

А. М. Туровская

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ВЛИЯНИЯ ОНЛАЙН-ИГР НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ

Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. М. М. Солтан

Кафедра гигиены детей и подростков,

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

A. M. Turovskaya

HYGIENIC ASSESSMENT OF THE IMPACT OF ONLINE GAMES ON STATE OF HEALTH OF PUPILS

Tutor PhD, associate professor M. M. Soltan

Department of Hygiene of Children and Adolescents,

Belarusian State Medical University, Minsk

Резюме. В работе приведены результаты обследования 129 школьников в возрасте от 9 до 15 лет. Проанализировано влияние онлайн-игр на психологическое состояние школьников. Показана необходимость совершенствования профилактической работы.

Ключевые слова: школьники, онлайн-игры, здоровье, тревожность, страхи.

Resume. The article presents the results of a research of 129 students aged 9 to 15 years. The impact of online games on the psychological state of pupils is analyzed. The necessity of improving preventive work is shown.

Keywords: pupils, online games, health, anxiety, fears.

Актуальность. Информационные технологии в современном мире приобретают все большую популярность. Развитие виртуальной реальности позволило расширить возможности методик образования. В результате чего были разработаны многочисленные модели средств коммуникации с различными функциями и приложениями, упрощающие получение знаний и взаимодействие с окружающим миром [3].

Особенностью детского возраста является познание окружающего мира через игровую деятельность. Современная игровая индустрия не стоит на месте, и с каждым годом увеличивается количество онлайн-игр. Яркая, реалистичная графика и возможность самостоятельно создать игровой сюжет и персонажей с необычными способностями привлекают новых пользователей, которыми зачастую становятся дети и подростки [1].

Увлеченность школьников онлайн-играми может приобретать характер аддиктивных форм поведения. Дети начинают избегать социальных контактов, сужают круг общения, могут идентифицировать себя с игровыми персонажами, уходя в виртуальную реальность [2]. Все это сказывается на психическом здоровье детей и подростков и требует своевременной диагностики и профилактики.

Цель: изучить влияние онлайн-игр на психологическое состояние школьников.

Задачи:

1. Изучить распространенность онлайн-игр среди школьников.
2. Выявить гендерные и возрастные особенности онлайн-времяпрепровождения.

3. Проанализировать уровень тревожности школьников.
4. Оценить уровень тревожности по отношению к академической успеваемости.
5. Оценить влияние онлайн-игр на фобии школьников.
6. Оценить влияние онлайн-игр на стрессоустойчивость школьников.
7. Обосновать необходимость усиления профилактической работы по сохранению психического здоровья школьников.

Материалы и методы. Всего было обследовано 129 учащихся в возрасте от 9 до 15 лет. Для целей исследования использовался анкетно-опросный метод. Обработка данных осуществлялась с помощью программ STATISTICA 8.0 (Stat Soft inc.), Microsoft Excel. Для оценки достоверности различий применялся критерий χ^2 , двусторонний точный критерий Фишера (P) и коэффициент корреляции (r).

Результаты и их обсуждение. Анализ результатов анкетирования показал, что среди учащихся 92,25% проводят свой досуг в онлайн-играх. Из них 57,14% девочек и 42,86% мальчиков. Среди опрошенных 63,87% учащихся предпочитают заходить в киберпространство как с компьютера, так и с мобильных устройств, только с компьютера – 5,04%, только с мобильного устройства – 31,09%. При этом мобильными устройствами достоверно чаще пользуются девочки (86,49%), чем мальчики (13,51%; $P=0,00002$). Мальчики предпочитают компьютеры (66,67%) или комбинированные средства (55,26%) выхода в онлайн-пространство.

При оценке возрастных особенностей времяпрепровождения в онлайн-играх выяснилось, что наибольший удельный вес играющих приходится на школьников старше 14 лет (100%), наименьший – на возраст от 13 до 14 лет (77,78%). В гендерном плане среди игроков большинство составляют мальчики в группе 13-14 лет (71,43%), чем девочки (28,57%; $P=0,0383$), а девочки преобладают среди игроков в возрастной группе 9-10 лет (72,34%) по сравнению с мальчиками (27,66%).

Продолжительность времяпрепровождения в онлайн-играх у 66,67% школьников составляет от 1 до 2 часов. Только 0,78% опрошенных проводят более 6 часов в онлайн-пространстве. Более длительное онлайн-времяпрепровождение характерно для мальчиков. Так, среди играющих 1-2 часа в день 63,95% составляют девочки, а среди играющих более 6 часов 100% составляют мальчики.

