

ВПЛИВ МОБІЛЬНОГО ТЕЛЕФОНУ НА ПСИХОЕМОЦІЙНІ СТАНИ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА

У даній роботі була зроблена спроба вивчити вплив використання мобільного телефону на психоемоційні стани студентів. Визначено комплекс методик, які дозволяють дослідити місце мобільного телефону в діяльності студента та визначити його вплив на психоемоційні стани особистості. Встановлено, що в студентів, які частіше використовують мобільний телефон, порівняно з тими, хто менше, психоемоційний стан є більш позитивним, що відображається в показниках, які характеризують самопочуття, настрої та активність.

Ключові слова: психоемоційні стани, емоції, психологічний вплив.

Сучасний світ інформатизації та глобалізації сприяє інтенсивному впровадженню мобільного зв'язку в молодіжне середовище. Узагальнення доступної літератури [6, 8, 9 та ін.] також показало, що незважаючи на глобальне впровадження мобільного телефону, його вплив на психічні стани залишається недостатньо дослідженим. Існують лише опосередковані роботи [5,7,10 та ін.], в яких виділяються негативні наслідки фізичних властивостей хвильового впливу на організм та психіку людини. Що ж стосується психологічного впливу, то він, як правило, розглядається фрагментарно та недостатньо.

Також слід зазначити, що проблема психічних станів сучасних студентів та їх вивчення є достатньо актуальною [2,3,4 та ін.]. У цих та інших дослідженнях показано, що психічні стани студентів залежать від багатьох чинників: специфіки навчальної та професійної діяльності; умов життєдіяльності; формальних та неформальних стосунків з навколишніми та багатьох інших; використання різних інформаційних технологій.

Виходячи з наведеного, у своїй роботі ми поставили за мету провести дослідження характеру та специфіки використання мобільного телефону та його впливу на психоемоційні стани студентів.

Для досягнення вказаної мети вирішувалися наступні завдання:

- по-перше, з'ясувати стан вивчення проблеми впливу мобільного телефону на психоемоційні особливості людини;
- по-друге, побудувати комплекс методик, які б дозволили визначити місце мобільного телефону в діяльності особистості студента;
- по-третє, провести емпіричне дослідження по оцінці впливу мобільного телефону на психоемоційний стан особистості студента.

Вирішуючи перше завдання, нами було встановлено, що дослідження впливу телефону на психоемоційний стан людини вивчається фахівцями переважно опосередковано. Найбільш поширені роботи в цьому аспекті торкаються психогігієнічних аспектів його використання (Д.Джеймс, Б.Дж.Фогт, Гл.Уїлсон, Дж. Кас та ін.), нормативних рекомендацій для користувачів (К.Вассон, Г. Чаусовський та ін.).

Психоемоційні стани та суто психологічні фактори мобільного телефону як засобу різних форм взаємодії та спілкування фактично не аналізуються, що ускладнює процес пізнання впливу мобільного телефону на психоемоційний стан людини.

Вирішуючи друге завдання, ми обирали з численних методик ті, які пройшли суттєву перевірку, є валідними та інформативними. Також будували власний опитувальник, який дав би можливість у першому наближенні дати уявлення про роль і місце мобільного телефону в психічній діяльності студента.

Унаслідок проведеної роботи для вивчення психоемоційних станів були обрані методика діагностики оперативної оцінки самопочуття, активності та настрою (САН) [1], а також адаптовані шкали Дембо-Рубінштейн для дослідження емоційної сфери людини. Для вивчення відношення студентів до мобільного телефону, особливостей його використання та впливу на психоемоційні стани був побудований опитувальник, який дозволяв отримати дані про відношення випробуваного до мобільного телефону, особливості впливу мобільного спілкування на емоційну сферу та дані про спрямованість мобільного спілкування.

Дослідженням було охоплено 45 студентів віком від 17 до 22 років. За результатами отриманих даних усі студенти умовно ділились на 2 групи: студенти, які менше розмовляють по мобільному телефону (менше 10 раз на день) та студенти, які частіше розмовляють по мобільному телефону (від 10 до 30 разів на день).

