЕРАТ

студента 4 курса 432 группы
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,
профиля подготовки «Психология и социальная педагогика»
факультета психолого-педагогического и специального образования

КОСЕНКО ЕЛИЗАВЕТА ИГОРЕВНА

Научный руководитель
канд. психол. наук, профессор _____ Т.В. Белых

Зав. кафедрой
доктор психол. наук, профессор _____ М.В. Григорьева

Саратов 2025

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблемы исследования. В современном мире у подростков есть безграничный и беспрепятственный доступ к смартфонам, соответственно виртуальная реальность стала неотъемлемой частью человеческой жизни. Сейчас в современном обществе нельзя удивить никого тем, что подростки и проводят большое количество времени своей жизни в виртуальной реальности. Это, с одной стороны, может быть причиной возникновения переживания одиночества подростком, однако, возможно также, что подростки, имеющие проблемы в общении, ищут его в виртуальном мире. Таким образом, проблема взаимосвязи переживания одиночества и зависимости от смартфона – цифровой реальности имеет многогранный характер.

В наше время человек использует новые достижения науки и техники, которые помогают в работе, учебе, в быстром получении информации. Разнообразие технических устройств настолько прочно вошли в нашу жизнь, что человек не может себе представить, как может обходиться без них. В особенности этого не представляют дети, ведь с раннего возраста они идеально в них разбираются.

Современное общество предъявляет достаточно высокие требования к индивиду. Так, уже в начальной школе учащимся не обойтись без знаний компьютера и использования различных смартфонов в учебных целях, потому невозможно ограничить школьников в знакомстве с электронными устройствами. В результате такого взаимодействия ребенка с смартфонами формируется малоподвижный образ жизни. Дети, постоянно играющие в компьютерные, телефонные игры, мало двигаются, сутулятся, горбятся, вследствие чего возникают проблемы с осанкой, искривление позвоночника, нарушения опорно-двигательного аппарата, что влияет деструктивно в целом на здоровье. Однако, не только физиологические проблемы являются результатом бесконтрольного использования цифровых устройств, особый вред наносится и психическому здоровью.

Цель исследования: изучить зависимость от смартфона как фактор цифровой девиации у подростков.

Объект исследования: цифровая девиация у подростков

Предмет исследования: зависимость от смартфона как фактор цифровой девиации у подростков.

Для того, чтобы выполнить поставленную цель, необходимо решить следующие **задачи**:

1. Проанализировать определение понятия и сущности «цифровой девиации».
2. Изучить виды, уровни, формы зависимости у подростков.
3. Исследовать особенности зависимости от смартфона как фактор цифровой девиации.
4. Представить результаты исследования и их интерпретация.
5. Разработать содержание психологической работы по преодолению зависимости от смартфона как фактора цифровой девиации у подростков.

Гипотеза исследования заключается в том, что зависимость от смартфона не прямой фактор цифровой девиации, а одна из причин формирования цифровой девиации.

Практическое значение результатов исследования заключается в следующем: полученные результаты могут быть использованы в психологическом консультировании подростков и их родителей, в психологическом сопровождении подростков, имеющих признаки зависимости от смартфона или проявлений одиночества.

Структура работы. Выпускная квалификационная работа бакалавра состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников.

Во введении обоснованы актуальность исследования, сформулированы его цель, объект, предмет, задачи и исследовательская гипотеза. В первой главе «Теоретические аспекты зависимости от смартфона как фактор цифровой девиации у подростков» проанализировано определение понятия и сущности

«цифровой девиации», исследованы виды, уровни, формы зависимости у подростков, изучены особенности зависимости от смартфона как фактор цифровой девиации. Во второй главе «Научно методические основы преодоления зависимости от смартфона как фактор цифровой девиации у подростков» представлена организация и методы исследования выявления зависимости от смартфона как фактора цифровой девиации у подростков, рассмотрены результаты исследования и их интерпретация, разработано содержание психологической работы по преодолению зависимости от смартфона как фактора цифровой девиации у подростков. Заключение содержит обобщения и выводы по результатам проведенного исследования. Список источников состоит из 48 современных научных публикаций. В приложении представлены тексты использованных в исследовании методик.

