

Л.М. Гитихмаева<sup>1</sup>  
Ш.С. Демисенова<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан  
<sup>2</sup>Костанайский региональный университет имени А.Байтурсынова, Костанай, Казахстан  
(E-mail: enu.psychologists@gmail.com, shnar15@mail.ru)

## Экспериментальный потенциал применения фокус-групп при исследовании номофобии студенческой молодежи

**Аннотация.** Статья посвящена исследованию возможностей применения метода фокус-групп для изучения номофобии у студенческой молодежи Казахстана.

Актуальность данного исследования определяется активным использованием мобильных гаджетов по всему миру, их включением во все сферы активности человека, увеличением количества пользователей, расширением возможностей современных мобильных устройств и увеличением времени, затрачиваемым на взаимодействие с сотовым телефоном. В статье рассмотрены методы исследования номофобии, приведены результаты исследования номофобии молодежи Казахстана. Новизна исследования состоит в первой попытке применения метода фокус-групп для получения расширенной информации о проявлении номофобии в молодежной среде. В статье представлены результаты шести фокус-групп, проведенных со студентами двух университетов Казахстана: Евразийского Национального университета им. Л.Н.Гумилева (г. Нур-Султан) и Казахской Академии труда и социальных отношений (г. Алматы). Фокус-группы были посвящены изучению 10 вопросов о степени проявления номофобии молодежи, ее личностных предикторах, связи с другими гаджетами и интернет - аддикцией, механизмах, регулирующих степень ее проявления у молодежи. Описана процедура проведения исследования и полученные результаты. После анализа данных в статье приводится анализ самого метода фокус-группы как инструмента получения данных о номофобии молодежи Казахстана, ставятся цели дальнейшего исследования номофобии.

**Ключевые слова:** номофобия, гаджет, телефонная зависимость, зависимость, фокус-группа, молодежь.

DOI: <https://doi.org/10.32523/2616-6895-2022-141-4-453-463>

### Введение

В эпоху стремительной цифровизации, расширения сфер применения и увеличения возможностей гаджетов, в современном обществе почти не осталось людей без мобильных телефонов, объединяющих в настоящий момент функциональные возможности большого количества предметов (стационарный телефон, фото - видеокамера, часы, калькулятор, будильник, банковская карточка, запис-

ная книжка, электронная книга и т. д.). Сотовый телефон в режиме реального времени так же позволяет быть связанными практически со всеми событиями, происходящими в стране и мире, открывает доступ к ресурсам сети интернет: социальным сетям и свободным источникам информации через поисковые системы [1, 2].

При таком расширении человеческих возможностей, предоставляемых телефоном, психологи всего мира отмечают возникнове-

ние нового вида зависимости: зависимости от сотового телефона – номофобии.

Номофобия считается расстройством современного цифрового и виртуального общества и относится к дискомфорту, беспокойству, нервозности, тоске и патологическому страху, вызванным отсутствием контакта с мобильным телефоном или компьютером [2].

В настоящий момент можно проследить несколько оснований, на которых строится исследование номофобии по всему миру. Номофобия рассматривается как:

- проблематичное, дисфункциональное использование сотового телефона (В. Е. Ионова, Н. С. Голова) [3];
- форма поведенческой зависимости (Kumar Ravi, Kumari Supriya, Bharti Puja, Sharma Divyam, И.М.Городецкая, И.Р. Исламгулов и др.) [4, 5];
- нехимическая зависимость в группе технологических аддикций (А.Ю. Егоров, М.Н. Кунанбаева, Н.К.Токсанбаева, Д.Мендыбаева и др.) [6, 7];
- специфический вид электронного аутизма (И.Л.Андреев, Л.Н.Назарова) [8, ст.115];
- клиническая патология (Hao Lei) [8, ст.117];
- новый вид социальных фобий (Nicola Luigi Bragazzi, Giovanni Del Puente) [9];
- ситуационная фобия (A. Leon-Mejía, E. Calvete, C. Patino-Alonso, J.M. Machimbarrena, J. Gonzalez-Cabrera) [10];

При различии в понимании причин и функциональных проявлений номофобии основным методом исследования остается анкета, разработанная исследователями университета штата Айова в 2008 году (Caglar Yildirim, Ana – Paula Correia) [11,12]. Анкета включает вопросы, направленные на изучение поведенческих аспектов взаимодействия с мобильным телефоном, частоты этого взаимодействия и реакций, вызванных его отсутствием.

Анкетирование и массовые опросы, проводимые исследователями всего мира, позволяют в цифровом виде отследить проявления номофобии и дают представление о степени номофобии: мягкой, средней и тяжелой. В настоящий момент активно используется евро-

пейская, португальская, испанская, турецкая и корейская версия данного опросника, коррелируемая в исследованиях с показателями шкалы депрессии, тревожности, стресса, снижения самооценки и самоконтроля, проблемами со сном, с качеством жизни и удовлетворенностью ею и другими критериями оценки [13].