Отримані результати, що відображають особливості використання мобільного телефону студентами, засвідчили, що в тих, хто частіше розмовляє, відносно інших у довготривалості, прослідковуються переважні тенденції до розбіжностей. Особливо це чітко відмічається в ситуації, коли студенти розмовляють до 1 хв. Тут, ті, хто розмовляє частіше, за своїм часом у всіх випадках виходять за межі 1 хвилини (Табл. 1).

Таблиця 1

Дані (%) про особливості використання мобільного телефону студентами на протязі доби

Специфіка розмов	Кількість розмов протягом дня	
	Менше 10 раз	Від 10 до 30 раз
1.2. Середня тривалість кожної розмови		
близько 1 мін	15,8 %	0 %
3 – 5 мін	52,6 %	65,4 %
більше 10 мін	31,6 %	34,6 %
1.4. Протягом дня:		
Вам дзвонять частіше	42,1 %	53,8 %
Ви дзвоните частіше	57,9 %	46,2 %
1.6. Тривалість користування мобільним телефоном		
до 1 року	0 %	0 %
до 3-х років	15,8 %	19,2 %
5 і більше	84,2 %	80,2 %
3.2. Протягом доби Ви дзвоните:		
вранці	16,5 %	16 %
вдень	35 %	36,5 %
увечері	42,5 %	39,5 %
вночі	6 %	8 %

Є певні відмінності між виділеними групами за показником власної ініціативи телефонування, встановлення зв'язку та отримання дзвінків від інших. Тут ті, хто менше використовують телефон, більше проявляють ініціативу в установленні зв'язку (7,9 %) і навпаки, ті, хто частіше використовують телефон, більше отримують дзвінків від різних користувачів.

Стосовно частоти використання мобільного телефону протягом доби, то тут принципової різниці між вказаними групами не спостерігається.

Є певні відмінності в мотивах використання мобільного телефону. Так, ті, хто менше використовує мобільний телефон, більш орієнтовані в неформальному спілкуванні, відносно тих, хто частіше його використовує (Табл. 2).

Виходячи з власної самооцінки станів, ті, хто частіше використовує мобільний телефон, відмічають, що цей процес їх мобілізує (15%) порівняно з тими, хто менше використовує (7,8 %). Слід також додати, що є несуттєва різниця між досліджуваними групами в покращанні та погіршенні настрою. Тут вказані значення, що характеризують особливості настрою, вищі в групі, де частіше використовується мобільний телефон (Табл. 3).

Таблиця 2

Дані (%) про вплив мобільного спілкування на емоційну сферу

Специфіка розмов	Кількість розмов протягом дня	
	Менше 10 раз	Від 10 до 30 раз
3.1. Мобільний телефон для Вас це:		
підвищення статусу, престижу	7 %	5,09 %
засіб зв'язку	84,6 %	81,9 %
спосіб емоційного перемикання	6,4 %	9 %
іграшка	2 %	4 %
свій варіант	-	0,01 %
3.5. Розмови по мобільному телефону:		
покращують Ваш настрій	45,2 %	40 %
погіршують Ваш настрій	36 %	33,7 %
мобілізують Вас	7,8 %	15 %

не змінюють Ваш настрій	11 %	8,3%
свій варіант	-	3 %

Таблиця 3

Специфіка розмов	Кількість розмов протягом дня	
	Менше 10 раз	Від 10 до 30 раз
3.3. Ви використовуєте мобільний телефон для:		
конструктивного ділового спілкування	10,4 %	11,9 %
для передачі та здобуття інформації	41 %	43 %
просто поговорити	40,6 %	25 %
скоротати час	8 %	15 %
свій варіант	-	0,01 %
3.6. Ви дзвоните:		
рідним і близьким	35 %	45 %
друзям	31,2 %	30 %
улюбленій людині	8 %	8,4%
у довідковій службі	0,8 %	1,6%
по роботі	3 %	4 %
стосовно навчання	12 %	11 %

Таким чином, ми можемо відмітити, що використання студентами мобільного телефону в залежності від частоти, відображається на специфіці мотивів спрямованості та настрою студентів. При цьому існуючі відмінності між групами випробуваних переважно фіксуються на рівні тенденції. У той же час збільшення часу використання (за роками) мобільного телефону приводить до суттєвого зростання тривалості розмов.