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Первый раздел «Теоретические аспекты зависимости от смартфона как фактор цифровой девиации у подростков» позволила провести теоретическое исследование по трем основным аспектам.

1. *Определение понятия и сущности «цифровой девиации».* Показано, что девиация – это в первую очередь отклонение от нормы. Общественные нормы, то есть социальные реализуются через традиции и законы. Они являются естественным регулятором общественных отношений. Результаты проведенного исследования позволили сделать вывод о том, что наиболее распространённой цифровой девиацией молодежи в виртуальной городской среде является агрессия в самых разнообразных своих проявлениях – от иронии и сарказма до оскорблений и унижения собеседника. Обнаружено, что для пользователей наиболее типично использование прямой вербальной агрессии, для которой часто применяется ненормативная лексика и брань с целью максимального давления на оппонента. Интересен тот факт, что содержание подавляющего числа самих постов изначально содержит в себе агрессивный посыл – протест или несогласие с принятыми городскими властями решениями, критика социальной ситуации или конкретного человека и т. п.

2. *Виды, уровни, формы зависимости у подростков.* Выявлено то, что зависимость – это несамостоятельность, привязанность к чему-то, которая дает человеку возможность чувствовать себя удовлетворенным, не прилагая к этому усилий. Виды зависимости бывают: химическая (алкоголь, табак, наркотики и др.), игровая, пищевая, информационная, эмоциональная, трудоголизм и др. Предрасполагающие факторы развития зависимости могут быть социальными, биологическими (генетика, травмы головы, заболевания ЦНС) и психологическими. Зависимый тип личности формируется в результате нарушения воспитания. К формам нарушения воспитания, ведущим к формированию зависимости, относятся: гиперопека, игнорирование ребенка родителями, домашнее насилие. Подростковый возраст, как специфический, кризисный период обладает рядом характеристик, среди которых можно выделить следующие особенности эмоциональной сферы подростков: аффективность, высокая эмоциональная возбудимость, импульсивность; нестабильность эмоциональной сферы, возникновение полярных, противоречивых чувств; интерес к собственным переживаниям превышает социальный интерес; поверхностность чувств, их быстрое угасание; повышенная агрессивность. Склонность к смартфон-зависимому поведению у подростков проявляется в зависимости от особенностей эмоциональной сферы подростков. Исследования отечественных ученых позволили определить, что импульсивность, неумение контролировать и блокировать свои желания, вспыльчивость, эмоциональная неустойчивость способствуют формированию зависимости от смартфона.

3. *Особенности зависимости от смартфона как фактор цифровой девиации.* основным условием формирования зависимости у подростка является неблагоприятная обстановка в семье, что связанной с алкоголизмом. Также автор отмечает, что искаженную нравственную атмосферу могут создать и напротив слишком любящие родители или родители, не обладающие педагогическими навыками. Из всего вышесказанного можно заключить, что смартфон обеспечивает подросткам чувство безопасности, самостоятельности и

независимости, анонимность, возможность создания любого собственного образа. То есть подросток имеет возможность быть в виртуальном пространстве тем, кем он на самом деле не является. Результатом зависимости от смартфона являются депрессивные расстройства, трудности в общении со сверстниками и родителями, делинквентные тенденции, агрессия, отсутствие самоконтроля и искажение образа Я. Кроме того, пристрастие к смартфону может перерасти в другие более опасные для здоровья зависимости, например алкогольную, наркозависимость или игровую зависимость и в конечном итоге, практически всегда становятся социально дезадаптированы.

В итоге хотелось бы подчеркнуть следующее - тезис о единственном негативном влиянии смартфонов на психику несостоятелен. Непрерывное взаимодействие с смартфонами помогает в получении новых навыков и ослабеванию ранее сформировавшихся. Это может повлиять как на появление новых проблем с смартфон-зависимостью и игроманией, также, как и на решение уже существующих проблем, например, при использовании смартфон-технологий. Поэтому необходимо проводить дальнейшие исследования в этой области, так как это может помочь решить проблему общения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Во втором разделе «Научно методические основы преодоления зависимости от смартфона как фактор цифровой девиации у подростков» приводится методическое обоснование исследования, его результаты и психолого-педагогические рекомендации.

