

геополитической обстановки и стремительной глобализации. Тем самым подрастающее поколение определяет будущую силу нашей страны!

Литература.

1. Влияние цифровых коммуникационных технологий на формирование патриотических ценностей у молодежи: социологический анализ // Cyberleninka. – URL : <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-tsifrovyyh-kommunikatsionnyh-tehnologiy-na-formirovanie-patrioticheskikh-tsennostey-u-molodezhi-sotsiologicheskiiy-analiz> (дата обращения : 15.03.2026).

2. Закон Республики Беларусь от 3 апреля 2024 г. № 363-З «Об изменении законов по вопросам обеспечения национальной безопасности» // Национальный центр законодательства и правовой информации Республики Беларусь, 2003-2026. – URL : <https://pravo.by/document/?guid=12551&p0=C22100773&p1=1&p5=0> (дата обращения : 16.03.2026).

3. О Программе патриотического воспитания населения Республики Беларусь на 2022–2025 годы // Национальный центр законодательства и правовой информации Республики Беларусь, 2003-2026. – URL : <https://pravo.by/document/?guid=12551&p0=C22100773&p1=1&p5=0> (дата обращения : 16.03.2026).

УДК 159.9:004.738.5

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ ЦИФРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ ПРИ ЛИШЕНИИ СМАРТФОНА

Цветков М.Н.

Научный руководитель - Казанская Е.А.

ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России,
г. Санкт-Петербург, Российская Федерация

*Исследуются психофизиологические реакции студентов на ограничение взаимодействия с мобильными устройствами. На базе проведенного исследования анализируется феномен «цифровой абстиненции», проявляющийся в смене эмоционального фона и ухудшении соматических показателей. Выявлена высокая распространенность аддиктивного поведения, что подтверждается не только временными характеристиками использования гаджетов, но и выраженными негативными реакциями организма на их отсутствие. Обосновывается связь между смартфонной зависимостью и дестабилизацией психоэмоционального статуса студентов. **Ключевые слова:** цифровая зависимость, смартфонная аддикция, тревожность, студенты-медики, абстинентный синдром, соматическое самочувствие, психофизиология.*

PSYCHOPHYSIOLOGICAL MANIFESTATIONS OF DIGITAL ADDICTION IN CASE OF SMARTPHONE DEPRIVATION

Tsvetkov M.N.

Supervisor - Kazanskaya E.A.

North-Western State Medical University named after I. I. Mechnikov,
Saint Petersburg, Russian Federation

*The article explores the psychophysiological reactions of students to the restriction of interaction with mobile devices. Based on the conducted research, the phenomenon of «digital abstinence» is analyzed, which manifests itself in changes in the emotional background and deterioration of somatic indicators. The study reveals a high prevalence of addictive behavior, which is confirmed not only by the temporal characteristics of gadget usage, but also by the pronounced negative reactions of the body to their absence. The article substantiates the connection between smartphone addiction and the destabilization of students' psychoemotional status. **Keywords:** digital addiction, smartphone addiction, anxiety, medical students, withdrawal syndrome, somatic well-being, psychophysiology.*

Введение. Проблема аддиктивного поведения в цифровой среде давно вышла за рамки психологических дискуссий и перешла в клиническую психофизиологию. Для современного студента смартфон перестал быть просто внешним объектом; он фактически интегрирован в структуру личности как инструмент регуляции эмоций, коммуникации и когнитивной деятельности. Однако такая глубокая связь имеет свою цену — формирование физиологической привязанности, механизмы которой во многом схожи с классическими формами зависимостей.

Материалы и методы исследований. В исследовании приняли участие 47 студентов 1 курса (поток В) лечебного факультета СЗГМУ им. И.И. Мечникова в возрасте от 18 до 25 лет. Методический аппарат включал в себя авторский опросник, направленный на выявление поведенческих паттернов использования гаджетов, и краткую версию международной шкалы смартфонной зависимости (The Smartphone Addiction Scale - SAS). Основной фокус анализа был сделан на блоке вопросов, описывающих состояние респондентов в ситуациях невозможности использования устройства (отсутствие сети, разрядка аккумулятора, запрет на использование на занятиях).

Результаты исследований. Результаты исследования говорят о том, что для подавляющего большинства студентов взаимодействие со смартфоном приобрело характер влечения. 58% респондентов признают, что часто испытывают непреодолимую тягу взять устройство в руки, даже если в этом нет объективной необходимости. Еще более показательным является то, что 43% студентов не могут отказаться от использования гаджета даже в ситуациях, когда это легко осуществимо. Это указывает на

потерю волевого контроля над поведением, что является базовым критерием аддикции.