Стосовно психоемоційних особливостей, то тут приблизно одна третина розмов сприяє покращенню настрою, друга третина – його погіршенню. Така ситуація зберігається в обох обстежених групах.

Ураховуючи мету нашої роботи, ми проаналізували більш детально особливості станів та прояву емоцій у студентів умовно виділених нами груп.

Як показали результати емпіричного дослідження, ті студенти, що розмовляють менше (до 10 раз на день), характеризуються тим, що в них рівень самопочуття протягом дня має певні коливання, які знаходяться в межах норми (від 4 до 4,8 ум. од.). Що ж стосується студентів, які розмовляють більше (від 10 до 30 разів на день), то в них цей показник має дещо іншу динаміку прояву протягом дня. Він зростає зранку та вдень, а ввечері має тенденцію до спаду. Але його значення теж знаходиться в межах даних, що характеризують норму (Рис. 1).

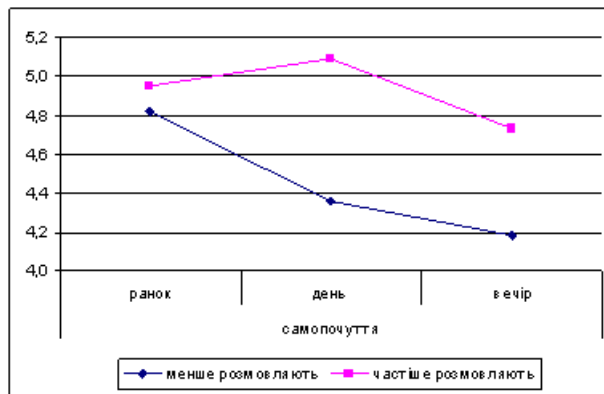


Рис.1. Середні значення показника "самопочуття" протягом дня в групах випробуваних, які відрізняються за частотою користування мобільним телефоном

Дещо інша картина фіксується за проявом показника активності, але приблизно з тією ж динамікою, яка позначалась вище. Зранку активність є незначно вищою в тих, хто частіше розмовляє, при цьому вона підвищується до середини дня, перевищуючи активність тих, хто менше розмовляє. Що ж стосується кінця дня, то тут в обох групах активність приходить до рівня, який фактично був на початку дня, з деяким зниженням у тих, хто менше розмовляє (Рис. 2).

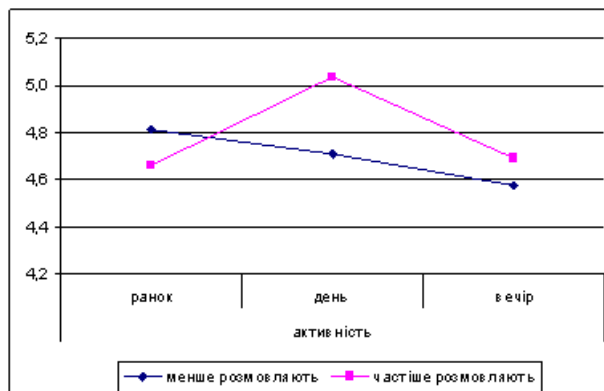


Рис.2. Середні значення показника "активність" протягом дня у групах випробуваних, які відрізняються за частотою користування мобільним телефоном

Стосовно даних за показником настрою ми можемо говорити, що він також, як і за попередніми проявами самопочуття та активності, має більш виражені значення в тих, хто частіше розмовляє по мобільному телефону (від 10 до 30 разів на день). У студентів, які менше розмовляють (менше 10 разів на день), настрої протягом дня знаходяться фактично на одному рівневі (Рис. 3).

З отриманих результатів, ми бачимо, що значення показників методики САН у тих, хто частіше розмовляє, знаходиться на межі переходу з середніх значень у високі. Тобто, можна припустити, що враховуючи вікові особливості студентів, така картина може бути нормальною. Але якщо припустити те, що тривалість використання мобільного телефону може бути збережена протягом десяти та більше років у такому режимі, то безперечно слід очікувати більш виражені зміни в проявах станів студентів. У той же час ці зміни можуть бути в бік як їх збереження, тобто нормалізації за умов адаптації людини до такої діяльності, або, як ми прогнозуємо, певних їх відхилень. При цьому останні можуть мати негативну тенденцію в прояві, що відображає небажаний вплив активного використання телефону на рівні певних невротичних проявів у змінах станів (Рис. 4).

