

## МЕДИКО-СОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*Борисова Т.С., Солтан М.М.*

*Учреждение образования «Белорусский государственный медицинский университет»,  
Минск, Республика Беларусь*

**Реферат.** Нарастающая компьютеризация влечет неуклонное снижение возраста пользователей. Среди современных дошкольников широко распространено использование различных видов персональной электронно-вычислительной техники и существует выраженный риск формирования компьютерной зависимости.

**Ключевые слова:** компьютерная зависимость, факторы риска, дошкольники.

**Summary.** Increasing computerization implies a steady decline in the age of the users. Among modern preschoolers widespread use of various types of personal computer technology and there is a distinct risk of formation of computer addiction.

**Keywords:** computer addiction, risk factors, preschoolers.

**Введение.** Глобальная компьютеризация всех сфер жизнедеятельности человека приводит к прогрессивному нарастанию видового многообразия компьютерной техники и его широкому использованию не только в процессе работы и учебы, но и в домашних условиях, что влечет за собой неуклонное снижение возраста пользователей персональных электронно-вычислительных машин (ПЭВМ). Исследователи отмечают, что активный познавательный интерес детей к компьютерной технике начинает формироваться уже с трехлетнего возраста [1]. При этом споры относительно положительного или отрицательного влияния компьютера на растущий организм продолжают вестись на всех социальных уровнях. Работа с ПЭВМ стимулирует развитие у ребенка внимания и памяти, логического и абстрактного мышления, мелкой моторики рук, визуального восприятия объекта, зрительно-моторной координации, познавательной активности и творческих способностей, помогает научиться классифицировать и обобщать, аналитически мыслить и принимать самостоятельные решения в нестандартной ситуации, своевременно концентрироваться и быстро переключаться с одного действия на другое [1]. Вместе с тем пристрастие ребенка в возрасте до 10 лет к компьютеру (пусть даже к обучающим и развивающим компьютерным программам) может замедлить его развитие, подавить интерес к обычным детским играм и к контактам со своими сверстниками и в конечном итоге привести к психологической зависимости от виртуального мира [3]. Длительное пребывание за экраном монитора ведет к ухудшению функционального состояния ряда органов и систем растущего организма, проявляясь хронической усталостью, общим истощением организма, повышенной уязвимостью к стрессовым факторам, формированием невротических расстройств, потерей остроты зрения, нарушениями со стороны опорно-двигательного аппарата [4]. В связи с чем весьма актуальна своевременная диагностика факторов риска компьютерной зависимости у детей, позволяющая разработать адресную профилактическую помощь и своевременно оказать необходимый объем корректирующих мероприятий.

**Цель исследования** — оценка риска формирования компьютерной зависимости у детей дошкольного возраста на основе анализа факторов риска.

*Задачи исследования:*

1. Оценить распространенность использования детьми дошкольного возраста различных видов электронно-вычислительной техники.
2. Выявить факторы риска формирования компьютерной зависимости среди дошкольников.

**Материалы и методы.** Результаты опроса 83 воспитанников учреждений дошкольного образования г. Минска и анкетирования их родителей. В работе использованы анкетно-опросный и статистический (пакет статистических программ Microsoft Excel) методы исследования.

**Результаты и их обсуждение.** Одним из факторов риска формирования компьютерной зависимости у детей является широкая доступность различных ПЭВМ. В ходе опроса воспитанников учреждений дошкольного образования установлено, что более 70% из них имеют навыки

самостоятельной работы с мобильным телефоном, более 40% — с планшетом и около 60% — с компьютером, при этом 11% опрошенных детей дошкольного возраста имеют личный телефон, 12% — планшет, 8% — компьютер.

Анализ компьютерной деятельности детей показывает, что неблагоприятное действие компьютерной техники на организм пользователя прямо пропорционально времени, проведенному им за экраном монитора [4]. Продолжительность нахождения за компьютером детей дошкольного возраста в свободном режиме не должна превышать 20 мин с периодичностью не чаще 2 раз в неделю. Преобладающее количество обследованных детей (80%) проводит за экраном монитора менее 1 ч. Вместе с тем до 8% дошкольников, несмотря на юный возраст, просиживает за компьютером 2–3 ч и более, 6% детей не обращает внимания на время.

