



## ЦИФРОВОЙ АУТИЗМ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Атабаева Дильшода Азатовна

*НМПИ, кафедра дистанционного обучения социально-гуманитарным дисциплинам*

Назарова Гульзада Бахытовна

*студентка 5 курса, Отдела заочного отделения НГПИ им.Ажинияза*

**DOI:** <https://doi.org/10.5281/zenodo.15079316>

**Аннотация.** *Цифровой аутизм у детей дошкольного возраста является современным феноменом, вызванным чрезмерным использованием цифровых технологий, таких как планшеты, смартфоны и телевизоры, которые могут нарушать развитие социальных и когнитивных навыков у маленьких детей.*

**Ключевые слова:** *дошкольный возраст, аутизм, технологии, проблема.решение.*

В настоящее время мы столкнулись с самым длинным и массовым периодом самоизоляции в недавней истории. О том, какие последствия могут нас ждать в результате изменения привычного образа жизни, высказывают свои выводы известные психиатры, научные специалисты лаборатории нейронаук и поведения человека. Они прогнозируют рост количества цифровых аутистов — людей, не способных к сопереживанию и существованию в социуме, и дает практические советы, как сохранить свое психическое здоровье и способность к рабочим, дружеским и личным отношениям. Всемирная организация здравоохранения уже сформировала новые диагнозы, связанные с зависимостью от социальных сетей. Это цифровой аутизм, цифровая задержка развития и цифровая зависимость.

Цифровой аутизм – это относительно новый термин, описывающий влияние чрезмерного времени, проводимого детьми дошкольного возраста с цифровыми устройствами, на их психологическое, социальное и когнитивное развитие.

Скринэйджеры, зуммеры, или поколение Z – современные дети, которые не представляют своей жизни без электронных устройств и безнадежно превосходят в этом многих взрослых.

В последние годы наблюдается рост использования смартфонов, планшетов и других цифровых технологий детьми, что вызывает обеспокоенность у педагогов, психологов и родителей. Переизбыток экранного времени может приводить к проблемам с коммуникацией, развитию эмпатии, а также нарушению способности к длительному вниманию и концентрации.

**Причины и факторы развития цифрового аутизма**



Появление и развитие цифрового аутизма во многом связано с технологическими изменениями, произошедшими в последние десятилетия. Современные дети с самого раннего возраста сталкиваются с электронными устройствами, которые становятся для них не только источником информации, но и объектами взаимодействия. Одной из причин возникновения цифрового аутизма является чрезмерная зависимость от экранных технологий, что приводит к дефициту живого общения и взаимодействия с окружающими. Дети, постоянно взаимодействующие с экранами, не получают достаточной практики в социальных навыках, что может способствовать развитию аутистических черт.

Гаджеты не разовьют пространственное понимание и восприятие предмета. Не разовьют мелкую моторику и сенсорную интеграцию. А мелкая моторика тянет за собой очень много тонких процессов и настроек. Как вы думаете, почему большинство из нас не покупают детям краски? Потому что «обои разрисуют красками, а в планшете он все то же самое делает». Но это совсем не тоже самое.

Ребёнок должен брать, лизать, швырять, кусать, собирать, и ломать. Тыкать в экран пальчиком – это не мелкая моторика. Но мы вручаем телефон, мол там всё есть. Просто и легко, а этап развития ребёнка не повторить. Он упущен.

### **Психологические и когнитивные особенности детей, подвергающихся влиянию цифровых технологий.**

Дети, чье раннее развитие активно связано с использованием цифровых устройств, могут проявлять такие признаки, как трудности в установлении контакта с окружающими, снижение способности к вербальному общению, а также проблемы с эмоциональной регуляцией. Психологи отмечают, что экраны и цифровые технологии часто не дают детям возможности научиться распознавать и выражать эмоции, а также развивать способности к эмпатии и состраданию. Дети, постоянно погруженные в виртуальный мир, могут проявлять социальную изоляцию и трудности в установлении реальных связей с людьми.

С когнитивной точки зрения чрезмерное время, проведенное за экранами, может влиять на развитие концентрации внимания и памяти. Снижается способность к глубокому восприятию и анализу информации, так как цифровые устройства склонны переключать внимание ребенка с одного объекта на другой, что мешает полноценному восприятию информации.



Социальное и эмоциональное развитие детей в условиях цифровой зависимости

Одним из наиболее ярких проявлений цифрового аутизма является нарушение социального взаимодействия. Дети, проводящие много времени за гаджетами, реже общаются с окружающими, что может привести к дефициту навыков общения и социального взаимодействия. Речь ребенка становится менее выразительной, а словарный запас ограничен. В то время как в реальной жизни детям нужно преодолевать различные социальные барьеры, например, за счет невербальных сигналов или интонации, в цифровом мире такие навыки не развиваются.

Эмоциональное развитие также подвергается негативному влиянию. Дети, часто использующие электронные устройства, могут испытывать трудности в понимании и регулировании своих эмоций. Это связано с тем, что общение через экран не требует полноценного эмоционального отклика, что ограничивает способность к эмпатии и чувствительности к эмоциям других людей.

#### **Рекомендации для предотвращения и коррекции цифрового аутизма**

Для минимизации риска развития цифрового аутизма необходимо соблюдать баланс между использованием цифровых технологий и традиционными методами воспитания. Родители и воспитатели должны активно участвовать в жизни ребенка, создавая условия для реального общения, игр на свежем воздухе и творческих занятий. Важно ограничивать время, которое дети проводят за экранами, особенно в возрасте до 5 лет, когда развитие социальных и эмоциональных навыков наиболее интенсивно.

#### **5 основных принципов по воспитанию здорового ребёнка по советам эксперта:**

1. Взаимопонимание. Когда ребёнок плачет, не качайте его, а поймите почему он плачет
2. Доверие. Если вы доверитесь своему ребёнку, и он вам будет доверять.
3. Социализация детей. Общество и навыки коммуникации развивает личность ребёнка.
4. Персонализация. По мнению невролога, любой человек уникален.
5. Всеми своё время. Важно не упустить время и ценить каждый момент со своим ребёнком. Подумайте о том, что вы сейчас можете дать ребёнку.



Разговаривайте со своим ребёнком, учите его эмоциям. Когда он их начнёт осознавать, он начнёт понимать среду, в которой растёт. Родителям необходимо понять, что им нужно лишь направлять своё чадо.

Помните, что у ребёнка останется тот характер, который был заложен до 16 лет. Вы можете в дальнейшей жизни подстраиваться под социум и его законы, но сам характер уже не поменяется. Потому так важно заложить фундаментально правильные основы.

И самое главное хочется сказать, что очень важно помнить: любые нормы и правила должны соблюдаться всеми членами семьи. Если родители с утра до вечера живут в телефоне, то как мы сможем научить ребёнка обратному? Взрослым нужно начинать с себя, показывать пример, найти мотивацию. Чаще всего это - любовь к своему ребёнку.

#### Литературы

1. МК в Кузбассе <https://www.mk-kuzbass.ru>
2. Tengrinews <https://tengrinews.kz/ibalaqai>