Методическое обоснование исследования. Эмпирическое исследование проводилось на базе МАОУ «СОШ р.п. Красный Октябрь» Гагаринского района города Саратова. Эмпирическую выборку составили 50 человек – обучающиеся 9–х классов, в возрасте 16–17 лет, из них – 30 девочек, 20 – мальчиков.

Таким образом, для исследования взаимосвязи взяты методики: шкала зависимости от смартфона Чена (Chen Internet Addiction Scale, CIAS), тест «Склонность к девиантному поведению», диагностический опросник для

выявления склонности к различным формам девиантного поведения для учащихся общеобразовательных учреждений.

Анализ показывает, что у подростков (склонные к зависимости от смартфона) наблюдаются часто возникающее желание войти в Смартфон, проверить сообщения, почитать новости, посмотреть видео, поиграть в игры; при долгом отсутствии внутри смартфон-пространства возникает ощущение дискомфорта; у испытуемых наблюдается высокий уровень устойчивости связей с смартфон-пространством; часто возникают внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем; у испытуемых время подчинено тому, что происходит в смартфоне, они часто путают время суток, не замечают пройденных часов, питаются не по графику и т.д.

Высокие показатели отмечены по шкалам ИИ (внутриличностные и оздоровительные проблемы), Wit (абстинентный синдром) и ТМ (управление временем). Это означает, что подростки с такими симптомами испытывают чувство навязчивой потребности находиться в смартфон-пространстве, желание «выйти в сеть», с которым они не могут справиться, им сложно себя преодолеть, из-за чего у них возникают проблемы со здоровьем: головные боли, чувство тяжести в спине, а также снижение выраженности личности.

подростки данной выборки склонны к зависимости от смартфона, у них преобладает симптом отмены и компульсивность, наблюдаются проблемы управления временем в смартфон-пространстве. Эмоциональная сфера таких подростков отличается возбудимостью и интенсивностью эмоций, неумением контролировать собственные эмоции и эмоции чужих людей, недостаточный уровень эмпатии и фантазийного сопереживания, неловкость при виде сильных эмоциональных переживаний других людей, нежелание оказывать им помощь.

Результаты исследования методикой Шкала смартфон-зависимости Чена показали, что у подростков склонных к смартфон-зависимости наблюдаются часто возникающее желание войти в Смартфон, проверить сообщения, почитать новости, посмотреть видео, поиграть в игры; при долгом отсутствии внутри смартфон-пространства возникает ощущение дискомфорта; у

испытуемых наблюдается высокий уровень устойчивости связей с смартфон-пространством; часто возникают внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем; у испытуемых время подчинено тому, что происходит в смартфоне, они часто путают время суток, не замечают пройденных часов, питаются не по графику и т.д.

Подростки с зависимостью от смартфона не всегда могут осознавать и понимать собственные эмоции, слабо осведомлены о своем внутреннем состоянии. У них не развита способность к управлению своими эмоциями. Подростки не понимают эмоции других людей, не склонны к сочувствию и сопереживанию. Подростки с зависимостью от смартфона могут сочувствовать партнерам по сетевому общению, но только в том случае, если собеседники отвечают на сообщения пользователя, сами же подростки могут подолгу не отвечать общающимся и не понимать, почему на них обижаются и не хотят продолжать с ними контакт. Также подростки со склонностью к зависимостью от смартфона испытывают трудности в управлении эмоциональным состоянием других людей.

Проведенное исследование позволило выявить ряд закономерностей и разработать *психолого-педагогические рекомендации* подросткам по оптимизации зависимости от смартфона.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теоретический анализ данной работы показал следующие выводы. Подростки чаще всего испытывают одиночество как личное разочарование и отвержение, чувствуют, что их игнорируют и не обращают внимание на них. Это состояние становится тяжелым и невыносимым, заставляя желать убежать от него. Боятся столкнуться с собой настолько, что не принимают себя. Одиночество усугубляется отчаянием, когда подросток остается один, остается наедине с собой и не имеет возможности получить помощь, понимание и поддержку. Большинство подростков не готово к такому испытанию. С развитием рефлексии в этом возрасте и переходом на новый уровень самосознания, с усилением потребностей в самопознании, принятии и

признании, в общении и обособлении, с кризисом самооценки связано острое одиночество у подростков. Значительная часть подростков 15 – 17 лет испытывают чувство одиночества.

