

# Экспертное мнение: директор Института педагогики и психологии Наталия Иванова

*Неужели влияние гаджетов, телевизоров и других электронных устройств так опасно? Да, особенно, если речь идет о ребенке. Яркие разноцветные экраны поглощают большое количество сил и внимания малыша, становятся главным источником впечатлений, оказывают сильное деформирующее влияние на психику и личность ребенка.*

Проблема преодоления ранней экранной зависимости является приоритетным научным направлением кафедры дошкольного образования Института педагогики и психологии Череповецкого государственного университета.

Каковы масштабы влияния электронных устройств на развитие ребенка? Как разграничить нормативное использование гаджетов и патологическую привязанность к ним? Стоит ли родителям регулировать использование детьми гаджетов и других цифровых устройств, каким образом это лучше делать?

Об аспектах экранной зависимости рассказывает Наталия Витальевна Иванова, доктор педагогических наук, профессор, директор Института педагогики и психологии Череповецкого государственного университета.

*– Влияют ли гаджеты и другие электронные устройства на развитие ребенка? Мнения родителей по этому поводу разделяются.*

– Дискутируя о пользе и вреде гаджетов в дошкольном возрасте, не только родители, но и специалисты представляют диаметрально противоположные мнения: одни видят риски, другие акцентируют внимание на новых возможностях, которые появляются благодаря ранней цифровой активности детей.

Ясно одно: для детей «поколения Z» цифровой мир – привычная среда обитания; не считается с этим мы не можем. Поэтому, несомненно, педагогов дошкольного образования и родителей волнует вопрос: как использовать гаджеты, извлекая из них максимальную пользу и минимизируя риски?

Важно, чтобы цифровые технологии не использовались только в развлекательных целях, а применялись как образовательный и развивающий ресурс. Однако здесь тоже все не так просто. Сами по себе (без участия взрослого) гаджеты, интерактивные игрушки и другие электронные устройства не развивают дошкольника.

Главное правило – свободное общение взрослого и ребенка, «умный» предмет должен поддерживать развивающее воздействие родителя или педагога. В противном случае дошкольники, погруженные в цифровой мир, не просто не оказываются умнее своих сверстников, но и отстают от них в развитии.

*– Многие отмечают отрицательное воздействие устройств, но все равно активно их используют; ведь это удобно – ребенок увлекается игрой или мультфильмом, а у мамы появляется время заняться своими делами – приготовлением обеда, уборкой квартиры, звонками, взятой на дом работой. Как разграничить нормативное использование гаджетов и патологическую привязанность к ним?*

– Дать ребенку планшет или смартфон, чтобы занять его на время, кажется очень заманчивым. Поэтому родители покупают дошкольникам гаджеты и даже не задумываются об угрозе

экранной зависимости, полагая, что если уж это и случится, то не с моим ребенком и не раньше подросткового возраста. И только когда эмоциональная привязанность к гаджетам перерастает в психологическую зависимость, т.е. устройства заполняют все сознание ребенка, родители начинают бить тревогу.

Распознать экранную зависимость можно на основе комплекса признаков, которые проявляются на уровне эмоциональной, поведенческой и коммуникативной особенностей растущей личности.

Чтобы гаджет не стал главной целью и смыслом жизни дошкольника, достаточно наполнить его жизнь яркими событиями. Если родители уделяют ребенку достаточно внимания и предлагают интересный, увлекательный досуг, а опыт игровой деятельности и общения со сверстниками складывается удачно, то интерес дошкольника к гаджетам остается на уровне эмоциональной привязанности.

**– Каковы последствия экранной зависимости в дошкольном возрасте? Стоит ли родителям регулировать использование детьми гаджетов и других цифровых устройств? Каким образом это лучше делать?**

– Ощущение, что дети «поколения Z» в своем развитии опережают предыдущие поколения, объясняет, почему многие родители не задумываются о последствиях экранной зависимости и сами «подсаживают» малышей на цифровые устройства. Какова же «обратная сторона медали»?

Избыточное использование цифровых устройств в дошкольном возрасте ввиду пластичности мозга может привести к таким серьезным последствиям в когнитивном развитии ребенка, как «цифровая деменция» или «цифровое слабоумие», что характеризуется ограничением использования собственных умственных способностей, поскольку часть действий выполняет устройство. У детей нарушается восприятие, возникает сенсорная депривация, дошкольники плохо реагируют на звуковые сигналы: в дальнейшем это становится причиной низкой обучаемости и плохой успеваемости в школе. У детей дошкольного возраста, много времени проводящих с планшетом или смартфоном, практически не развита образная память. Способность длительно удерживать какую-либо картинку характеризует возможности нашей зрительной памяти. Чем дольше мы ее удерживаем, тем лучше память. В мультфильмах или компьютерной игре новый кадр гасит предыдущий, зрительная память не тренируется. Особенности мышления у детей с признаками экранной зависимости обусловлены широко обсуждаемым феноменом «клипового мышления». Оно построено на визуальных образах и предполагает переработку информации короткими порциями. У дошкольников нарушается концентрация внимания, страдает воображение, дети перестают фантазировать, становятся неспособными создавать собственные образы.

Экранная зависимость затрагивает не только когнитивную сферу растущей личности. У детей с признаками зависимости хуже сформированы социальные навыки, проявляются нарушения общения в виде деформации эмоционального компонента. У ребенка наблюдается эмоциональная незрелость, замкнутость, неспособность к сопереживанию, нарушается способность к эмоциональной саморегуляции. На фоне нарастающей социальной дезадаптации может появиться агрессивность, тревожность и другие симптомокомплексы эмоционального неблагополучия. Поведение отличается неадекватностью реакции на различные жизненные ситуации, так как реальный мир не поддается управлению с помощью сенсорной клавиатуры.

Таким образом, у детей дошкольного возраста при патологической привязанности к гаджетам и другим цифровым устройствам общее развитие замедляется, страдает познавательная, эмоциональная, мотивационная, ценностно-смысловая, поведенческая особенности личности. Однако в разумных пределах использование цифровых устройств может быть полезным для

развития логики, внимания, мышления. Проблемы возникают при бесконтрольном и нерегулируемом со стороны взрослых использовании гаджетов.

Родительская регуляция, так называемая родительская медиация, в отношении использования ребенком цифровых устройств может быть разрешающей (активная медиация, мониторинг) и ограничивающей (выработка правил использования, родительский контроль). Исследование, проведенное кафедрой дошкольного образования в рамках договора на разработку научно-исследовательской работы с Автономным образовательным учреждением Вологодской области дополнительного профессионального образования «Вологодский институт развития образования», показало, что родители дошкольников пытаются выступать медиаторами поведения своих детей в цифровом мире, в основном прибегая к запрету, зачастую они делают это непоследовательно и бессистемно. Такая запрещающая стратегия не обеспечивает формирования у ребенка иммунитета к угрозам цифрового мира. Кроме того, запрещающая стратегия одновременно с рисками минимизирует и развивающий потенциал цифровых технологий. В дошкольном возрасте наиболее эффективна стратегия вовлечения детей в открытое обсуждение правил использования гаджетов, справедливых для всей семьи.