При этом широкий круг вопросов остается без ответов, и не все показатели взаимодействия с сотовым телефоном отражены в вопросах анкеты, поэтому нами было выдвинуто предположение, что метод фокус-групп также может быть использован для сбора информации при исследовании номофобии.

Аналитическим центром НАФИ дается следующее определение фокус-групп: «Фокус-группа – метод качественного исследования для расширенного изучения целевой аудитории. Это групповое глубинное интервью, в ходе которого определяются доминирующее социальное настроение, отношение участников к острым вопросам, причины и мотивы этого отношения» [14].

Опираясь на идеи С.А. Белановского и Д. В. Тюрина о структуре группового исследования, для изучения номофобии была составлена программа подготовки фокус групп, реализованная в проведенном исследовании [15].

## Основная часть

Для исследования качественных характеристик проявления номофобии у молодежи были проведены шесть фокус-групп со студентами Евразийского Национального университета им. Л.Н.Гумилева и Казахской Академии труда и социальных отношений.

Возрастной диапазон всех участников – от 18 до 22 лет.

По социальному статусу все участники фокус – групп – студенты очных отделений университетов.

По гендерному и количественному составу группы представлены следующим образом:

1. 1 группа – 7 участников, из них четыре девушки, трое юношей;
2. 2 группа – 8 участников, из них шесть девушек, двое юношей;

3. 3 группа - 12 участников, из них девять девушек, трое юношей;
4. 4 группа – 8 участников, из них пять девушек, трое юношей;
5. 5 группа – 11 участников, из них девять девушек, двое парней;
6. 6 группа – 9 участников, из них три девушки, шесть парней.

Общий объем выборки респондентов, принявших участие в фокус-группах - 55 человек.

### Методология и методы

Методом исследования стали фокус-группы, которые позволили получить от респондентов подробные, описательные ответы.

Для проведения фокус - групп была проведена предварительная подготовка, заключающаяся в определении цели и задач проведения фокус – групп, определен количественный и качественный состав участников фокус групп, обозначено место и время проведения исследования, выбраны две его формы (онлайн и офлайн).

Три фокус - группы были проведены с личным присутствием участников, три группы в онлайн - формате, через программу ZOOM. В каждой группе время проведения – 1,5 часа, количество вопросов для обсуждения и сбора информации – 10 вопросов. Все участники оповещены о цели проведения фокус-групп, согласие участников на освещение результатов исследования получено.

### Результаты исследования

В результате проведения фокус-групп были получены следующие данные, представленные нами в описательном варианте с приведением фраз респондентов.

1. Для описания места сотового телефона в собственной жизни, респонденты используют эпитеты «важное», «неотъемлемое», «помогающее», «третья рука», «мое всё», «90% жизни», «повседневное», «часть жизни», «палочка-выручалочка».

Отмечают, что «без телефона в настоящее время трудно», «много функций для жизни

ни - все нужные», «телефон создает фон для жизни», «самое удобное сейчас», «а разве есть люди вообще без связи?». Телефон при этом оценивается как «средство занятия своего времени», «способ преодоления одиночества», «связь, в первую очередь, связь с миром». В целом, место телефона в собственной жизни респонденты обозначают в эпитетах «огромное и большое».

2. При описании ассоциативного восприятия сотового телефона из ответов респондентов можно составить две группы:

- функциональное восприятие: «связь», «информация», «функциональность», «интернет», «развлечение», «музыка», «вещь» и т.д.
- эмоциональное восприятие: «моя жизнь», «пустое время», «помощник», «любовь», «друзья», «зависимость», «необходимость» и т.д.

Участниками фокус-групп в равной степени были представлены и функциональные и эмоциональные описания сотовых телефонов.

При оценке сотового телефона с помощью прилагательного наиболее часто использовались слова «удобный», «надежный», «универсальный», «полезный», «интересный», «дорогой», «обычный», «необходимый», «грузящий», «информативный».

При использовании определения «ценный» закладывалась ценность как физической вещи, так и тех возможностей, которые эта вещь предоставляет.

Можно отметить, что гендерных различий в функциональных и эмоциональных описаниях сотовых телефонов выявлено не было.

3. При описании функциональных возможностей телефона, которые активно используются современной молодежью, можно выделить наиболее упоминаемые:

- осуществление звонков, поддержание связи с обществом, родственниками, друзьями, одноклассниками, преподавателями, виртуальными знакомыми;
- использование ресурсов социальных сетей для написания сообщений, в основном, ресурсы ВК и WhatsApp. Причем можно отметить, что сообщения, заложенные в тарифные планы операторов, практически не использу-

ются респондентами (из всей выборки – одно упоминание использования смс-сообщений);

- использование карт и навигации от программ сети Интернет, при этом большинство респондентов отмечают, что даже в знакомые места ходят по навигатору, отслеживают собственное передвижение при поездках на автобусе или передвижении по городу. Можно отметить, что ресурсы навигации используются как респондентами женского, так и мужского пола. Несколькими респондентами отмечено, что Google maps, Яндекс навигатор, 2ГИС «спасают, а то давно бы потерялась», «всегда хожу по навигатору - он дает уверенность и надежность». При этом можно отметить, что все респонденты всех шести групп на прямой вопрос об использовании навигатора ответили утвердительно, хотя в описании своих действий с телефоном не все указали этот способ использования сотового телефона;