Зарубежные и отечественные психологи считают, что подростковый возраст - это кризисный и противоречивый период в жизни ребенка. Авторы приходят к выводу, что важными новообразованиями подросткового возраста являются личностное самоопределение, решение проблемы достижения идентичности, чувство взрослости.

В работе выявлено то, что отечественные психологи считают, что неудовлетворяемое чувство взрослости, являясь главным новообразованием подросткового возраста, когда ребенок стремится во взрослый мир, но этот мир его пока не принимает, является одним из основных противоречий этого возраста, обуславливающего глубину подросткового кризиса.

Эмпирическое исследование позволило сформулировать следующие выводы:

- подростки со средним уровнем зависимости от смартфона чувства одиночества связаны с потерей доступа к своему устройству или социальным сетям, невозможностью проверить уведомления, отсутствием доступа к информации, которая для них стала источником удовольствия и удовлетворения. Для них характерны такие чувства как: тревога, страх, паника, беспомощность, безысходность, раздражительность, недовольство, скука, депрессия, неприятие ситуации, отчуждение от окружающих, отчуждение от самого себя, желание быстрого восстановления связи со своим устройством.

- Подростки с высоким уровнем зависимости от смартфонов испытывают сильное чувство одиночества, выражающееся в неуверенности в своем будущем, своем поведении и последствиях своих неудач; они испытывают тревогу по поводу реальных или воображаемых препятствий и не могут открыто выразить свои чувства. Они сомневаются в своей способности вызвать уважение, скептически настроены и нуждаются в доверии и признании.

Также в работе было выявлено то, что у подростков с высоким уровнем зависимости от смартфона наблюдается также с высокой вероятностью кибер-аддикции, что проявляется в информационной перегрузке, «электронном бродяжничестве», т.е. длительном (многочасовом) пребывании в сети без конкретной цели.

Анализ показывает, что у подростков (склонные к зависимости от смартфона) наблюдаются часто возникающее желание войти в Смартфон, проверить сообщения, почитать новости, посмотреть видео, поиграть в игры; при долгом отсутствии внутри смартфон-пространства возникает ощущение дискомфорта; у испытуемых наблюдается высокий уровень устойчивости связей с смартфон-пространством; часто возникают внутриличностные проблемы и проблемы со здоровьем; у испытуемых время подчинено тому, что происходит в смартфоне, они часто путают время суток, не замечают пройденных часов, питаются не по графику и т.д.

Таким образом, цель исследования достигнута, поставленные задачи решены, а рабочая гипотеза исследования на данной выборке испытуемых о том, что зависимость от смартфона не прямой фактор цифровой девиации, а одна из причин формирования цифровой девиации получила подтверждение.

Полученные в ходе эмпирического исследования, могут быть использованы в психологическом сопровождении и психоконсультировании подростков и их родителей в ситуациях зависимости от смартфона.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Алмазов, Б.Г. Психология социального отчуждения / Б.Г. Алмазов. Екатеринбург: Издательский дом «Уральская государственная юридическая академия», 2017. 236 с.
2. Андреева Г.М. Социальная психология / Г.М. Андреева. М.: Аспект-Пресс, 2010. 345 с.
3. Афанасьева Т.А. Социально-психологический климат организации / Т.А. Афанасьева. – URL: <http://psi.lib.ru/soveti/sbor/spkliorg.htm> (Дата обращения: 06.11.2024).
4. Белова М.И. Социальная адаптация студентов-мигрантов в высшем учебном заведении / М.И. Белова. Москва: Издательство "Профессия", 2021. 176 с.
5. Бойко В.В., Ковалев А.Г., Панферов В.Н. Социально-психологический климат коллектива и личность / В.В. Бойко, М.: Мысль, 1998. 453 с.
6. Голубков Г. В. Причины возникновения кризиса в подростковом возрасте // Скиф. Вопросы студенческой науки. 2019. № 5-1(33). С. 327-331.
7. Григорьев Ю.Г., Самойлов А.С., Бушманов А.Ю., Хорсева Н.И. Мобильная связь и здоровье детей: проблема третьего тысячелетия // Медицинская радиология и радиационная безопасность. 2017. № 62(2). С. 39—46.
8. Григорьева А.С. Влияние социокультурных факторов на процесс социальной адаптации студентов / А.С. Григорьева. - Нижний Новгород: Издательство "Нижегородский университет", 2018. 192 с.
9. Гринина Е. С. Особенности эмоциональной сферы подростков // Актуальные проблемы социально-гуманитарных наук и образования: сущность, концепции, перспективы. Саратов: Издательство "Саратовский источник", 2019. С. 720-724.