Длительное времяпрепровождение за компьютером оказывает неблагоприятное воздействие, прежде всего, на функциональное состояние органа зрения и психоэмоциональный статус ребенка [4]. Психоэмоциональное перенапряжение, проявляющееся агрессивностью либо чрезмерной возбудимостью, расстройством сна и нарушением контакта с окружающими, отмечают родители у детей, просиживающих за экраном монитора без учета регламента времени.

Среди причин нарастания увлеченности детей компьютером львиную долю занимают дефекты воспитания и неправильно организованный досуг ребенка [2]. Опрошенные дошкольники в свободное время и в выходные дни в 60% случаев предпочитает игру с игрушками, в 58% — просмотр телевизора, 48% — игры с друзьями и 47% — игры за компьютером или планшетом.

Привычное времяпрепровождение детей за экраном монитора осуществляется чаще всего с целью игры (67%) либо просмотра мультимедийных фильмов (59%) и прослушивания музыки (18%), около 20% дошкольников используют компьютер с обучающей целью. При этом половина родителей убеждены, что использование ПЭВМ способствует развитию ребенка, 29% считает, что это компьютер отвлекает от учебы и 18% респондентов не задумывались на этот счет. Более 1/2 родителей одобряет увлеченность детей ПЭВМ, 27% не разрешает пользоваться и 12% уже не могут повлиять на ребенка.

Реакция детей на запрет длительного использования ПЭВМ неоднозначная: 26% из них легко отрывается от любимого дела, 37% умоляют продлить удовольствие, около 1/3 сопротивляется, злится и ругается с родителями. Отмеченные особенности поведения детей (чрезмерная увлеченность работой за компьютером и отсутствие реакции в ответ на обращение родителей; проявления агрессии при попытке отвлечь от монитора; постоянные разговоры о компьютере и компьютерных играх; нетерпимое желание и острая потребность возвращения к ПЭВМ; ухудшение настроения, слезы при ограничении времени игры за компьютером; отсутствие развлечения в реальном мире у оторванного от компьютерной игры ребенка) являются предикторами риска развития компьютерной зависимости, указывающими на необходимость своевременной организации профилактической и коррекционной помощи детям дошкольного возраста.

**Заключение.** На основании полученных результатов можно сделать следующие выводы:

1. Среди современных дошкольников широко распространено использование различных видов ПЭВМ и существует риск развития компьютерной аддикции, подтвержденный предикторами риска ее формирования.

2. Факторами риска формирования компьютерной зависимости являются: раннее начало самостоятельной работы с ПЭВМ (с 3–4 лет), длительность (одномоментно более 1 ч) и систематичность (чаще 3 раз в неделю) работы, психологические особенности личности ребенка (склонность к зависимому поведению), дефекты семейного воспитания (отсутствие контроля или потворство со стороны родителей).

3. В целях предотвращения развития компьютерной зависимости необходима систематическая профилактическая и воспитательная работа среди детей, их родителей и воспитателей учреждений дошкольного образования. Наиболее рациональной мерой профилактики является ограничение использования компьютеров и планшетов детьми до 7 лет и организация альтернативного времяпрепровождения ребенка.

## Литература

1. Бревнова, Ю.А. Особенности влияния компьютерной техники на современную субкультуру детства / Ю.А. Бревнова // *Фундаментальные исследования*. — 2011. — № 12-3. — С. 465–468.
2. Дуденкова, Т.В. Факторы риска, влияющие на формирование компьютерной зависимости / Т.В. Дуденкова // *Молодые ученые — московскому образованию: материалы VII город. науч.-практ. конф. молодых ученых и студентов учреждений высшего и среднего образования городского подчинения* / Под ред. В.В. Рубцова [и др.]. — М: МГППУ, 2008. — С. 194–196.
3. Как справиться с компьютерной зависимостью / С.В. Краснова [и др.]. — М.: Эксмо, 2008. — 224 с.
4. Кучма, В.Р. Гигиена детей и подростков при работе с компьютерными видеодисплейными терминалами / В.Р. Кучма. — М.: Медицина, 2000. — 160 с.
5. Малыгин, В.Л. Факторы риска формирования компьютерной зависимости / В.Л. Малыгин, Е.А. Смирнова, Н.С. Хомерики // *Электронный научно-образовательный вестник «Здоровье и образование в XXI веке»*. — 2009. — Т. 11, № 1. — С. 37–38.