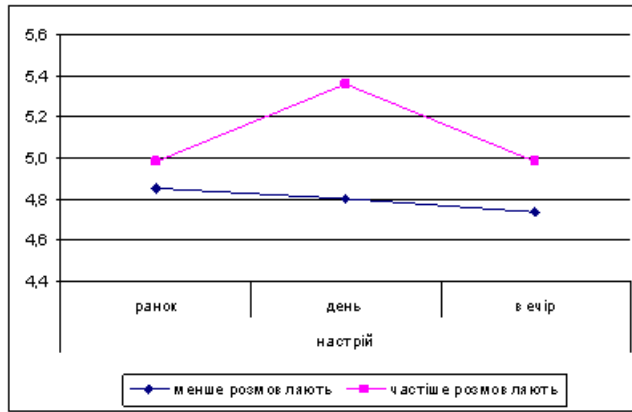


Рис.3. Середні значення показника "настрій" протягом дня у групах випробуваних, які відрізняються за частотою користування мобільним телефоном

Поглиблене вивчення динамічних особливостей емоційної сфери, показало, що прояв різних емоцій протягом дня має чітко виражені тенденції, які характеризуються тим, що: ті, хто менше розмовляє, зранку, вдень та ввечері мають нижчі значення у прояві емоцій радості та задоволення. Що ж до таких показників, які характеризують прояв злості, гніву, печалю, суму та байдужості, то вони мають більші значення в групі тих студентів, хто менше розмовляє, порівняно зі студентами, які розмовляють частіше (Рис. 5).

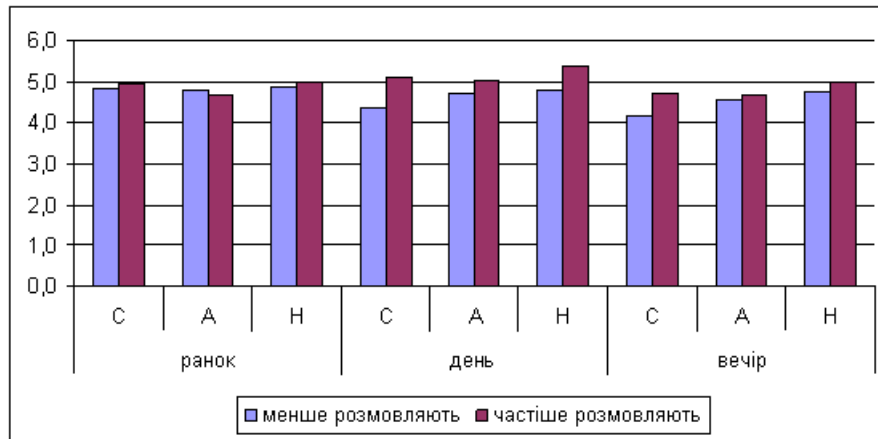


Рис. 4. Узагальнені середні значення показників за методикою САН протягом дня у групах випробуваних, які відрізняються за частотою користування мобільним телефоном

Така картина, на нашу думку, є природною, оскільки, як це відмічалось за попередніми даними, переважна більшість комунікативної взаємодії по телефону носить різну спрямованість, що відображається у відповідних емоціях.

У той же час, ми не можемо стверджувати, що дані значення є негативними для студентів, які частіше або рідше розмовляють по мобільному телефону. Тобто, ми приходимо до того, що конкретні прояви емоцій, які є невід'ємними у функціональних станах, про які ми говорили вище, мають ту ж прогностичну основу відносно можливого впливу факту використання мобільного телефону на психоемоційну сферу людини.