- прослушивание музыки, причем музыки и из ресурсов социальных сетей, и из собственных карт памяти телефонов. «Я без музыки не могу», «всегда играет», «не выхожу из дома без музыки в ушах», при этом все респонденты отмечают, что в их телефонах есть альбомы с музыкой, которые включаются «под настроение или если нет сети»;

- использование программ для обучения. При этом можно отметить, что группы респондентов, включенных в проведение онлайн фокус групп, все выходили в программу ZOOM с помощью сотовых телефонов, не используя компьютеры или ноутбуки. На вопрос о причинах использования телефона отмечали, что «больше возможностей перемещения», «могу что-то делать параллельно», «не привязан к дому и к столу», «так удобнее». Программы для обучения – это не только программы для организации учебного процесса в университете, такие как, например, ZOOM и Microsoft TEAMS, это программы и для собственного обучения, например, для изучения иностранных языков. Программы появились на телефонах в связи с обучением в дистанционном формате, ранее не были использованы и «не было интереса так учиться», хотя сейчас эти обучающие платформы рассматриваются как «ресурсы для развития»;

- просмотр ленты новостей и ленты социальных сетей. Можно отметить, что участники фокус-групп отметили, что просмотр ленты новостей – это недавно приобретенная привычка, но сейчас она осуществляется со сниженным уровнем саморегуляции «на автомате смотрю новости», «могу залипнуть на ленте новостей на половину дня», «понимаю, что бесполезно, но новости читаю каждый день». При этом лента социальных сетей так же просматривается ежедневно;

- использование телефона для работы. У нескольких респондентов большое количество времени в сотовом телефоне посвящено решению рабочих вопросов, связанных с выполнением рабочих функциональных обязанностей – обзвон клиентов, создание медиа - контента, формирование баз данных. Они отмечают, что для них телефон «это средство, которое дает деньги», а работа в социальных сетях «возможность показать себя», но при этом «после работы на телефон смотреть не могу», «вечером выключаю, чтобы отдохнуть от него»;

- оформление заказов. При этом, можно отметить, что это могут быть заказ еды, вещей («вещи для быта»), лекарств, такси, различных услуг (мастеров по ремонту, по уходу за телом, услуг создания красоты). Заказы так же могут осуществляться через интернет-магазины или с использованием социальных сетей. Участники фокус-групп отметили, что «сейчас из дома можно не выходить – все привезут». Можно отметить, что данный пункт в основном упоминался работающими студентами, теми, кто имеет собственный доход и самостоятельно им распоряжается, для остальных участников данные возможности телефона не вызвали интерес;

- использование банковских приложений: «у меня все деньги на карточке, налички нет совсем, не выхожу без телефона никуда». При этом можно отметить, что, хотя банковские приложения есть на сотовых телефонах всех участников фокус-групп, большинство не упоминает об их использовании, возможно из-за навыков безопасности в сети;

- использование телефона для игр, развлечений и хобби. При этом участники фокус

групп отмечают, что у большинства из них на телефонах есть сейчас, либо были в течение ближайшего месяца игры с доступом и без доступа в сеть;

- использование функциональных приложений в самом телефоне - фотокамеры («я фотографирую все, что вижу»), калькулятора, фонарика («хожу с фонариком домой после смены»), будильника («я без телефона не проснусь»), просмотр видео - файлов, сохраненных на телефоне («у меня скачаны несколько сезонов сериала, смотрю, когда есть время»), написание заметок («пишу все, что придет в голову»).

4. При оценке времени использования телефона в течении дня респонденты отмечают, что в телефоне проводят «очень много времени», «иногда кажется, что зашел и вышел в сеть, но потом понимаешь, что несколько часов убил», при этом некоторые респонденты отмечают, что «я себя теперь ограничиваю только по работе в интернете сижу», «я переболела соц.сетями - сейчас все удалила и так спокойно». Таким образом, время использования телефона участниками фокус-групп колеблется от нескольких часов до «я, наверно, 24/7 в сети, я в сети, даже когда сплю».

5. При самодиагностике номофобии респондентами можно отметить, что молодежь задумывается над вопросами своего пребывания в телефоне и в сотовых сетях и предпринимает определенные действия, направленные на сокращение времени использования. «Я точно зависима от телефона, но сейчас сокращаю его использование», «у меня в школе забирали телефон, потому что много сидела в соц. сетях, сейчас уже не так». В то же время диапазон самооценки номофобии широк – от «я без телефона не могу, не выживу», «там вся жизнь сейчас» до «это всего лишь веешь, не будет и ладно», «много раз терял и ничего».

