

А. А. Цилько

КОМПЬЮТЕРНАЯ АДДИКЦИЯ И ФАКТОРЫ ЕЁ ФОРМИРОВАНИЯ У СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Научный руководитель канд. мед. наук, доц. Т. С. Борисова

Кафедра гигиены детей и подростков,

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Резюме. У большинства учащихся 7-10 классов выявлены признаки компьютерной зависимости, нарастающие с возрастом. Установлено влияние различных социальных факторов на формирование компьютерной зависимости.

Ключевые слова: компьютерная аддикция, социальные факторы, подростковый возраст.

Resume. Majority of the 7-11 grade schoolchildren have some signs of the computer addiction increasing by going through the school education levels. The fact of the influence of various social factors on the formation of computer addiction was ascertained.

Keywords: computer addiction, social factors, juvenile age

Актуальность. Технический прогресс в отрасли электронных технологий и компьютерных игр, широкий и свободный доступ в сеть интернет, развитие социальных интернет-сетей способствуют увеличению количества времени, проводимого людьми за компьютером, что ведет к возрастанию риска формирования компьютерной аддикции и неблагоприятных последствий для организма пользователей [3]. Особенно подвержены формированию патологической зависимости от компьютера подростки.

Цель: установление социальных факторов риска формирования компьютерной зависимости у детей и подростков.

Материал и методы. Исследование проводилось на базе учреждения общего среднего образования г. Минска путём анонимного анкетирования учащихся. Анкета состояла из 39 позиций, разбитых по блокам: выявление признаков компьютерной зависимости, определение социальных аспектов формирования компьютерной зависимости и выявление симптоматики влияния компьютера на здоровье подростков. Статистическая обработка результатов проводилась на персональном компьютере с помощью пакета программ Microsoft Office. Статистически значимыми считали различия при $p < 0,05$.

Результаты и их обсуждение. Преобладающее большинство опрошенных школьников (97,67%) имеют личный компьютер, 95,64% зарегистрированы в социальных сетях, 93,64% из них имеют свободный выход в интернет.

В среднем в сутки учащиеся общеобразовательных учреждений проводят 3,34 часа (около 200 минут) за компьютером. С возрастом время работы за компьютером увеличивается с 2,32 часов в 7-м до 4,58 в 9-м и 3,68 часов в 10-м классах. В выпускном 11 классе оно несколько сокращается и составляет 2,79 часа, что объясняется более ответственным отношением к учебе. Причины компьютерного времяпровождения носят различный гендерный характер. Девочки большую часть времени (79,74%) работы за компьютером проводят в социальных сетях, 1/5 часть

времени тратят на игры и подготовку к занятиям. Мальчики в основном (около 60%) используют компьютер для ролевых игр.

Среди различных признаков наличия компьютерной зависимости у детей и подростков можно выделить ряд наиболее характерных:

- испытывают неприятные ощущения, если нет возможности воспользоваться компьютером (51,8%);
- часто совершают прием пищи за компьютером (44,3% всех опрошенных);
- проводят ночь за компьютером (24%);
- забывают поесть, почистить зубы, увлекшись компьютером (12,7%);
- прогуливают школу ради компьютера (4,8%).

Около 2/3 опрошенных школьников во время работы за компьютером испытывают эмоциональный подъем.

По мере продвижения по ступеням школьного образования количество детей с наличием тех или иных признаков компьютерной зависимости возрастает: от 23% в 7 классе до 33% в 11 классе.

При длительном общении с компьютером в организме пользователя происходит развитие ряда морфофункциональных изменений, сопровождающихся различными неприятными или болезненными ощущениями, формируется так называемый «компьютерный синдром» [2]. На рисунке 1 приведены результаты изучения структуры регистрируемых симптомов компьютерного синдрома среди учащихся старших классов, длительно работающих за экраном монитора:

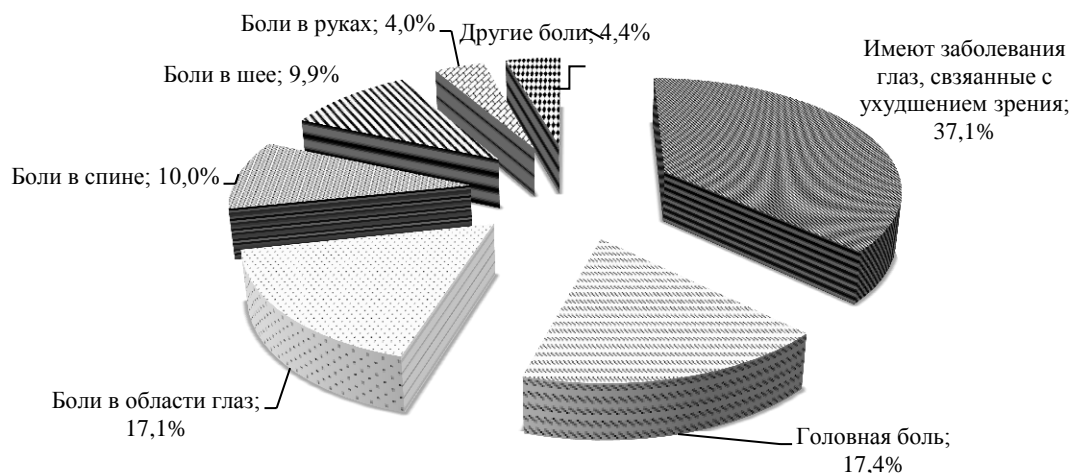


Рисунок 1 – Структура распределения симптомов «компьютерного синдрома» у учащихся 7-11 классов общеобразовательных учреждений

Основополагающую роль в развитии компьютерной зависимости у детей и подростков играют различные социальные факторы [1]. К ним можно отнести:

- неполная семья (отсутствие одного из родителей в семье);

- дефекты воспитания (чрезмерный контроль поведения, полная свобода в выборе действий, безучастие родителей в решении возникающих проблем в школе, отсутствие взаимопонимания и частые ссоры);

- характер организации досуга детей;

- отсутствие друзей среди одноклассников.

Как показали результаты исследования, детей, имеющих признаки компьютерной зависимости, вне зависимости от гендерной принадлежности больше из неполной семьи: на 8,6% среди девочек и на 2,2% среди мальчиков. Усиленное внимание и гиперопека со стороны родителей приводит к росту «зависимых» мальчиков на 3,7%, а занятия в спортивной секции – на 2,7%, в то же время у девочек, наоборот, эти социальные факторы способствуют снижению количества детей с признаками компьютерной зависимости: на 2,8% и 9,6% соответственно. Коммуникабельность и наличие большего количества друзей среди одноклассников приводит к снижению степени формирования компьютерной аддикции у детей: на 7,9% среди мальчиков и на 12,8% среди девочек.

Таким образом, социальными «факторами агрессии» в формировании компьютерной зависимости выступают неполноценная (неполная) семья, чрезмерное внимание со стороны родителей, отсутствие друзей среди сверстников.

Заключение. Данные, полученные в ходе научно-исследовательской работы, позволили установить некоторые закономерности формирования компьютерной зависимости у учащихся старших классов общеобразовательных учреждений и сделать определенные **выводы**:

1. Признаки компьютерной зависимости выявляются более чем у трети старшеклассников.

2. Степень проявления признаков компьютерной зависимости нарастает в динамике по мере продвижения по ступеням школьного образования.

3. Наблюдается параллелизм между временем, проведенным за компьютером, степенью проявления признаков компьютерной зависимости и частотой регистрации симптомов «компьютерного синдрома».

4. Процесс формирования компьютерной аддикции у подростков обусловлен рядом психосоциальных факторов, наиболее значимыми из которых являются: неполная семья, гиперопека или отсутствие внимания со стороны родителей, характер организации досуга. Степень влияния социальных факторов на характер проявления компьютерной зависимости имеет гендерную обусловленность.

Информация о внедрении результатов исследования. По результатам настоящего исследования опубликовано 3 статьи в сборниках материалов, 3 тезисов докладов, 1 статья в журнале, получено 3 акта внедрения в образовательный процесс кафедра гигиены детей и подростков УО «Белорусский государственный медицинский университет».

A. A. Tsylko

COMPUTER ADDICTION AND FACTORS OF ITS FORMATION AMONG HIGH SCHOOL STUDENTS

Tutor associate professor T. S. Borisova

*Department of Hygiene of children and adolescents,
Belarusian State Medical University, Minsk*

Литература

1. Краснова, С. В. Как справиться с компьютерной зависимостью / С. В. Краснова, Н. Р. Казарян, В.С. Тундалева. – М.: Эксмо. – 2008. – 224 с.
2. Кучма, В. Р. Гигиена детей и подростков при работе с компьютерными видеодисплейными терминалами / В. Р. Кучма. – М.: Медицина, 2000. – 160 с.
3. Савченко, С. Ф. Профилактика аддиктивного поведения школьников / С. Ф. Савченко, О. Г. Ивановская, Л. Я. Гадасина. – СПб.: КАРО, 2006. – 288 с.