

Современное детство в руках цифровой эпохи. Теория, исследование в Арктическом регионе, пути профилактики. Взгляд педиатра

Горелик Е.А.¹, Малявская С.И.²

¹ «Ненецкая окружная больница им. Р.И. Батмановой», Нарьян-Мар, Российская Федерация

² ФГБОУ ВО СГМУ Минздрава России, Архангельск, Российская Федерация

Актуальность. Информационные технологии прочно вошли в жизнь человека и вызвали изменения во всех сферах деятельности. Современное поколение детей начинает пользоваться гаджетами с самого раннего возраста. Тенденция к детской гаджет-зависимости нарастает, однако теме уделяется мало внимания.

Цель исследования. Узнать объективную картину пользования гаджетами среди детей; подтвердить гипотезу о склонности детей к раннему и чрезмерному пребыванию у экрана, что может быть причиной нарушений физического, психоречевого развития ребенка.

Пациенты и методы. Метод — анонимное анкетирование родителей. Пациенты: здоровые дети возрасте 2–3 лет и 6–7 лет, посещающие детские дошкольные учреждения общеобразовательного вида; дети 3–9 лет с задержкой психического и речевого развития, тяжелыми множественными нарушениями развития (ТМНР), аутизмом, ДЦП, посещающие детские дошкольные учреждения и группы компенсирующего вида; дети 3–7 лет с патологией зрения.

Результаты. Ежедневно пребывают за гаджетами более 71,8% детей. Возраст введения устройств в жизнь ребенка: до 1 года в группах здоровых детей — 17,1%, с 1–3 лет — 58,9%, старше 3 лет — 22,4%; в группах компенсирующего вида до 1 года — 14,5%, с 1–3 лет — 47,7%, старше 3 лет — 37,8%, в группе детей с патологией зрения до 1 года — 6,4%, с 1–3 лет — 55,2%, старше 3 лет — 38,4%. Время у экрана составляет от 30 до 60 мин в день

(от 24,3 до 51,7%) без значимой разницы в показателях между группами. Дети из компенсирующих групп играют в компьютерные игры больше (86,4%), чем группы здоровых детей (44,2%). Появление признаков гаджет-зависимости после выключения устройства более выражено в группах компенсирующего вида — от 45,3 до 57,5%, нежели в группах здоровых детей. Неправильная пищевая привычка в виде употребления еды за просмотром гаджетов выше в группах компенсирующего вида (54,7%), чем в группе здоровых детей (48,7%), у детей с заболеванием органа зрения — 19,2%. Выявлено, что 59,2% детей с патологией находятся под воздействием фоновой работы гаджетов, группа здоровых детей — 40,8%. Более 64,2% родителей согласны, что проблема гаджет-зависимости есть, из них 81% отметили, что принимают меры профилактики по предупреждению последствий гаджет-зависимости.

Закключение. Информационные технологии, предназначенные для взрослого человека, сегодня прочно заняли свое место среди детей самого раннего возраста, о чем говорят показатели ежедневного, раннего и длительного пребывания у экрана. Профилактические меры по предупреждению зависимости включают информирование родителей о минусах влияния раннего и чрезмерного пользования гаджетами на развитие ребенка, формирование осознанного и здорового подхода. Взаимодействие специалистов и родителей поможет вырастить подрастающее поколение здоровым и психологически свободным от зависимости.