6. При оценке проявлений номофобии респонденты отмечали, что дополнительные зарядные устройства есть у большинства участников фокус – групп, телефон находится возле кровати, при засыпании и пробуждении телефон в зоне их видимости. В ситуации, если телефон будет оставлен дома, все участ-

ники фокус групп отметили, что вернуться за ним. При этом, когда был задан уточняющий вопрос о том, что после выхода прошло полчаса, только трое из респондентов ответили, что в этом случае не вернуться. Можно так же отметить, что два участника фокус-групп не смогли представить подобную ситуацию «это не реально, у меня всегда музыка при выходе играет», «я всегда перепроверяю телефон, еще ни разу не забыла».

7. При мысленном представлении ситуации потери сотового телефона, и описанию собственного эмоционального фона, мнения участников фокус-групп разделились на две условные группы. В первой группе (18 участников фокус- групп) респонденты спокойно отнеслись к потере телефона «будет жаль телефон, но это же просто вещь, можно восстановить», «немного расстроюсь», «много раз теряла, уже спокойно отношусь». Во второй группе, большей по составу (37 участников), потеря телефона вызвала яркую эмоциональную реакцию: «я буду в панике», «только представила - стало страшно», «ужасная тревога», «я растеряюсь», «буду переживать». Необходимо так же отметить, что респонденты, отмечающие у себя проявление ярких эмоциональных реакций, так же отмечают и изменения на физиологическом уровне: «сердце застучало», «ноги ватные стали» при представлении подобной ситуации. Так же, участники фокус-групп отметили, что несколько раз оказывались в подобной ситуации и их действия так же различались: от «спокойно знала, что найду» до «мою истерику слышала вся улица, хотя телефон лежал в сумке». При этом сама ситуация потери телефона оценивается как возможная, с вариантами развития от «куплю новый телефон» до «будет вакуум, который надо заполнить».

8. При оценке причин, вызывающих страх, панику и растерянность при потере телефона респонденты отмечают:

- тревогу за близких и друзей. Причем, после уточняющего вопроса, тревогу не за то, что с ними может произойти что-то плохое, а за эмоциональный фон близких людей в случае потери связи с респондентом «они будут

переживать обо мне, не хочу волновать». Так же можно отметить, что несколько респондентов отметили, что они испытывают волнение не только за семью и друзей, но и за рабочие отношения; «не хочу подвести людей», «я староста, как я передам информацию, если у меня нет такой возможности?»;

- цену телефона. При этом, при упоминании цены телефона, причины и эмоциональные состояния указываются разные – «жаль усилий, столько работать и потерять», «родители накажут точно», «не хочу подвести семью, столько денег потратили на меня», «я буду злиться на себя за невнимательность, столько денег потерять», «мне будет ужасно стыдно», «не хочу быть безответственной». Таким образом, при указании одного фактора, вызывающего эмоциональную реакцию, внутренние предикторы реакции не схожи между собой;

- потерю воспоминаний, фото и видео. Здесь так же можно отметить, что всех респондентов можно условно разделить на две группы. В первой группе у респондентов нет страха, тревоги и беспокойства о потере фото и видео. На прямой вопрос о причинах отсутствия беспокойства респонденты отметили использование ресурсов Google Диск и облачного хранилища для хранения информации и фото. Так же, те участники фокус-групп, которые не испытывают тревоги по поводу утери фотографий и видео, отмечают, что имеют несколько резервных копий на компьютере либо хранят значимые фотографии в распечатанном виде. Один респондент отметил, что «главное, что я это помню, а фото не важны». Респонденты второй группы не используют хранилище информации, но при этом демонстрируют яркие эмоциональные реакции тревоги по поводу возможной утери визуальных данных.

- потерю платежеспособности. Один респондент поделился историей о том, как при потере связи и при ограничении работы сети интернет на два дня остался без средств к существованию, еды и возможности попросить о помощи, отметив, что теперь этот страх изменил его отношение к бумажным купюрам и

обращению с ними. Для других респондентов это страх потери личных данных с карт - «я все пароли рядом храню, знаю, что это неправильно»;

- потерю мобильности, в плане передвижений по городу (оплата с помощью приложений), ориентировки на местности (использование карт и навигации), свободы обучения (привязки к компьютеру и другим стационарным устройствам).

- потерю прогресса в видеоиграх и приложениях. При этом, участники фокус-групп, упоминавшие данный пункт, так же отмечали разные причины эмоций - «будет жаль все потерять», «я играю в команде, долго не будет, меня могут заменить, а это обидно», «я не хочу подвести людей, с которыми играю». Можно отметить, что в каждой фокус-группе было по одному респонденту, упомянувшему данную причину;

- потеря личных данных – переписка, документов. При том необходимо отметить, что данная причина упоминалась только двумя участниками фокус – групп, для большинства не имела большого значения.

Можно отметить так же, что респонденты отмечают, что потеря телефона в общественном месте пугает меньше, чем в университете или в такси, а также поломка телефона без возможности использования лучше, чем его потеря – «как-то спокойнее и определеннее».

9. При описании собственной активности при использовании сотового телефона и эмоционального фона при отключении сети интернет, произошедшей по всем городам РК, мнения респондентов так же разделились. В первую группу можно отнести тех, кто принял отключение интернета «спокойно», «первый день волновалась, но потом поняла, что это хорошо», «не волновалась совсем», при этом необходимо отметить, что эти респонденты на момент отключения связи находились дома, в кругу семьи. Вторая группа респондентов при отсутствии доступа к ресурсам сети и при отсутствии сотовой связи испытывали «страх», «безнадежность», «обреченность», отмечая, что время без использования телефона было «трудным».

