

Интенсивные и проблемные пользователи социальных сетей 15-17 лет: характеристика образа жизни и самочувствия



Автор: Болдырева М.Г. (м.н.с. отдела гигиены детей, подростков и молодёжи, ФБУН «ФНЦГ им. Ф. Ф. Эрисмана» Роспотребнадзора, г. Мытищи, Россия).

Социальные сети (СС) стали важной платформой для общения подростков. Влияние социальных сетей на жизнь, здоровье и развитие подрастающего поколения в России и за рубежом исследовано недостаточно.

Цель работы - дать характеристику образа жизни и самочувствия подростков в зависимости от использования социальных сетей.

Материалы и методы. Проведен онлайн-опрос 643 подростков 15-17 лет. Выборка разделена на 4 группы (таблица 1) по 2 критериям: 1) интенсивное использование СС – Intensive electronic media communication – активное использование СС для общения с друзьями, членами семьи, педагогами и людьми, с которыми познакомились через интернет на протяжении практически всего времени суток; 2) проблемное (аддиктивное) использование СС (сумма 6 и более баллов) – The Social Media Disorder Scale – шкала оценки зависимости от социальных сетей. Результаты исследования обрабатывались с использованием метода непараметрического анализа. Статистический анализ проводился с использованием программы StatTech 3.1.4. При анализе данных применялся критерий хи-квадрат Пирсона для многопольных таблиц. При сравнении 4-х групп пользователей СС выбраны факторы образа жизни, влияющие на здоровье, с максимальной частотой встречаемости и со статистической значимостью $p < 0,05$.

Таблица. Разделение на группы подростков в зависимости от использования СС.

Группы			
ИИСС + ПИСС	ИИСС + НПИСС	НИИСС + ПИСС	НИИСС + НПИСС
Интенсивное и проблемное использование СС	Интенсивное и непроблемное использование СС	Неинтенсивное и проблемное использование СС	Неинтенсивное и непроблемное использование СС

Результаты исследования

Доля подростков с **ИИСС и ПИСС** составляла 18 человек (3%), из них 72% были девушки. Большинство респондентов оценивали свое здоровье как «удовлетворительное» или «плохое»; каждый второй не удовлетворён своей жизнью, испытывал трудности в обучении, имел фобии, продолжительное время использовал устройства, оснащенные экраном (УОЭ) и играл в игры, имел интернет-зависимое поведение, являлся участником кибербуллинга, для каждого третьего характерно участие в драках и буллинге (рис.2).

Доля подростков с **ИИСС и НПИСС** составляла 129 человек (20%), почти половина из них имела дефицит сна в учебные дни и диссомнию, большинство респондентов длительно использовало УОЭ и наушники (рис.3).

Доля подростков с **НИИСС и ПИСС** составляла 36 человек (6%), из них 67% были юноши. У 67% респондентов встречались астенические реакции; каждый второй имел хронические заболевания, отмечал постоянный звон в ушах, склонен к интернет-зависимому поведению, проводил за играми продолжительное время, пренебрегал уровнем громкости наушников и имел неполную семью (рис.4).

Доля подростков с **НИИСС и НПИСС** составляла 460 человек (71%), около 50% респондентов применяли правила безопасного использования УОЭ и наушников и не испытывали никаких жалоб со стороны здоровья; обучающиеся использовали УОЭ для поиска информации и выполнения домашнего задания (ДЗ), большинство подростков имело полную семью и высокую социальную поддержку (рис.5).

Необходимо проводить научные исследования для изучения влияния СС на здоровье детей и подростков.

Рис. 1. Распространенность групп в зависимости от использования социальных сетей, %.

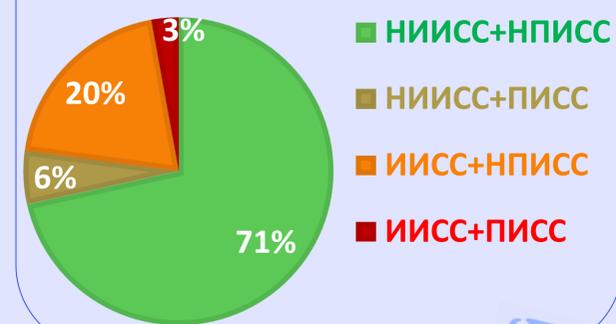


Рис. 2-5. Особенности образа жизни и самочувствия подростков в зависимости от использования СС по каждой группе, % ($p < 0,05$).

