

# ХРОНОБИОЛОГИЧЕСКИЕ, ГЕНДЕРНЫЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ У ПОДРОСТКОВ

Титова Д.А., Шеметовец Т.Н., Солтан М.М.

*Белорусский государственный медицинский университет,  
кафедра детей и подростков  
г. Минск*

**Ключевые слова:** компьютерная зависимость, подростки, хронотип, гендерные различия.

**Резюме:** в статье приведены результаты изучения риска формирования компьютерной зависимости у 324 подростков с учетом хронобиологических, гендерных и социальных особенностей.

**Resume:** the article presents the results of studying the risk of forming computer dependence in 324 adolescents, taking into account chronobiological, gender and social characteristics.

**Актуальность.** Повсеместное внедрение в жизнь современного общества информационно-коммуникационных технологий имеет не только положительные, способствующие развитию общества, аспекты, но и отрицательные, связанные, прежде всего, с влиянием этих технологий на состояние здоровья пользователей, особенно детей и подростков [2, 6]. В силу возрастных психофизиологических особенностей именно этот контингент наиболее чувствителен к любым неблагоприятным влияниям [4]. Наиболее серьезной проблемой становится психическое здоровье юных пользователей и формирование аддиктивных форм поведения, связанных с использованием современных средств коммуникации [5].

Одним из перспективных направлений первичной профилактики компьютерной аддикции является выявление групп риска с учетом хронобиологических, гендерных и социальных особенностей контингента [1].

**Цель:** донозологическая диагностика аддиктивного поведения у подростков с учетом хронобиологических, гендерных и социальных особенностей.

**Задачи:** 1. Изучить частоту встречаемости разных хронотипов среди обследованного контингента; 2. Изучить риск развития компьютерной зависимости среди подростков; 3. Изучить распространенность различных форм аддиктивного поведения среди подростков с учетом хронобиологических, гендерных и социальных различий; 4. Обосновать возможность использования оценки хронобиологических особенностей личности для выявления групп риска по развитию аддиктивных форм поведения.

**Материалы и методы.** Всего обследовано 324 подростка в возрасте 13-18 лет, обучающихся в различных учреждениях образования г. Минска, из них мальчиков – 43,21%, девочек – 56,79%. Для диагностики хронофизиологических особенностей личности использовался тест Хорна – Остберга [1]. Риск формирования компьютерной зависимости изучался с помощью анкеты Л. Н. Юрьевой, Т. Ю. Больбот [5]. Обработка данных осуществлена с помощью программы STATISTICA 8,0 (Stat Soft inc.), Microsoft Excel. Для оценки достоверности различий применялся критерий  $\chi^2$ . Статистически значимыми считали различия при  $p < 0,05$  [3].

**Результаты и их обсуждение.** В последнее время все чаще обращают внимание на связь между хронотипом человека и развитием определенной патологии [1]. Хронобиологический тип отражает суточную динамику функциональной активности различных органов и систем организма, в том числе и характер секреции гормонов, прежде всего серотонина, мелатонина и кортизола. На сегодняшний день установлены значительные различия в обмене вышеперечисленных гормонов у лиц с различными формами аддикции. Выделяют 3 разновидности хронотипа: утренний («жаворонки»), промежуточный или аритмичный («голуби») и вечерний («совы»). Проведенное нами исследование показало, что половина обследованных подростков имеет аритмичный хронотип (50%), треть – вечерний (30,6%), каждый пятый – утренний (19,4%).

Изучая вероятность формирования компьютерной аддикции, мы выяснили, что только 8,95% обследованных не имеют риска формирования аддиктивного поведения, у остальных он диагностируется в различной степени выраженности: от стадии увлеченности (у 58,02%) до риска развития компьютерной зависимости (у 33,03%). Среди обследованных не было выявлено лиц с самой компьютерной зависимостью, как патологическим состоянием.