10. При оценке времени использования телефона при отсутствии возможности выхода в социальные сети респонденты отметили, что время использования телефона снизилось, но не прекратилось, причем при отсутствии сети, ее наличие проверялось регулярно: «ловила сеть как могла».

При этом участники фокус-групп отмечают, что использовали телефон как «средство занять время». Из действий с телефоном упоминались: «почистила все фотографии и переписки», «слушал музыку фоном», «скачивала сериалы и смотрела», «играла», «по часу разговаривала с друзьями, пока была связь», «читала книги с телефона».

Из альтернативных действий без использования телефона отмечалось занятие домашними делами, игры с детьми, чтение печатных книг, рисование. При этом эмоциональный фон групп так же колебался от «было все равно – есть связь или нет» до «была опустошена». При этом участники фокус – групп отмечали, что при сокращении времени использования сотового телефона увеличивалось время использования других гаджетов – планшетов, ноутбуков, компьютеров, просмотр телевизора. При появлении возможностей сети Интернет потребление трафика усилилось, затем вернулось в норму для респондентов - «сначала намного больше переписывались, затем как обычно».

Фокус-группы вызвали большой интерес у студенческой молодежи, при этом можно отметить, что студенты смогли провести самодиагностику номофобии и отметили, что редко задумываются о взаимодействии с гаджетами - «не думала о времени в телефоне», «теперь понимаю, почему мне все замечания делают из-за телефона», «его очень много в моей жизни».

### Обсуждение

Рассмотрим полученные данные и сравним их с возможностями стандартизированных опросников, направленных на изучение номофобии.

1. Вопросы, направленные на изучение места телефона в повседневной жизни

молодежи, позволили оценить общий эмоциональный фон отношения к мобильному гаджету. Можно отметить, что телефон занимает важное место в жизни молодежи и они описывают свои взаимоотношения с данным гаджетом с позиции функционального и эмоционального его восприятия. Опросник номофобии не позволяет описать разделение по эмоциональному восприятию сотового телефона, но при этом больше показывает степень вовлеченности в процесс его использования.

2. При описании функциональных возможностей сотового телефона, которые используются молодежью в обычной жизни, фокус-группы позволили выявить несколько новых сфер использования, которые не находят свое отражение в стандартных опросниках. Например, использование ресурсов Google maps и навигаторов, к которым обращаются большинство участников фокус-групп. Так же можно отметить наличие банковских приложений и использование телефона как средства оплаты за проезд и как электронный кошелек, чего нет в стандартном опроснике номофобии.

3. При оценке времени проведенном с сотовым телефоном фокус-группы дают описательный результата, который может быть конкретизирован и дополнен цифровыми показателями стандартного теста по изучению номофобии. При этом результаты фокус – групп показывают, что у некоторых респондентов есть тенденция не отдавать себе отчет о времени, проведенном в сотовом телефоне, поэтому для достоверных сведений о пользовании телефоном можно использовать показатели настроек телефона, показывающие время его использования, что так же можно сделать одним из вопросов глубинного интервью с респондентами.

4. Результаты самодиагностики номофобии так же могут быть подтверждены цифровыми показателями стандартного теста. При этом существует вероятность, что в самооценку респондента не войдет время, при котором телефон используется как фон – прослушивание музыки, просмотр сериалов, чтение электронных книг, поскольку результаты фо-

кус-групп показали, что респонденты не связывают эти действия с эксплуатацией телефона, а оценивают их как самостоятельные. Так же результаты фокус – групп показывают, что необходимо дополнительное изучение тесноты связи между явлениями номофобии и интернет- аддикции, поскольку в ситуациях отсутствия интернета использование телефона видоизменяется, но не прекращается, вызывая большое количество эмоциональных реакций разной направленности. При этом можно отметить, что стандартная анкета номофобии оценивает не весь спектр чувств, которые вызывает предполагаемая или реальная потеря гаджета, и не исследует причин этих эмоциональных проявлений. Так же в стандартную анкету могут быть добавлены вопросы, связанные не только с эмоциональным, но и с физиологическим и поведенческим компонентом проявления номофобии, которые были упомянуты участниками фокус – групп.

5. Элементы мысленного представления ситуации потери телефона и вопросы, сопровождающие рассказ респондента о своих чувствах и мыслях позволили выявить несколько тенденций, которые сложно выявить при ис-

пользовании стандартных опросников. При этом можно отметить, что фокус-группы показали большой спектр предикторов, вызывающих явление номофобии, каждый из которых может стать основанием для введения новых вопросов в тест по исследованию номофобии у молодежи.