Наиболее значимые данные были получены при анализе состояния студентов в период отсутствия доступа к смартфону. Согласно полученным результатам, 87% опрошенных сталкиваются с резкой трансформацией настроения в сторону негативного спектра. Основными проявлениями становятся тревожность и немотивированная агрессивность. С точки зрения психофизиологии, это может быть интерпретировано как реакция на разрыв привычной сенсорной стимуляции: мозг, привыкший к постоянному потоку «дешевого» дофамина из сети, при его отсутствии переходит в состояние стресса, активируя симпатoadреналовую систему.

Особую тревогу вызывают показатели соматического (физического) здоровья. 70% студентов подтвердили, что лишение смартфона вызывает у них реальное ухудшение общего самочувствия. Тот факт, что отсутствие неодушевленного предмета вызывает столь выраженный телесный отклик у здоровых молодых людей, говорит о глубокой психосоматической вовлеченности в цифровую среду.

Анализ по шкале SAS подтвердил эти наблюдения: высокая и средняя степень зависимости выявлена у 45% опрошенных. Для этой группы студентов смартфон выступает не инструментом, а необходимым условием психологического комфорта. Увеличение времени использования устройства по сравнению с запланированным (отмечено у 98% респондентов) свидетельствует о феномене «потери ориентации во времени», что характерно для измененных состояний сознания при глубоком погружении в виртуальный контент.

Обсуждая полученные результаты, важно подчеркнуть, что студенты осознают негативное влияние гаджета. 83% респондентов отмечают снижение концентрации внимания, а более 60% — ухудшение памяти. Однако, несмотря на это осознание, потребность в цифровом стимуле остается доминирующей. Сформировавшийся «цифровой абстинентный синдром» заставляет студентов возвращаться к смартфону снова и снова, чтобы купировать неприятные физические и эмоциональные ощущения, возникающие при отсутствии доступа к устройству. Таким образом, формируется замкнутый патологический круг: цифровая нагрузка истощает нервную систему, а попытки «отдохнуть» или снять стресс с помощью того же смартфона лишь усугубляют психофизиологический дисбаланс.

Заключение. Результаты исследования позволяют утверждать, что цифровая зависимость среди студентов медицинского вуза имеет выраженную психофизиологическую симптоматику. У 87% обучающихся лишение гаджета провоцирует развитие острых негативных эмоциональных состояний (тревога, агрессия), а у 70% — соматические жалобы. Это говорит о том, что смартфонная аддикция является мощным фактором дестабилизации здоровья, вызывающим реакции, сопоставимые с абстинентным синдромом. Учитывая, что 81% студентов используют

смартфон более 5 часов в день, можно говорить о системном риске для их психофизиологического состояния. Необходим поиск методов коррекции данного состояния, направленных на психологическую разгрузку и на восстановление баланса организма в условиях цифровой среды.

Литература.

1. Авдеева, Е. А. Влияние цифровой электронной среды на когнитивные функции школьников и студентов / Е. А. Авдеева, О. А. Корнилова // КВТиП. – 2022. – № S3. – URL : <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-tsifrovoy-elektronnoy-sredy-na-kognitivnye-funktsii-shkolnikov-i-studentov> (дата обращения: 22.03.2026).

2. Влияние цифровой среды на умственную работоспособность и мышление учащихся / Е. С. Богомолова, К. А. Лангуев, Н. В. Котова, Е. В. Лангуева // Наука и школа.- 2022. - №1. -URL : <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-tsifrovoy-sredy-na-umstvennuyu-rabotosposobnost-i-myshlenie-uchaschihsya> (дата обращения: 22.03.2026).

3. The brain in your pocket: evidence that smartphones are used to supplant thinking / N. Barr, G. Pennycook, J. A. Stolz [et al.] // Comput. HumanBehav. – 2015. – Vol. 48. – P. 473–480.

УДК 354

ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ: ОТВЕТСТВЕННОСТЬ, АВТОНОМИЯ И БУДУЩЕЕ ТРУДА

Щебелёва Д.И.

Научный руководитель – Климентьева И.А.

УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия
ветеринарной медицины», г. Витебск, Республика Беларусь

*В статье анализируются три главные этические проблемы искусственного интеллекта: кто отвечает за действия автономных систем, как сохранить свободу человека и как справедливо решить проблему замены людей на рабочих местах. Доказывается, что для их решения нужен новый подход, объединяющий философию, право и экономику, а также новые правила для регулирования ИИ. **Ключевые слова:** искусственный интеллект (ИИ), доктрина строгой ответственности, распределенная моральная агентность, автономия ИИ.*

ARTIFICIAL INTELLIGENCE: RESPONSIBILITY, AUTONOMY, AND THE FUTURE OF WORK

Shchebeleva D.I.

Scientific supervisor – Klimentyeva I.A.

Vitebsk State Academy of Veterinary Medicine, Vitebsk, Republic of Belarus