

Самиева А.А., Сактаганова К.Г.

Центр поддержки детей с аутизмом, Республика Казахстан

Цифровой аутизм

Цифровой аутизм - это состояние, при котором молодые люди не могут поддерживать длительный психологический контакт друг с другом, они не интересуются внутренним миром другого человека, другие люди для них стали заменяемыми, потому что они не видят ценности каждого из них в отдельности.

Данный термин «вертуального аутизма» исследовал Мариус Замфир, он изучил две контрольные группы и пришел к малоутешительным выводам. Дети, которые смотрели более 4 часов в экран компьютера, телевизора или телефона оставали в развитии от своих сверстников. У них появилась стереотипная формы поведение (движения и слова), ухудшилась речь и зрительный контакт. Все эти признаки схожу с первыми признаками аутистов. Именно после данного исследования широко заговорили о цифровом аутизме – потери навыков живого общения под влиянием информационных технологий.

Цифровой аутизм появился относительно недавно, по сравнению с обычным аутизмом. Если у «классического» аутизма есть врожденные предпосылки, то данная форма нарушения проявляется у детей к 1,5 годам.

Как было отмечено ранее, развитие цифрового аутизма берет начало с формирование речи. Родители прекрасно знают, что с детьми нужно разговаривать, им нужно объяснять, как устроен окружающий мир. Ребенок должен осознавать, что правильно, а что нет. Необходимо объяснять какое поведение допустима, а какое нет, какие вещи стоит трогать в быту, а какие опасны. С помощью этого детский мозг запоминает все, что может быть опасно для него. Поэтому очень важно ограничивать время при просмотре тех же самых мультиков, в которых замыкается ребенка. Есть и случае, когда с помощью телефона детей отвлекает от нежелательного поведение, родителям проще предоставить вещь, которая привлечет его внимание и успокоит, чем

разбираться с проблемой. Это и формирует зависимость гаджеты начинают контролировать и удерживать внимание ребенка. Становясь старше дети и, подростки находят в данном мире друзей, развлечения, игры все, что им необходимо и уже нет потребности и обычном мире. При этом он не учиться умению сочувствовать другим людям он не видит их эмоции, возникают трудности в социальном общении, коммуникации, таким людям трудно завести разговор первыми. Поэтому специалисты настоятельно рекомендуют детям первых двух лет жизни дольше гулять, находиться на улице, на природе, общаться как можно больше с взрослыми или старшими ребятами, которые говорят и играют с ними. В 2008 году Американская академия педиатрии рекомендовала родителям ограничить доступ детей к цифровым технологиям в возрасте от 0 до 2 лет.

Рассмотрим, на какие признаки необходимо обратить внимание у в своих детей:

- ребенку интереснее общаться в социальных сетях, чем видеться с друзьями в живую;
- понаблюдайте, если вы заметили, что ребенок постоянно проверяет соц. сети, даже когда рядом семья или просто приятные люди;
- у детей тяжело складывается общения с людьми;
- нет заинтересованности в конкретных людях, и они для него легко заменимы;
- ребенку неинтересно, что вы чувствуете или, что чувствует семья в целом;
- много времени проводит в телефоне или за компьютером;
- реальная жизнь бедна на события и эмоции.

Если у ребенка присутствуют данные признаки, необходимо принимать определенные действие и сокращать потребление интернета, как родители должны повести себя в таких ситуациях:

1. Сократить количество потребление экранного времени у детей.

2. Повешать дома расписание, согласно, которому ребенок будет получать телефон в определенное время на 30 минут.
3. Разрешать подростку пользоваться почтой, только при необходимости.
4. Не разрешать пользоваться телефоном за 1 час до сна и 1 час после пробуждения.
5. Больше общайтесь с ребенком, смотрите ему в глаза, устанавливайте с ним зрительный контакт, рассказывайте о своих чувствах, делитесь своими переживаниями.
6. Помогайте ребенку в общении с окружающими людьми, чтобы ребенок здоровался и разговаривал с соседями, заводил диалог.
7. Вызывайте у ребенка эмоции, переживание за других, чтобы он ставил себя на чужое место. Смеялся вместе с друзьями – это лучшая профилактика цифрового аутизма.

Для того чтобы у детей было правильное умственное формирования, для того, чтобы перестать деградировать, а наоборот развиваться - необходимо ограничить цифровое потребление. Детям лучше вообще запретить гаджеты и смартфоны или ограничить до часа в день. Взрослым стоит выделить определенное время на просмотр почты, отключить всевозможные уведомления в приложениях и социальных сетях, читайте книги не в электронном формате, а бумажный вариант. Общайтесь с живыми людьми, пытайтесь понять их и не доставайте при этом свой смартфон, разговаривайте с соседями, не делайте вид, что их не знаете, это же не так, встречайтесь со старым друзьями, одноклассниками и одноклассниками.

Литература:

1. Пушкарев, К.С. Цифровой аутизм. Как гаджеты лишают детей эмоций [Электронный ресурс] / К.С Пушкарев// I-balaQai. О воспитании, здоровье и осознанном родителстве №7 URL: <https://tengrinews.kz/ibalaqai/tsifrovoy-autizm-kak-gadjetyi-lishayut-detey-emotsiy-434827/>.
2. Барбера, М.Л. Детский аутизм и вербально-поведенческий подход. Екатеринбург, 2014 г.– 304 с.
3. Тейлор, Д. Здоровье по Дарвину: Почему мы бодем и как это связано с эволюцией. М.: Альпина Паблшер, 2016. - 333 с.
4. Никольская, О.С. Аутичный ребенок: пути помощи: научно-популярная литература [Текст] / О.С. Никольская, Е.Р. Баенская, М.М. Либлинг. – 2-е изд., стер. – М.: Теревинф, 2011. – 333 с.

5. Лебедева, М.Ю. Особенности восприятия и понимания цифровых текстов: междисциплинарный взгляд. [Текст] / М. Ю. Лебедева, Т. С. Веселовская, О. Ф. Купрещенко. - Перспективы Науки и Образования: международный электронный научный журнал. 2020. 4 (46). С. 74-98.