### Заключение

Таким образом, результаты проведенных фокус – групп демонстрируют высокую степень частоты и качества использования мобильных телефонов у студенческой молодежи. Фокус группы позволили оценить и описать проявления номофобии полнее, чем это могут сделать стандартные опросники, при этом стандартный опросник необходим для получения четкости во временных границах и определении степени номофобии. Те критерии, которые выделили участники фокус – групп, позволят расширить стандартный опросник и сделать его более полным для получения достоверной информации при проведении масштабного исследования на выборке казахстанской молодежи.

### Список литературы

1. Monica Regalado Chamorro, Aldo Medina Gamero Salud mental: los niños alfa ante un mundo digital // Atencion Primaria Practica. – 2021. – Vol.3, Issue 4, [Электронный ресурс] – URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2605073021000298> (дата обращения: 09.05.2022).
2. Гремилова Е. А. «Постмодернистская ловушка» или как технологии рождают в нас номофобию // Вестник современных исследований. – 2019. – № 1.6(28). – С. 87-92.
3. Sharma P., Sharma, N., R. R. Wavare International Journal of Research in Medical Sciences. – 2015. – Vol.3(3). – P. 705-707 [Электронный ресурс]. – 2022. – URL: <https://www.msjonline.org/index.php/ijrms/article/view/1360/1293> (дата обращения: 06.03.2022).
4. Ионова В. Е., Голова Н. С. Взаимодействие школьников с сотовым телефоном как психологическая проблема // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Психология. – 2018. – № 2 (24). – С. 68-74.
5. Kumar Ravi, Kumari Supriya, Bharti Puja, Sharma Divyam Nomophobia: A rising concern among Indian students. – 2021. – Vol. 30. – No. 2. – P. 230-233. – [Электронный ресурс] URL: [https://www.industrialpsychiatry.org/article.asp?issn=0972-6748;year=2021;volume=30;issue=2;spage=230;epage=233;aulast=Kumar;type=0;aid=IndPsychiatryJ\\_2021\\_30\\_2\\_230\\_326640](https://www.industrialpsychiatry.org/article.asp?issn=0972-6748;year=2021;volume=30;issue=2;spage=230;epage=233;aulast=Kumar;type=0;aid=IndPsychiatryJ_2021_30_2_230_326640) (дата обращения: 07.02.2022).
6. Городецкая И.М., Исламгулов И.Р. Мобильная зависимость как форма зависимого поведения современных студентов // Вестник Казанского технологического университета. – 2014. – № 24. – С.328-330.

7. Кунанбаева М.Н., Токсанбаева Н.К., Мендибаева Д., Кайранбекова Д., Тасмуратова Б. Влияние интернет-зависимости на психологическое здоровье ученической молодежи в современных условиях // Вестник КазНУ. Серия психологии и социологии. – 2015. – № 1. – Т.52. – С. 99-105.
8. Панкратова Д.А., Долгушин Д.В., Белова А.П., Борисова О.Е. Номофобия как прогрессирующая проблема современного общества // Наука молодых - будущее России: сборник научных статей 4-й Международной научной конференции перспективных разработок молодых ученых: в 8 томах, Курск. – 2019. – С. 197-199.
9. Андреев И.Л., Назарова Л.Н. Патологические психические зависимости как междисциплинарная проблема // Контуры глобальных трансформаций: политика, экономика, право. – 2015. – № 5 (37). – С. 114-120.
10. Nicola Luigi Bragazzi, Giovanni Del Puente A proposal for including nomophobia in the new DSM-V// Psychol Res Behavior Manag. – 2014. – Vol. 7. – P. 155-160. [Электронный ресурс]. – 2022. – URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4036142/#b26-prbm-7-155> (дата обращения: 22.02.2022).
11. León-Mejía A, Calvete E, Patino-Alonso C, Machimbarrena JM, González-Cabrera J. Nomophobia Questionnaire (NMP-Q): Factorial structure and cut-off points for the Spanish version. Adicciones. 2021. Mar 31;33(2). p. 137-148. [Электронный ресурс]. – 2022. – URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32677693/> (дата обращения: 22.04.2022).
12. Caglar Yildirim, aAna-Paula Correia Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire // Computers in Human Behavior. 2015. V. 49, P.130-137. [Электронный ресурс]. – 2022. – URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563215001806?via%3Dihub> (дата обращения: 22.04.2022).
13. Шейнов В.П. Взаимосвязи зависимости от смартфона с психологическими и социально-психологическими характеристиками личности: обзор зарубежных исследований // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика – 2021. – № 1. – С.607-630.
14. Аналитический центр НАФИ [Электронный ресурс]. – 2022. – URL: <https://nafi.ru/method/fokus-gruppa/> (дата обращения: 20.02.2022 г.).
15. Мироненко А.Н. Фокус-группа как качественный метод исследования // Трибуна ученого. – 2021. – № 12. – С. 37-44.