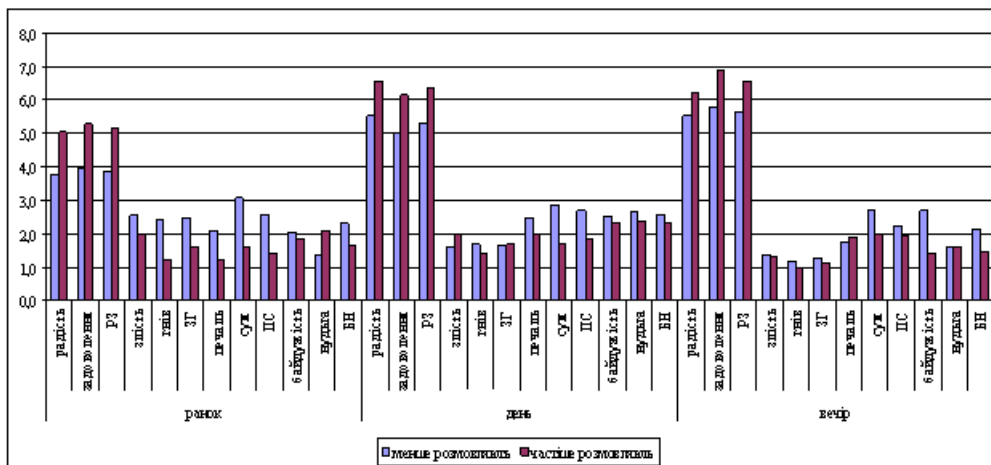


Рис. 5. Середні значення показників, що характеризують прояв емоцій протягом дня в групах випробуваних, які відрізняються за частотою користування мобільним телефоном

На основі отриманих результатів можна зробити попередні висновки.

1. Показано, що незважаючи на актуальність, проблема впливу мобільного телефону на психоемоційні стани людини є недостатньо дослідженою.
2. Виділено та побудовано комплекс методик, які дозволяють дослідити місце мобільного телефону в діяльності особистості студента та визначити його вплив на психоемоційні стани студента.

3. Умовно за результатами отриманих даних всіх обстежених студентів можна розділити на 2 групи: ті, хто розмовляє менше 10 раз на день, та ті, хто розмовляє від 10 до 30 разів на день .

4. Доведено, що показники, які характеризують використання мобільного телефону протягом дня, – його вплив на психоемоційну сферу, а також спрямованість використання мобільного телефону, – суттєво не відрізняються у вказаних вище групах.

5. Встановлено, що в студентів, які частіше використовують мобільний телефон, відносно тих, хто менше, психоемоційний стан є більш позитивним, що відображається в показниках, які характеризують самопочуття, настрої та активність.

Враховуючи отримані результати, на перспективу ми плануємо поглибити дослідження психоемоційних особливостей в аспекті розширення вибірки контингенту, а також задіяного комплексу методик.

ЛІТЕРАТУРА

1. Практическая психодиагностика / Сост. Д.Я. Райгородский. – Самара: "БАХРАХ-М", 2000. – 672 с.
2. Прохоров А.О. Психические состояния и их функции / А.О. Прохоров. – Казань, 1994.
3. Фетискин Н.П. Эмоциональное обеспечение учебной и трудовой деятельности / Н.П. Фетискин. – Кострома, 1990. – 107 с.
4. Чебыкин А.Я. Теория и методика эмоциональной регуляции учебной деятельности / А.Я. Чебыкин. – Одесса: Астропринт, 1999. – 158 с.
5. Электромагнитные поля и население (современное состояние проблемы) / [под общей редакцией профессора Ю.Г. Григорьева и А.Л. Васина]. – М. : Изд-во РУДН. 2003. – 116 с.
6. Katz, James E. (2006). "Magic in the Air: Spiritual and Transcendental Aspects of Mobiles." – Pp. 201-223 in K. Nyiri (ed.).
7. Здоровье человека и электромагнитное поле. [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://www.ecopole.ru/>
8. Мобильный помогает поднять самооценку. [Электронный ресурс] / Павленко И. // Режим доступа: <http://www.effecton.ru/667.html>
9. "Фантомные вибрации": новый психологический феномен. [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://lifeline.by/news/556.html>
10. Электронный ресурс // Режим доступа: http://www.eco-live.com.ua/content/book/66-vplivantrop_ogennikh-faktor%D1%96v-nazdorovya-lyudini?page=0.0

Подано до редакції 03.11.2010