

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДОВ ДИАГНОСТИЧЕСКОГО ПСИХОТЕСТИРОВАНИЯ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ ВЛИЯНИЯ ГАДЖЕТОВ НА УМСТВЕННУЮ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ МОЛОДЕЖИ**

**Алепко А.В., Комар Я.В.**

Научные руководители – доцент, к.м.н. Сивакова С.П.\*, старший преподаватель Смирнова Г.Д.\*\*.

Кафедра общей гигиены и экологии\*

Кафедра лучевой диагностики и лучевой терапии\*\*

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Гродно, Беларусь

## **THE USE OF DIAGNOSTIC PSYCHO-TESTING METHODS TO STUDY THE IMPACT OF GADGETS ON THE MENTAL PERFORMANCE OF YOUNG PEOPLE**

**Alepko A.V., Komar Y.V.**

Scientific supervisor – assistant professor, candidate of medical sciences Sivakova S.P.\*, senior teacher Smirnova G.D. \*\*

Department of General hygiene and Ecology\*

Department of Radiodiagnostics and Radiotherapy\*\*

The Grodno State Medical University,

Grodno, Belarus

**Актуальность.** Научно-технический прогресс, с одной стороны, позволил человечеству защититься от многих заболеваний, но, с другой стороны, привел к возникновению новых рисков, связанных с зависимостью от технических устройств. Современные технические устройства, такие как, мобильные телефоны и смартфоны, могут оказать негативное влияние на функциональное состояние студентов [1].

**Цель работы.** Изучить влияние гаджетов на умственную способность молодежи.

**Материалы и методы.** В исследовании принимало участие 32 человека в возрасте от 18 до 20 лет. Результаты были обработаны в программе «Excel 10.0».

**Результаты.** Ухудшение показателей умственной работоспособности наблюдалось у большинства респондентов после часового использования гаджетов. Результаты диагностики теста на концентрацию внимания (методика Мюнстерберга) показали, что при постоянном пользовании гаджетами у молодежи ухудшается концентрация внимание: после часового использования гаджетов показатели снизились. Аналогично снизились показатели средней величины подвижности нервных процессов и их динамики в «Теппинг-тесте». Характеристика типов расположения и количества точек показала, что у большинства респондентов преобладал ровный тип *средней характеристики нервной системы, однако после часового использования гаджетов результаты практически у всех изменились.*

**Вывод.** Как показали результаты исследований, чрезмерное использование студентами современных гаджетов, особенно смартфонов, увлечение современными технологиями значительно изменяет их самочувствие. При этом изменения носят негативный характер, они оказывают отрицательное воздействие на функциональное состояние организма, нарушают сон, снижают работоспособность к учебной деятельности и повышают тревожность.

### **Литература**

1) Гурьев, С.В. Воздействие гаджетов на физическое состояние студентов / С.В. Гурьев // NovaInfo. – 2017. – № 71. – С. 116-119.