

РАЗВИТИЕ ЦИФРОВОЙ ДЕМЕНЦИИ: К ТЕОРИИ ВОПРОСА

*Гаврилова Татьяна Николаевна**учитель английского языка,
МОАУ «Гимназии № 7» (полного дня),
РФ, г. Оренбург
E-mail: tngavrilova@mail.ru*

THE DEVELOPMENT OF DIGITAL DEMENTIA: TO THE THEORY OF THE QUESTION

*Tatiana Gavrilova**English Teacher,
MEAI "Gymnasium № 7" (full day),
Russia, Orenburg*

АННОТАЦИЯ

Представлен краткий экскурс в историю вопроса о возникновении термина «цифровое слабоумие». Описывается взаимосвязь данного явления с широким использованием цифровых устройств. Рассматривается связь цифровой деменции и обучения.

ABSTRACT

A short background to the history of the question concerning the origin of the term "digital dementia" is presented. The relation of this phenomenon with the widespread use of digital devices is described. The connection between digital dementia and learning is considered.

Ключевые слова: цифровое слабоумие, гаджеты, номофобия, интеллект.

Keywords: digital dementia; gadgets; nomophobia; intellect.

С 80-х годов XX века происходит бешеный скачок технического прогресса. Для позитивной динамики качества жизни людей за счет облегчения условий деятельности происходит внедрение компьютеров в жизнь. Компьютеризация обеспечивает автоматизацию информационных процессов и технологий в различных сферах человеческой деятельности. Жизнь становится упрощенной, информация со всего мира находится в открытом доступе для человека любого возраста.

Время, проводимое за гаджетом, стремительно увеличивается. Особенно заметна эта тенденция у обучающихся среднего школьного возраста. Это приводит к неизбежным последствиям для человека.

Настоящей болезнью XXI века становится цифровая деменция (Digital dementia). На данный момент болезнь официально не признана, но масштабы ее поражают.

Слово «деменция» — производное от латинских слов *de* (вниз) и *mens* (разум). Дословное его значение — *умственный упадок*. Это важно, потому что при любом упадке продолжительность и протекание процесса зависит от начальной его точки. Тому, кто стоит на песчаной дюне на берегу моря и начинает спуск до уровня моря, много времени не понадобится. Но тот, кто начинает спуск с вершины Эвереста, будет еще долго находиться на большой высоте (несмотря на то что он неуклонно спускается вниз).

Аналогичные процессы происходят и при деменции. Здесь умственная работоспособность снижается в конечном итоге потому, что нервные клетки отмирают. Из целого ряда исследований, посвященных самым различным формам разрушения нервных клеток, нам известно, что процесс отмирания для самого человека, как правило, идет незаметно [4, с. 78].

Цифровая деменция развивается благодаря чрезмерному использованию гаджетов. Распространяется у людей в возрасте от десяти до тридцати лет.

Данный термин ввел невролог М. Шпитцер, адаптировав его от исследований ученых Южной Кореи.

Чрезмерное употребление гаджетами приводит к зависимости от них. Это, в свою очередь, связано с понятием номофобии, то есть боязни оставить телефон где-либо. Слово произошло путем аббревиации оборота «no mobile phone phobia».

Использование цифровых СМИ в детском саду и в начальной школе в действительности имеет сходство с первой инъекцией наркотика. В Южной Корее, стране с самой высокой плотностью цифровых СМИ в школах, по данным правительственных органов, уже в 2010 г. 12 % от общего числа школьников страдали зависимостью от Интернета. Поэтому выражение «цифровое слабоумие» пришло к нам именно оттуда.

Но и в Европе зависимость от компьютера и Интернета получает все большее распространение. Поэтому появились и соответствующие клиники. Врачи поражаются тому, насколько серьезными могут быть последствия бесконтрольного использования техники.

В России около 78% детей используют смартфоны, более 50% свободного времени дети проводят в цифровом пространстве.

Отметим тесную связь между развитием цифровой деменции и успеваемостью. Так, обучающиеся, имеющие средний балл 3,0 тратят более 55% свободного времени на времяпровождение с телефоном или планшетом. Учащиеся с баллами 4 и 5 рядом с техникой в течение 40% своего времени.

Признаками цифровой деменции у детей являются:

1. Задержка развития.
2. Низкая концентрация внимания.
3. Тревожность.
4. Склонность к депрессивному состоянию.
5. Приступы беспричинного гнева.
6. Низкая обучаемость.

Учеными разных стран доказано, что гаджеты запускают процесс инфантилизации мозга, происходит снижение его работоспособности и замедление реакции.

Цифровая деменция, подобно вирусу, поражает также двигательную активность ребенка. Дети перестают гулять на улице, отодвигают на второй план подвижные игры. Снижается и даже пропадает тяга к спорту, трудовой деятельности. Вместо вечерней прогулки после того, как ребенок сделал уроки, возникает желание начать переписку в мессенджерах и социальных сетях. Это приводит к снижению иммунитета, увеличению роста числа страдающих от ожирения и повышенной агрессии детей. Все является следствием того, что детскому мозгу не хватает внешних продуктивных стимулов.

Мозг человека является достаточно сложным механизмом, его функциональность похожа на мускулы: чем активнее работает мозг, тем интенсивнее он растет. Если не обучаться, не трудиться, не прилагать усилия над решением важных задач, мозг ослабевает. Новые нейроны образуются при включении в нейронные сети, которые существуют в столь важном органе.

Напрямую процесс «включения» связан именно с обучением. Для успешного результата мозг необходимо тренировать сложными, порой даже нестандартными задачами. Это поможет предотвратить цифровую деменцию.

Увеличение мотивации к обучению позволит достичь наилучших результатов. Когда ученик увлечен деятельностью, желание взять в руки гаджет пропадает. Мы не можем отрицать пользу цифровизации в образовании и других сферах деятельности человека. Цифровой мир делает человека самостоятельным, увеличивает доступность образования, в частности, обучающимся с ОВЗ и пр.

Угроза цифровой деменции возникает в том случае, когда человек привыкает идти по готовому цифровому шаблону. Выбранный способ изучения материала определяет, каким образом выученное откладывается в мозге. Тот, кто постигает мир через клик мышью или прикосновение к сенсорному экрану, соображает медленнее, чем тот, кто прочитает книгу или пощупает материал руками.

Кто хочет владеть серьезными знаниями, обращается к реальности. Скорость мыслительных процессов тесно связана с уровнем интеллекта. Быстрота мышления — признак высокого интеллекта. Доказано, что цифровой способ постижения мира отрицательно воздействует на формирование головного мозга.

Таким образом, изучение проблемы цифровой деменции в России только начинает распространение. Ученые начали обращать внимание на данный недуг, но в обществе необходимо стараться тормозить этот процесс и повышать мотивацию к обучению и тренировать внимание различными способами.

Список литературы:

1. Информационный портал Time [Электронный ресурс] URL: <https://time.com/4474496/screens-schools-hoax/> (Дата обращения 12.02.22).
2. Карпова Е.Е. Теоретический анализ понятия "цифровая зависимость" в зарубежных исследованиях. / Е.Е. Карпова // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина 2017. №4. – С. 1-4.
3. Российская газета [Электронный ресурс] URL: <https://rg.ru/2021/12/14/70-procentov-shkolnikov-provodiat-zasmarftfonami-pochti-vse-svobodnoe-vremia.html> (Дата обращения 09.02.22).
4. Шпитцер М. Антимозг: цифровые технологии и мозг. / М. Шпитцер М.: АСТ, 2013. - 288 с.