10. Гуриева В. В. Теории личности // Социально-гуманитарные проблемы образования и профессиональной самореализации. Москва: Российский гос. университет имени А.Н. Косыгина, 2021. С. 276-282.

11. Данилова М. В. Психологическое благополучие подростков в связи с самооценкой и восприятием отношений с ближайшим окружением // Личность в культуре и образовании: психологическое сопровождение, развитие, социализация. 2018. № 6. С. 138-142.

12. Дёмин Д.Б. Мозговая активность у подростков с различным уровнем риска интернет-зависимости // Экология человека. № 6. С. 21—27.

13. Додонов Б.И. Эмоция как ценность / Б.И. Додонов. М.: Политиздат, 1978. 272 с.

14. Дружилов С.А. Гигиенические аспекты информационно-технологической зависимости человека в новой реальности // Гигиена и санитария. 2019. № 98(7). С. 748—753.

15. Ермолаева Е.В., Павлова Л.А. Благоприятный социально-психологический климат в коллективе как условие эффективной работы // Новая наука: Теоретический и практический взгляд. 2015. № 3. С. 50-52.

16. Ефремова Т.Ф. Современный толковый словарь русского языка. В 3 томах. Том 1. А-Л / Т.Ф. Ефремова. М.: Астрель, 2023. 26 с.

17. Жукова С. В. К вопросу об изучении направленности личности в отечественной психологии // Единое образовательное пространство как фактор формирования и воспитания личности. Рязань: Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина, 2020. С. 32-34.

18. Зайцев А.К. Социальный конфликт на предприятии. Калуга. 2023. 756 с.

19. Зубова Л. В. Половое созревание и социализация подростков // Социально-гуманитарные инновации: стратегии фундаментальных и прикладных научных исследований. Оренбург: Оренбургский государственный университет, 2022. С. 261-264.

20. Зырянова И. П. Проблема эмоций в современной науке // Актуальные проблемы науки и образования в условиях современных вызовов. – Москва: Печатный цех, 2023. С. 67-71.
21. Иванова О.А. Социально-психологический климат в группе и его роль в процессе социальной адаптации студентов / О.А. Иванова. - Екатеринбург: Издательство "Урал", 2021. 224 с.
22. Иванова О.Н. Социально-психологические аспекты адаптации и интеграции студентов-иностранцев в образовательную среду / О.Н. Иванова. Москва: Издательство "Директ-Медиа", 2021. 192 с.
23. Крылова Т.Н. Социальная адаптация студентов в условиях современного общества / Т.Н. Крылова. Москва: Издательство "Академия", 2018. 256 с.
24. Кузнецова О.В. Особенности социальной адаптации студентов с ограниченными возможностями здоровья / О.В. Кузнецова. Москва: Издательство "Книжный мир", 2019. 168 с.
25. Кузьмин И. А. Теоретический анализ проблемы происхождения эмоций в психологии // Дайджест социальных исследований. 2022. № 1. С. 42-53.
26. Кулакова С. А. Рискованное поведение подростков как критерий их неадаптированности // Юридическая техника. 2019. № 2. С. 495-497.
27. Леус Э. В., Соловьев А. Г., Сидоров П. И. Диагностика девиантного поведения несовершеннолетних // Вестник ЧГПУ. 2012. №9.
28. Малинина В.А. Философский словарь / пер. с нем.; общ. ред. В.А. Малинина. – 22-е, новое, переработ. М.: Республика, 2023. 43 с.
29. Мещерякова Б.Г. Большой психологический словарь / под ред.Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. – Издание 4-е, расширенное. – URL: <http://www.litmir.co/br/?b=118634> (Дата обращения: 06.11.2024).
30. Мещерякова Н. Ю. Особенности эмоционального развития в подростковом возрасте // Психолого-педагогическое сопровождение общего,

специального и инклюзивного образования подростков и взрослых. Чебоксары: «Издательский дом «Среда», 2022. С. 38-40.