91,60% респондентов-игроков при анкетировании указали, что испытывают психологический дискомфорт и тревогу, если нет возможности выхода в онлайн-игру. Поэтому мы провели среди всех респондентов оценку уровня тревожности по тесту Филипса. Анализ результатов теста Филипса показал, что у 43,41% школьников выявлена тревожность. Наиболее высокий уровень тревожности достоверно чаще наблюдается у неиграющих школьников (70,00%) по сравнению с играющими (41,18%; $\chi^2=7,969$; $p<0,005$). Мы проанализировали взаимосвязь между уровнем тревожности и успеваемостью среди школьников. Достоверно чаще высокий уровень тревожности имели дети с успеваемостью 3-6 баллов ($\chi^2=5,064$; $p<0,05$). Анализ взаимосвязи уровня тревожности и игрового сюжета показал, что тревожность несколько чаще выявляется среди школьников, играющих в игры без элементов жестокости (22,41%), чем среди играющих в игры с элементами жестокости (13,11%). Хотя данные и не были достоверными.

Среди обследованных школьников выявлен страх проверки знаний, который присутствовал у 100% не игроков и только у 54,62% игроков. Страх самовыражения достоверно чаще встречался среди неиграющих школьников (60%), чем среди играющих (26,05%; $P=0,0324$). Фрустрация потребности в достижении успеха встречалась у 30% не игроков и 21,01% игроков. Переживание социального стресса было выявлено только среди играющих школьников (10,92%). Низкая физиологическая сопротивляемость стрессам достоверно чаще встречалась среди школьников, проводящих время в онлайн-пространстве (84,87%; $P=0,0161$). Однако проблемы и страхи, связанные с учителями, достоверно чаще встречались среди школьников – не игроков ($\chi^2=7,922$; $p<0,01$).

При анализе результатов анкетирования обследованных школьников была выявлена прямая корреляционная связь ($r=1$) между частотой встречаемости страха не соответствовать ожиданиям окружающих и отсутствием внимания со стороны одноклассников у не играющих учащихся.

Среди обследованных школьников проводится профилактическая работа о правилах безопасного использования информационно-коммуникационных технологий, однако в динамике ее интенсивность постепенно снижается с 86,04% в возрастной группе от 9 до 10 лет до 71,43% среди учащихся старше 14 лет. Желание получать подобную информацию с возрастом также снижается: если в возрасте 9-10 лет информацию о безопасном пребывании в киберпространстве хотели бы послушать 79,59% школьников, то в группе старше 14 лет их остается только 14,29%.

Выводы:

- 1 Большинство учащихся школы в качестве досуга выбирают онлайн-игры.
- 2 Школьники предпочитают использовать комбинированные средства доступа к онлайн-играм.
- 3 Существуют возрастные и гендерные особенности времяпрепровождения в онлайн-играх.
- 4 Более длительное времяпрепровождение в онлайн-играх характерно для мальчиков.
- 5 Выявлена зависимость уровня тревожности от академической успеваемости.
- 6 Тревожность и различные страхи чаще выявляются у не играющих школьников.
- 7 Играющие школьники чаще испытывают социальный стресс и имеют низкую физиологическую сопротивляемость стрессам.
- 8 Необходимо совершенствовать работу по гигиеническому воспитанию и обучению родителей и школьников о правилах безопасного использования информационно-коммуникационных технологий и рациональной организации досуга.

Литература

1. Асатрян, С. М. Сетевой этикет и влияние интернета на детей [Текст]* / С. М. Асатрян, А. О. Топузьян // Цифровое общество как культурно-исторический контекст развития человека: сборник научных статей / под общ. ред. Р. В. Ершовой. – Коломна: Государственный социально-гуманитарный университет, 2018. – С. 25-31.
2. Елкина, А. Е. Особенности компьютерной зависимости у младших школьников [Текст]* /

А. Е. Елкина // Молодой ученый. – 2017. – № 20. – С. 394-396.

3. Захаров, Е. Ю. Виртуальная реальность в образовании [Текст]* / Е. Ю. Захаров // Цифровое общество как культурно-исторический контекст развития человека: сборник научных статей / под общ. ред. Р. В. Ершовой. – Коломна: Государственный социально-гуманитарный университет 2018. – С. 57-62.

Репозиторий БГМУ