Изучая биоритмологические особенности формирования компьютерной зависимости, мы выяснили, что лица с утренним хронотипом (15,87%) достоверно реже попадают в группу риска формирования аддиктивного поведения по сравнению с аритмичным (8,02%) и вечерним (6,06%) хронотипами ( $\chi^2 = 4,165$ ;  $p < 0,05$ ). Среди сов (61,62%) и голубей (59,26%) несколько чаще, чем у жаворонков (49,2%) встречалась стадия увлеченности компьютерными технологиями. Частота выявления риска развития компьютерной аддикции не зависела от биоритмологических особенностей личности и встречалась у каждого третьего жаворонка (34,93%), голубя (32,72%) и совы (32,32%).

Мы обнаружили гендерные особенности формирования риска компьютерной зависимости у подростков. Оказалось, что в целом девушки несколько чаще попадают в группу риска формирования аддикции, чем юноши (92,39% против 89,29% соответственно). Однако для лиц женского пола по сравнению с мужским оказалась более характерной стадия увлеченности компьютерными технологиями (61,41% против 53,57%). У юношей, наоборот, несколько чаще (35,72%), чем у девушек (30,98%), регистрировался риск развития самой компьютерной зависимости.

Мы проанализировали вероятность формирования риска компьютерной аддикции в зависимости от вида учреждения образования. Выяснилось, что в целом риск аддиктивного поведения несколько выше среди подростков учреждения среднего специального образования лингвогуманитарной направленности (95,24%) по сравнению с подростками из учреждения общего среднего образования (91,55%) и учреждения профессионально-технического образования (86,95%). Стадия увлеченности чаще встречалась среди школьников (60,57%), чем среди обучающихся в учреждении среднего специального (54,77%) или профессионально-технического образования (52,17%). Однако риск развития компьютерной аддикции чаще выявлялся у подростков учреждения среднего специального образования (40,47%), чем у школьников (30,98%) или обучающихся в учреждении профессионально-технического образования (34,78%).

**Выводы:** 1. Наиболее часто среди подростков встречается аритмичный хронотип; 2. Более 90% обследованных подростков имеют риск развития компьютерной аддикции; 3. Риску формирования аддиктивного поведения более подвержены лица с аритмичным и вечерним хронотипами; 4. Для юношей характерен более выраженный риск формирования компьютерной зависимости, чем для девушек; 5. По мере усложнения образования нарастает вероятность формирования компьютерной аддикции; 6. Диагностика хронобиологических особенностей личности позволяет выявить группы риска по развитию девиантного поведения и разрабатывать целенаправленные профилактические мероприятия.

#### **Литература**

1. Балбатун, О. А. Методы диагностики и значение хронотипов человека / О. А. Балбатун // Медицинские знания. – 2011. - № 1. – С. 24-26.
2. Борисова, Т.С. Медико-социальные аспекты использования информационно-коммуникационных технологий среди учащихся и молодежи // Т.С. Борисова, М.М. Солтан, Н.А. Болдина // Здоровье и окружающая среда: сб. науч. тр. / М-во здравоохран. Респ. Беларусь. Науч.-практ. центр гигиены; гл. ред. С.И. Сычик. — Минск: РНМБ, 2014. — Том 2, вып. 24. — С. 111-114.
3. Гланц, С. Медико-биологическая статистика / С. Гланц. - М.: Практика, 1998. - 459 с.
4. Кучма, В. Р. Формирование здоровья детей и подростков в современных социальных и эколого-гигиенических условиях / В. Р. Кучма. – М.: ММА имени И.М. Сеченова, 1996. – С. 58-63.
5. Менделевич, В. Д. Психология девиантного поведения: учеб. пособие / В. Д. Менделевич. – М.: МЕДпресс, 2001. – 432 с.
6. Юрьева, Л. Н. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика / Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Ботьбот. - Днепропетровск: Пороги, 2006. - 196 с.