Л.М. Гитихмаева<sup>1</sup>, Ш.С. Демисенова<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Л.Н. Гумилев атындағы Еуразиялық ұлттық университеті, Астана, Қазақстан

<sup>2</sup>А. Байтұрсынов атындағы Қостанай өңірлік университеті, Қостанай, Қазақстан

### Студент жастардың номофобиясын зерттеуде фокус-топтарды қолданудың эксперименттік әлеуеті

**Аңдатпа.** Мақала Қазақстандағы студенттер арасындағы номофобияны зерттеу үшін фокус-топ әдісін қолдану мүмкіндіктерін зерттеуге арналған. Бұл зерттеудің өзектілігі дүние жүзінде мобильді гаджеттерді белсенді қолданумен, олардың адам қызметінің барлық салаларына енуімен, пайдаланушылар санының артуымен, заманауи мобильді құрылғылардың мүмкіндіктерінің кеңеюімен және уақыттың ұлғаюымен анықталады. ұялы телефонмен араласуға жұмсалды. Мақалада номофобияны зерттеу әдістері талқыланады, Қазақстан жастары арасында номофобияны зерттеу нәтижелері берілген. Зерттеудің жаңалығы жастар арасындағы номофобияның көрінісі туралы кеңейтілген ақпарат алу үшін фокус-топтық әдісті қолданудың бірінші әрекетінде жатыр.

Мақалада Қазақстанның екі университетінің (Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті (Нұр-Сұлтан) және Қазақ еңбек және әлеуметтік қатынастар академиясы (Алматы) студенттерімен жүргізілген алты фокус-топтың нәтижелері берілген. Фокус-топтар жастар арасында номофобияның көріну дәрежесі, оның жеке болжаушылары, басқа гаджеттермен және интернетке тәуелділікпен байланысы, оның жастар арасында көрініс табу дәрежесін реттейтін механизмдер туралы 10 сұрақты зерттеуге арналды. Зерттеуді жүргізу тәртібі және алынған нәтижелер сипатталған. Деректерді талдағаннан кейін мақалада Қазақстан жастары арасында номофобия туралы мәліметтерді алу құралы ретінде фокус-топ әдісінің өзіне талдау жасалып, номофобияны одан әрі зерттеу үшін мақсаттар қойылған.

**Түйін сөздер:** номофобия, гаджет, телефонға тәуелділік, тәуелділік, фокус-топ, жастар.

L.M. Gitikhmayeva<sup>1</sup>, Sh.S. Demissenova<sup>2</sup>

<sup>1</sup>L.N. Gumilyov Eurasian National University, Astana, Kazakhstan

<sup>2</sup>Baitursynov Kostanay Regional University, Kostanay, Kazakhstan

### Experimental potential of using focus groups in the study of student youth nomophobia

**Abstract.** The article is devoted to the study of the possibilities of using the focus group method to study nomophobia among students in Kazakhstan. The relevance of this study is determined by the active use of mobile gadgets around the world, their inclusion in all areas of human activity, the increase in the number of users, the expansion of the capabilities of modern mobile devices and the increase in the time spent interacting with a cell phone. The article discusses the methods of studying nomophobia, presents the results of a study of nomophobia among young people in Kazakhstan. The novelty of the study lies in the first attempt to use the focus group method to obtain extended information about the manifestation of nomophobia among young people. The article presents the results of six focus groups conducted with students from two universities in Kazakhstan: L.N. Gumilyov Eurasian National University (Nur-Sultan) and the Kazakh Academy of Labor and Social Relations (Almaty). Focus groups were devoted to the study of 10 questions about the degree of manifestation of nomophobia among young people, its personal predictors, connection with other gadgets and Internet addiction, and mechanisms that regulate the degree of its manifestation among young people. The article describes the procedure for conducting the study and the results obtained. After analyzing the data, the article provides an analysis of the focus group method itself as a tool for obtaining data on nomophobia among young people in Kazakhstan and sets goals for further research on nomophobia.