31. Милославова, И.А. Роль социальной адаптации / И.А. Милославова. Л.:БГУ., 2021. С. 132.

32. Милушкина О.Ю., Попов В.И., Скоблина Н.А., Маркелова С.В., Соколова Н.В. Использование электронных устройств участниками образовательного процесса при традиционной и дистанционной формах обучения // Вестник РГМУ. 2020. № (3). С. 85—91.

33. Оленко Е.С., Киричук В.Ф., Кодочигова А.И., Юпатов В.Д., Фомина Е.В., Коновалова А.А. Особенности состояния мозговой гемодинамики у молодых мужчин в зависимости от их когнитивной функции // Журнал высшей нервной деятельности им. И.П. Павлова. 2020. № 70(1). С. 25—30.

34. Павлова Н.А. Особенности социальной адаптации студентов в условиях высшего образования / Н.А. Павлова. Москва: Издательство "Дело", 2020. 304 с.

35. Панова В.Г. Российская педагогическая энциклопедия / под ред. В.Г. Панова. М: «Большая Российская энциклопедия», 1993. 39 с.

36. Пережогин Л.О. Программа психотерапевтической помощи несовершеннолетним, обнаруживающим признаки зависимости от интернета и мобильных устройств // Практическая медицина. 2019. № 3. С. 96—99.

37. Петрова Н.С. Особенности социальной адаптации студентов-спортсменов в высшей школе / Н.С. Петрова. Москва: Издательство "Книжный дом", 2020. 224 с.

38. Психофизиологические особенности молодых людей с признаками интернет-зависимости // Экспериментальная психология — 2024. Том 17. № 1

39. Рогова Е.В. Социально-психологический климат в группе и его влияние на социальную адаптацию студентов / Е.В. Рогова. Санкт-Петербург: Издательство "Питер", 2019. 192 с.

40. Сидоров, С.А. Межличностные конфликты в студенческой группе / С. А. Сидоров. // Молодой ученый. 2017. № 50.1 (184.1). С. 35-38.

41. Симонова, Г.И. Педагогическое сопровождение социальной адаптации учащихся: монография / Г.И. Симонова. Киров: Изд-во ВятГГУ, 2005. 320 с.

42. Смирнова Е.А. Роль межличностных отношений в процессе социальной адаптации студентов / Е.А. Смирнова. Санкт-Петербург: Издательство "БХВ-Петербург", 2020. 240 с.

43. Сорокина Н.Д., Перцов С.С., Селицкий Г.В., Цагашек А.В., Жердева А.С. Нейрофизиологические и клиничко-биологические особенности интернет-аддикции // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. 2019. № 119(12). С. 51—56.

44. Тенденции развития информационного общества в Российской Федерации: краткий статистический сборник. М.: НИУ ВШЭ, 2020. 220 с.

45. Ушаков И.Б., Попов В.И., Скоблина Н.А., Маркелова С.В. Длительность использования мобильных электронных устройств как современный фактор риска здоровью детей, подростков и молодежи // Экология человека. 2021. № 7. С. 43—50.

46. Харитоновна Т.Г. Социально-психологический климат в студенческой группы /Нижегор.гос.архитктур.-строит.ун-т; сост. Т.Г. Харитоновна. Н.Новгород, ННГАСУ, 2013. 30 с.

47. Шаталова Е.А. Психологические аспекты социальной адаптации и успешности студентов в высшем учебном заведении / Е.А. Шаталова. Санкт-Петербург: Издательство "Питер", 2019. 208 с.

48. Young K.S. Psychology of computer use: XL. Addictive use of the internet: a case that breaks the stereotype // Psychological Reports. 1996. № 79. P. 899—902.