

*О.П. Грицина, Е.Б. Анищенко,
Л.В. Транковская, Г.А. Тарасенко, Д.О. Полежаева*
**ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЭЛЕКТРОННЫХ
СРЕДСТВ КОММУНИКАЦИИ ОБУЧАЮЩИМИСЯ ВЫСШИХ
УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ**

ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России, каф. гигиены. г. Владивосток

Резюме. Определена актуальность и цель настоящего исследования, которая состояла в изучении особенностей использования электронных средств коммуникации, режима дня обучающихся высших учебных заведений г. Владивостока. Изучены предпочтения современных молодых людей в использовании различных электронных средств коммуникации, кратность и продолжительность их эксплуатации, проанализированы виды деятельности при работе с электронными гаджетами, самочувствие респондентов.

Ключевые слова: электронные средства коммуникации, гаджеты, обучающиеся вузов, самочувствие.

Актуальность. Невозможно отрицать, что мы живем в информационном, технологичном, динамично развивающемся обществе. В настоящее время около 93% вновь создаваемой информации, является цифровой, приемы получения и обмена информацией весьма разнообразны. Польза от информатизации, безусловно, неопределима для общества и цивилизации в целом [2, 4, 5].

Активность использования гаджетов населением неустанно растет и именно современная молодежь является основным восприимчивым контингентом. В переводе с английского языка, гаджет обозначает приспособление - портативная техническая новинка с цифровыми технологиями. К гаджетам относят: карманный компьютер, сотовый телефон, ноутбуки, часы, браслеты, электронные книги, универсальные плееры. Следует отметить, что при большом разнообразии существующих на рынке электронных устройств отсутствуют регламенты их использования, не сформирована культура применения электронных средств коммуникации. Не до конца изучено влияние электронных средств коммуникации на здоровье населения и молодежи в частности [3, 4, 5, 9, 10].

Многие авторы, проводившие исследования культуры взаимодействия современного общества с электронными устройствами, считают, что, к сожалению, в настоящее время, для многих из нас электронные средства коммуникации из повседневных помощников превращаются в своеобразный ящик Пандоры: в сети «Интернет» мы видим красивую, завлекательную, лишённую проблем и неприятностей виртуальную реальность, которая подменяет такие сложные, требующие ежедневных решений реалии жизни [4, 5].

Исследования, проведенные учеными Великобритании и США выявили, что 81% пользователей смартфонов не задумываясь, берут в руки телефон, который даже не звонил, чаще всего люди погружаются в гаджеты, когда стоят в очереди в супермаркете, в пробке, передвигаются в общественном транспорте, принимают пищу и даже когда останавливаются на светофоре, и принимают душ в ванной комнате. 70% американцев указали на то, что они не могут уснуть, если рядом нет телефона, некоторые пользователи стараются не отходить от своего телефона более чем на 1,5 метра. Кроме того, исследования ученых из США и Британии показали, что 44% опрошенных в

возрасте от 18 до 24 лет засыпают с телефоном в руке, достоверно установлено, что эти пользователи вдвое чаще страдали от расстройства сна. По мнению многих ученых, даже само наличие телефона в спальне может оказывать негативное воздействие на качество сна, так как именно молодёжь намного чаще ждет сообщений в различных мессенджерах и социальных сетях и готовы ответить на поступающие сообщения в любое время суток [6, 7, 8, 10].

Опираясь на многочисленные исследования ученые, врачи, психологи, педагоги выявили и обозначили следующие расстройства, связанные с применением электронных средств коммуникации: номофобия, синдром фантомного звонка, киберхондрия, киберболезнь, зависимость от социальных сетей, Facebook-депрессия, интернет-зависимость, «Эффект поисковой строки», изменённые состояния сознания и потеря способности полностью присутствовать в реальной жизни, искажение реальности, расстройства внимания, нарушения сна, потеря способности к эмпатии и эмоциональной связи с другими людьми, повышение эгоцентризма, изоляция от друзей и семьи в реальной жизни [1, 3, 4, 7, 8, 9, 10].

