

АНАЛИЗ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ СОВРЕМЕННЫХ СЕЛЬСКИХ ШКОЛЬНИКОВ

Васильев Е.В.¹, Шулаев А.В.², Васильев В.В.¹

¹Пензенский государственный университет, Пенза, Россия;

²Казанский государственный медицинский университет
Минздрава России, Казань, Россия

Ключевые слова: сельские школьники; интернет-зависимое поведение

Актуальность. Интернет-зависимое поведение (ИЗП) превратилось в «эпидемию XXI века» и грозит негативными социальными последствиями, в том числе ухудшением здоровья и изменением образа жизни детей. **Цель:** провести субъективную оценку влияния использования Интернета на состояние здоровья и образ жизни сельских школьников.

Материалы и методы. В 2023 г. нами проведён онлайн-опрос сельских учащихся: 377 человек в 5–8-х классах и 194 человека — в 9–11-х. Диагностика интернет-зависимости проводилась по опроснику «Шкала интернет-зависимости Чена», включающего 6 оценочных шкал. Сумма баллов всех шкал CIAS является интегральным показателем наличия ИЗП, оцениваемого по трёхуровневой шкале: 27–42 балла — отсутствие ИЗП; 43–64 балла — склонность к возникновению ИЗП; 65 баллов и более — наличие ИЗП.

Результаты. Устойчивое ИЗП выявлено у 10,9% учащихся 5–8-х классов и 12,4% учащихся 9–11-х классов, в то время как у 46,1 и 51% соответственно выявлена склонность к возникновению ИЗП, у 43 и 36,6% — минимальный риск, т.е. ИЗП отсутствует. Значения общего CIAS балла у учащихся 5–8-х классов со сформированным ИЗП было значимо выше, чем у детей без ИЗП, — $74,3 \pm 1,47$ и $34,9 \pm 0,36$ ($p < 0,01$), 9–11-х классов — $73,8 \pm 1,34$ и $35,3 \pm 0,55$ ($p < 0,01$). Учащиеся 5–8-х и 9–11-х классов с устойчивым ИЗП достоверно чаще ($p < 0,001$) жаловались на повышенную раздражительность — OR = 8,6 (6,1–12,1), OR = 5,2 (3,3–8,2) соответственно, при этом сила взаимосвязи между переменными оценивается как средняя — $\phi = 0,47$ (0,41–0,53), $\phi = 0,48$ (0,38–0,56), головную боль — OR = 3,9 (2,9–5,3), OR = 7,6 (4,6–12,8), $\phi = 0,32$ (0,25–0,39), $\phi = 0,42$ (0,33–0,5), повышенную утомляемость — OR = 4,7 (3,4–6,6), OR = 5,7 (3,1–10,3), $\phi = 0,34$ (0,27–0,4), $\phi = 0,32$ (0,21–0,39). У них чаще ($p < 0,001$) регистрируются симптомы зрительного переутомления: расплывчатость изображения — OR = 4,7 (3,4–6,6) и OR = 6,2 (3,9–9,6), $\phi = 0,34$ (0,27–0,4) и $\phi = 0,42$ (0,32–0,51); повышенное слезотечение — OR = 8,6 (6,1–12,1) и OR = 6,7 (4,3–10,6); $\phi = 0,47$ (0,41–0,53) и $\phi = 0,44$ (0,34–0,53). Кроме того, они чаще ($p < 0,001$) жалуются на дорсалгию — OR = 4,4 (3,2–6,0) и OR = 5,2 (3,3–8,2), $\phi = 0,35$ (0,28–0,41) и $\phi = 0,38$ (0,28–0,47). Учащиеся с устойчивым ИЗП отмечают значимое уменьшение продолжительности сна, прогулок на свежем воздухе и увеличение доли сидячего образа жизни ($p < 0,05$).

Заключение. Каждый десятый сельский школьник имеет устойчивое ИЗП, многие из них жалуются на соматическое и психическое здоровье, нездоровый образ жизни.