**Keywords:** nomophobia, gadget, telephone addiction, addiction, focus group, youth.

### References

1. Monica Regalado Chamorro, Aldo Medina Gamero Salud mental: los niños alfa ante un mundo digital. *Atencion Primaria Practica*. Vol. 3. Is. 4. 2021. Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2605073021000298> (accessed 09.05.2022).
2. Gremilova E. A. «Postmodernistskaya lovushka» ili kak tekhnologii rozhdayut v nas nomofobiyu [«Postmodern trap» or how technologies give rise to nomophobia in us], *Vestnik sovremennyh issledovaniy* [Bulletin of modern research], 2019. 1.6(28). P. 87-92, [in Russian].
3. Sharma P., Sharma, N., R. R. Wavare *International Journal of Research in Medical Sciences*. 2015. 3(3). p. 705-707 Available at: <https://www.msjonline.org/index.php/ijrms/article/view/1360/1293> (accessed 06.03.2022), [in Russian].
4. Ionova V. E., Golova N. S. Vzaimodejstvie shkol'nikov s sotovym telefonom kak psihologicheskaya problema [Vzaimodejstvie shkol'nikov s sotovym telefonom kak psihologicheskaya problema]. *Vestnik Samarskoj gumanitarnoj akademii. Seriya: Psihologiya* [Vestnik Samarskoj gumanitarnoj akademii. Seriya: Psychology]. 2018. No. 2 (24). P. 68-74, [in Russian].
5. Kumar Ravi, Kumari Supriya, Bharti Puja, Sharma Divyam Nomophobia: A rising concern among Indian students. - 2021. V.30. N.2. P. 230-233. Available at: [https://www.industrialpsychiatry.org/article.asp?issn=0972-6748;year=2021;volume=30;issue=2;spage=230;epage=233;aulast=Kumar;type=0;aid=IndPsychiatryJ\\_2021\\_30\\_2\\_230\\_326640](https://www.industrialpsychiatry.org/article.asp?issn=0972-6748;year=2021;volume=30;issue=2;spage=230;epage=233;aulast=Kumar;type=0;aid=IndPsychiatryJ_2021_30_2_230_326640) (accessed 07.02.2022).
6. Gorodeckaya I.M., Islamgulov I.R. Mobil'naya zavisimost' kak forma zavisimogo povedeniya sovremennyh studentov [Mobile Addiction as a Form of Dependent Behavior of Modern Students]. *Vestnik Kazanskogo tekhnologicheskogo universiteta* [Bulletin of Kazan Technological University], 24, 328-330. 2014, [in Russian].
7. Kunanbaeva M.N., Toksanbaeva N.K., Mendibaeva D., Kajranbekova D., Tasmuratova B. Vliyanie internet-zavisimosti na psihologicheskoe zdorov'e uchenicheskoy molodezhi v sovremennyh usloviyah [Influence of Internet addiction on the psychological health of students in modern conditions]. *Vestnik KazNU. Seriya psihologii i sociologii* [Bulletin of KazNU. Series of and sociology psychology], 1 (52), 99-105. 2015, [in Russian].
8. Pankratova D. A., Dolgushin D. V., Belova A. P., Borisova O. E. Nomofobiya kak progressiruyushchaya problema sovremennogo obshchestva [Nomophobia as a progressive problem of modern society]. *Nauka*

molodyh - budushchee Rossii: sbornik nauchnyh statej 4-j Mezhdunarodnoj nauchnoj konferencii perspektivnyh razrabotok molodyh uchenyh: v 8 tomah [The science of the young is the future of Russia: a collection of scientific articles of the 4th International scientific conference of promising developments of young scientists: in 8 volumes]. Kursk, 2019. P. 197-199, [in Russian].

9. Andreev I.L., Nazarova L.N. Patologicheskie psichicheskie zavisimosti kak mezhdisciplinarnaya problema [Pathological mental addictions as an interdisciplinary problem]. Kontury global'nyh transformacij: politika, ekonomika, pravo [Outlines of global transformations: politics, economics, law], 5 (37), 114-120. 2015, [in Russian].

10. Nicola Luigi Bragazzi, Giovanni Del Puente A proposal for including nomophobia in the new (accessed 22.02.2022).

11. León-Mejía A, Calvete E, Patino-Alonso C, Machimbarrena JM, González-Cabrera J. Nomophobia Questionnaire (NMP-Q): Factorial structure and cut-off points for the Spanish version DSM-V. Psychol Res Behavior Manag. 2014, V. 7. p. 155-160. [Electronic resource] Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4036142/#b26-prbm-7-155>.(accessed 22.04.2022).

12. Caglar Yildirim, Ana-Paula Correia Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. Computers in Human Behavior. 2015. V. 49, P.130-137. Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563215001806?via%3Dihub> (accessed 22.04.2022).

13. Shejnov V.P. Vzaimosvyazi zavisimosti ot smartfona s psihologicheskimi i social'no-psihologicheskimi harakteristikami lichnosti: obzor zarubezhnyh issledovanij [The relationship of smartphone addiction with psychological and socio-psychological characteristics of the individual: a review of foreign studies], Vestnik RUDN. Seriya: Psihologiya i pedagogika [Bulletin of RUDN. Series: Psychology and Pedagogy], 1, 607- 630 (2021), [in Russian].

14. Analiticheskij centr NAFI. [NAFI Analytical Center] Available at: <https://nafi.ru/method/fokus-gruppa/> (accessed 20.02.2022).

15. Mironenko A. N. Fokus-gruppa kak kachestvennyj metod issledovaniya [Focus group as a qualitative research method], Tribuna uchenogo [Tribune of the scientist],12, 37-44 (2021), [in Russian].

#### Сведения об авторах:

*Гитихмаева Л.М.* – автор для корреспонденции, докторант 3 курса специальности «Психология», Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилева, ул. Сатпаева 2, Астана, Казахстан.

*Демисенова Ш.С.* – кандидат педагогических наук, ассоциированный профессор кафедры педагогики и психологии, Костанайский региональный университет им. А. Байтурсынова, ул. Тәуелсіздік, 118, Костанай, Казахстан.

*Gitikhmayeva L.M.* – Corresponding author, The 3rd year Ph.D.. student in «Psychology», L.N. Gumilyov Eurasian National University, 2 Satpayev str., Astana, Kazakhstan.

*Demissenova Sh.S.* – Candidate of Pedagogical Sciences, Baitursynov Kostanay Regional University, 118 Tauelsyzdyk str., Kostanay, Kazakhstan.