

Потемкина К.М.

РОЛЬ РОДИТЕЛЬСКОГО КОНТРОЛЯ В ФОРМИРОВАНИИ ЦИФРОВОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

Научный руководитель: канд. филос. наук, доц. Новикова Т.О.

*Кафедра общей и прикладной психологии с курсами медико-биологических дисциплин
и педагогики*

*Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет,
г. Санкт-Петербург*

Актуальность. Активная интеграция цифровых технологий в жизнь подростков делает недостаточным критерий времени для определения зависимого поведения и оценки его рисков. В этой связи важно понять, какое количество экранного времени можно считать допустимым для подростка, а также что должно контролировать их соблюдение: внешний контроль или внутренняя осознанность самих детей. Решение данных задач необходимо для разработки профилактических программ, направленных на формирование у подростков навыков ответственного и безопасного использования цифровых технологий.

Цель: определить роль родительского контроля в формировании цифрового поведения подростков.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 2 независимые группы респондентов: взрослые, имеющие несовершеннолетних детей ($n=94$, ср. возраст $42,38 \pm 5,48$), и подростки ($n=111$, ср. возраст $13,33 \pm 0,97$). Для сбора данных использовались авторские анкеты. Применялись методы описательной статистики и критерий хи-квадрат Пирсона.

Результаты и их обсуждение. Постоянный родительский контроль проводимого за гаджетами времени установлен у 24,3% подростков, при этом 34,2% самостоятельно отслеживают свою цифровую активность. Выявлено, что при отсутствии контроля экранное время подростков статистически значимо выше ($5,89 \pm 4,03$ ч. в день), чем у тех, у кого контроль установлен ($3,63 \pm 2,11$ ч. в день; $p=0,009$).

Подростки без родительского контроля считают допустимым в среднем $5,29 \pm 4,78$ ч. в день, тогда как у подростков с ограничениями – $3,04 \pm 2,52$ ч. в день ($p=0,021$). Полученные значения превышают действующие санитарно-эпидемиологические нормы (СанПиН), согласно которым допустимое экранное время составляет 2 часа, что может указывать на недостаточный уровень сформированности навыков самоконтроля. Представления взрослых о допустимом времени носят более реалистичный характер и близки к установленным нормам. Подростки склонны полагать, что контроль цифровой активности со стороны родителей не обязателен (34,2%), значительная часть взрослых (45,8%) тоже считает, что дети должны самостоятельно регулировать свое время в сети. В то же время согласно современным научным представлениям, родительская вовлеченность рассматривается как значимый фактор формирования навыков рационального использования гаджетов. Большинство подростков (88,3%) и взрослых (97,9%) признают необходимость просвещения детей о безопасном использовании гаджетов, рассматривая беседы с родителями как основной источник таких знаний.

Выводы. Родительский контроль играет значимую роль в регулировании цифровой активности подростков. Ограничения связаны со снижением как фактического экранного времени подростков, так и их субъективных представлений о его допустимости, что подчеркивает значимость внешней регуляции. Респондентами признается необходимость обучения правилам цифровой безопасности. Выявленные различия и совпадения в представлениях подростков и взрослых указывают на необходимость комплексного подхода к профилактике цифровых рисков, который сочетает ограничения экранного времени с просветительской работой в семье.