Изложенное определило актуальность и цель настоящего исследования, которая состояла в изучении особенностей использования электронных средств коммуникации, режима дня обучающихся высших учебных заведений г. Владивостока.

Материал и методы исследования. Для реализации цели было проведено анкетирование обучающихся высших учебных заведений (вузов) г. Владивостока по специально разработанной анкете. Всего в исследовании приняли участие 116 респондентов в возрасте 18-23 года: 67 девушек и 49 юношей. Были изучены предпочтения современных молодых людей в использовании различных электронных средств коммуникации (ЭСК), кратность и продолжительность их эксплуатации, проанализированы виды деятельности при работе с электронными гаджетами, самочувствие респондентов.

Полученные данные обработаны с применением метода параметрического и непараметрического анализа: рассчитывались средние арифметические значения (M), стандартные ошибки среднего значения (m), средние квадратичные (стандартные) отклонения (σ), относительные величины (P), ошибки относительных величин (mp), при сравнительном анализе изученных показателей применялся t-критерий Стьюдента и критерий Пирсона χ^2 ; для изучения взаимосвязи признаков выполняли параметрический корреляционный анализ Пирсона (r). В исследовании проверялась статистическая значимость полученных коэффициентов с указанием достигнутого уровня значимости (p) и фактическим значением критерия. При статистической обработке полученных материалов использован пакет прикладных программ Statistica 10.0 в операционной среде Windows-2010.

Полученные результаты и их обсуждение. Установлено, что все обучающиеся вузов каждый день пользовались мобильным телефоном. Наряду с телефоном $47,28 \pm 4,41\%$ опрошенных ежедневно использовали еще один гаджет, $27,56 \pm 4,15\%$ – два ЭСК, $16,34 \pm 3,44\%$ – три устройства и лишь для $8,82 \pm 2,61\%$ сотовый телефон был единственным средством коммуникации. При этом значимо больше респондентов в

качестве дополнительного ЭСК отдавали предпочтение работе с ноутбуком, чем с планшетом или электронной книгой и персональным компьютером (ПК) ($58,18 \pm 6,65\%$ против $29,09 \pm 6,12\%$, $\chi^2=9,46$, $p<0,05$ и $12,73 \pm 4,49\%$, $\chi^2=24,82$, $p<0,001$ соответственно). Средняя продолжительность использования обучающимися ЭСК в день составляла $5,69 \pm 1,53$ часов, $5,83 \pm 2,01$ в учебные дни и $5,52 \pm 1,81$ – в выходные ($p>0,05$). Анализ приоритета видов деятельности с использованием ЭСК показал, что большинство опрошенных ($81,03 \pm 3,64\%$) использовали гаджеты в учебных целях, $76,72 \pm 3,92\%$ – для общения с другими пользователями, $66,38 \pm 4,39\%$ – для просмотра видео и прослушивания музыки, $58,62 \pm 4,57\%$ – для чтения художественной литературы, $25,86 \pm 4,07\%$ – для сетевых компьютерных игр.

При изучении самочувствия определено, что $72,41 \pm 4,15\%$ опрошенных предъявляли различные жалобы после работы с ЭСК. Первое ранговое место среди жалоб у участников опроса занимало ощущение тяжести в голове ($45,69 \pm 4,63\%$), второе – ощущение песка в глазах ($39,66 \pm 4,54\%$), третье – усталость глаз ($35,34 \pm 4,43\%$) (таблица).

