

Науменко Ю. С.

РИСК РАЗВИТИЯ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ У УЧАЩИХСЯ СРЕДНИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

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

Кафедра гигиены детей и подростков

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Персональный компьютер, смартфон, планшет, а в связке с ними, и Интернет, прочно вошли в повседневную жизнь большинства людей. В век стремительного развития информационных технологий сложно представить ежедневную деятельность, будь то работа, учеба, либо досуг, без применения данных девайсов и выхода во Всемирную сеть. Грамотно организованная работа в Интернете является относительно безопасной для физического и психического здоровья пользователя. Однако, зачастую подростки пренебрегают правилами и временем работы за компьютером, что приводит к раннему формированию у молодых людей Интернет-зависимости.

Для выявления данной аддикции использовался анкетно-опросный метод. Анкетированием было охвачено 96 учащихся 8-х и 10-х классов гимназии города Минска. Из них 52 девочки и 44 мальчика в возрасте от 13 до 16 лет.

Каждый человек ежедневно прибегает к использованию Интернета в своей деятельности, и дети, в данном случае, не являются исключением. У 58,0% учащихся 8-х классов и 35,4% учащихся 10-х классов риск развития Интернет-зависимости минимален – они являются свободными пользователями и выходят в Сеть относительно редко. 35,5% и 44,6% учеников 8-х и 10-х классов соответственно имеют выраженную предрасположенность к развитию аддикции. У таких детей настроение зависит от возможности выхода в Интернет, нередко наблюдается нарушения сна, падает школьная успеваемость. Непосредственный риск формирования зависимости в большей степени свойственен ученикам старших классов (20,0%), нежели учащимся среднего школьного возраста (6,4%). Зависимые подростки начинают испытывать серьезные трудности с учебой и общением со сверстниками. Живому разговору с друзьями они предпочитают виртуальную жизнь, в то время, как реальная, без Интернета, для них становится скучной и безынтересной.

В ходе исследования было выявлено, что для выхода во Всемирную сеть подростки очень часто или всегда предпочитают использовать мобильный телефон. Портативный, многофункциональный смартфон позволяет выходить в Интернет в любое время, в любом месте, что, несомненно, оказывает более выраженное влияние на развитие зависимости и сопутствующих соматических отклонений, прежде всего со стороны органа зрения.

При грамотном подходе и контроле Интернет – прекрасное средство обучения и даже способ организации образовательного процесса. Однако, при нарушении правил и времени пользования киберпространством риск развития Интернет-зависимости существенно увеличивается, что указывает на необходимость повышения гигиенической грамотности всех пользователей.