Таблица

Ранговое распределение жалоб на самочувствие у пользователей ЭСК

Жалобы	Частота встречаемости среди участников опроса ($P \pm mp, \%$)
Ощущение тяжести в голове	$45,69 \pm 4,63$
Ощущение песка в глазах	$39,66 \pm 4,54$
Усталость глаз	$35,34 \pm 4,43$
Расплывчатость изображения	$27,59 \pm 4,15$
Усталость, боль в шее	$24,14 \pm 3,97$
Ощущение мельканий перед глазами	$23,28 \pm 3,92$
Усталость, боль в спине	$21,55 \pm 3,82$
Боли в области глаз	$15,52 \pm 3,36$
Головные боли	$13,79 \pm 3,2$
Усталость, напряжение в руках	$10,34 \pm 2,83$
Шум и заложенность в ушах	$6,03 \pm 2,21$

Определено, что перечисленные жалобы возникают уже через час непрерывной работы у значимо большего числа опрошенных, работающих с ноутбуком, чем с компьютером и планшетом или электронной книгой ($21,55 \pm 3,82\%$ против $10,34 \pm 2,83$, $\chi^2=5,43$, $p<0,05$ и $5,17 \pm 2,06$, $\chi^2=13,44$, $p<0,001$). Корреляционный анализ показал наличие связи длительности работы с ЭСК и возникновением жалоб у участников опроса ($r=0,523$, $p<0,001$).

Выводы. Таким образом, установлено, что наиболее популярным средством коммуникации среди обучающихся вузов является сотовый телефон. Совместно с сотовым телефоном большинство опрошенных ежедневно использует ноутбук. Средняя продолжительность работы с ЭСК у современных студентов составляет около шести часов в день, как в учебные дни, так и в выходные, что может быть обусловлено высокой интенсивностью учебного процесса и широким использованием различных электронных ресурсов в образовательном процессе. Самый приоритетный вид

деятельности с помощью гаджетов – подготовка к занятиям. Ведущими наращениями самочувствия у респондентов были ощущение тяжести в голове, ощущение песка в глазах, усталость глаз. Определена связь времени использования ЭСК и наличием жалоб на самочувствие.

Литература.

1. Панишева А.А. Коммуникативное взаимодействие с гаджетами / Панишева А.А. // Вестник научных конференций. 2016. № 1-5 (5). С. 142-143.
2. Голенко И.В. Использование гаджетов в процессе обучения, как инструмент управления качеством образования / Голенко И.В. // Новая наука: От идеи к результату. 2016. № 6-1 (90). С. 163-165.
3. Стародубцев Д.Е. Применение гаджетов в учебном процессе / Стародубцев Д.Е. // В сборнике: Информационные и педагогические технологии в современном образовательном учреждении материалы VII Всероссийской научно-практической конференции. 2016. С. 178-180.
4. Вахтомова Е.М. К вопросу о влиянии интернета и гаджетов на качество обучения первокурсников вуза физической культуры / Вахтомова Е.М. // В сборнике: Перспективы развития научных исследований в 21 веке сборник материалов XI Международная научно-практическая конференция. 2016. С. 140-44.
5. Преображенский А. В. Влияние информационных технологий на молодых людей / А. В. Преображенский // Моделирование, оптимизация и информационные технологии. Электронный научный журнал. 2015. № 3(10).
6. Локотков В.П. Роль гаджетов в образовательном процессе студентов / Локотков В.П. // В сборнике: Социально-гуманитарные проблемы образования и профессиональной самореализации сборник материалов Всероссийского научного форума молодых исследователей. 2016. С. 126-129.
7. Протопопова С.В. Анализ применения гаджетов студентами в образовательном процессе / Протопопова С.В., Макаренко Т.А. // Научно-методический электронный журнал Концепт. 2017. № Т32. С. 264-267.
8. Антонов А.В. Влияние электронных устройств (гаджетов) на образовательный процесс учреждения среднего профессионального образования / Антонов А.В. // В сборнике: Современное образование: плюсы, минусы и перспективы материалы VIII международной научно-практической конференции. Институт управления и социально-экономического развития; Саратовский государственный технический университет. 2017. С. 14-17.
9. Титова В.В. Киберпатология: результаты исследования и пути профилактики / Титова В.В. // Вестник Московского государственного областного университета (электронный журнал). 2017. № 4.
10. Место гаджетов в образе жизни современных школьников и студентов // Скоблина Н.А., Милушкина О.Ю., Татаринчик А.А., Федотов Д.М. // Здоровье населения и среда обитания. 2017. № 7 (292). С. 41-43.

Abstract.

O.P. Gritsinf, E.B. Anishchenko, L.V. Trankovskaya, G.A. Tarasenko, D.O. Polezhaeva
FEATURES OF USE OF ELECTRONIC MEANS OF COMMUNICATION TRAINED BY HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

Pacific State Medical University, Dep. of Hygiene. Vladivostok

The relevance and purpose of this study, which consisted in studying the features of using electronic means of communication, the day regime of students of higher educational institutions of Vladivostok, is determined. The preferences of modern young people in the use of various electronic means of communication, the frequency and duration of their operation are studied, the types of activities when working with electronic gadgets, the well-being of respondents are analyzed.

Keywords: electronic communications, gadgets, university students, well-being.

References.

1. Panisheva A. A. Communicative interaction with gadgets / Panisheva A. A. // Bulletin of scientific conferences. 2016. # 1-5 (5). Pp. 142-143.
2. Golenko I. V. The use of gadgets in the learning process as a tool for managing the quality of education / Golenko I. V. // New science: from idea to result. 2016. # 6-1 (90). Pp. 163-165.
3. Starodubtsev D. E. Application of gadgets in the educational process / Starodubtsev D. E. // in the collection: Information and pedagogical technologies in a modern educational institution materials of the VII all-Russian scientific and practical conference. 2016. Pp. 178-180.
4. Vakhtomova E. M. On the impact of the Internet and gadgets on the quality of training of first-year students of the University of physical culture / Vakhtomova E. M. // in the collection: Prospects for the development of scientific research in the 21st century collection of materials XI international scientific and practical conference. 2016. Pp. 140-44.
5. Preobrazhensky, A.V. Influence of information technologies on young people / A.V. Preobrazhensky // Modeling, optimization and information technologies. Electronic scientific journal. 2015. No. 3(10).
6. Lokotkov V. P. the Role of gadgets in the educational process of students / Lokotkov V. P. // in the collection: Socio-humanitarian problems of education and professional self-realization collection of materials of the all-Russian scientific forum of young researchers. 2016. Pp. 126-129.
7. Protopopova S. V. Analysis of the use of gadgets by students in the educational process / Protopopova S. V., Makarenko T. A. // Scientific and methodological electronic journal Concept. 2017. No. T32. Pp. 264-267.
8. Antonov A.V. Influence of electronic devices (gadgets) on the educational process of secondary vocational education institutions / Antonov A.V. // in the collection: MODERN EDUCATION: PROS, CONS AND PROSPECTS materials of the VIII international scientific and practical conference. Institute of management and socio-economic development; Saratov state technical University. 2017. Pp. 14-17.
9. Titova V. V. Cyberpathology: results of research and ways of prevention / Titova V. V. // Bulletin of the Moscow state regional University (electronic journal). 2017. # 4.
10. The place of gadgets in the lifestyle of modern schoolchildren and students // Skoblina N. A., Milushkina O. Yu., Tatarinchik A. A., Fedotov D. M. // Health of the population and environment. 2017. No. 7 (292). Pp. 41-43.

Сведения об авторах: Грицина Ольга Павловна – к.м.н. доцент кафедры гигиены ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России g2010o@mail.ru; Анищенко Елена Борисовна – к.м.н. доцент кафедры гигиены ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России e-b-1979@mail.ru; Транковская Лидия Викторовна – д.м.н. профессор заведующий кафедрой гигиены ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России trankovskaya@mail.ru; Тарасенко Галина Алексеевна – к.м.н. доцент кафедры гигиены ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России trankovskaya@mail.ru; Полежаева Дарья Олеговна – студент ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России polezhaeva.99@mail.ru/

Цитировать: Особенности использования электронных средств коммуникации обучающимися высших учебных заведений / О.П. Грицина, Е.Б. Анищенко, Л.В. Транковская, Г.А. Тарасенко, Д.О. Полежаева // Научно-медицинский вестник Центрального Черноземья. – 2020 – № 79 – С. 16-20.

