



Децата в дигиталния свят: рискове и страхове

**ЕКСПЕРТНО СТАНОВИЩЕ**

На 27.01.2018 г. в гр. София се проведе експертна среща на тема „Виртуалният свят и влиянието му върху децата“, организирана от Българска педиатрична асоциация, Фондация „Приложни изследвания и комуникации“ и Асоциация „Родители“. В срещата участваха специалисти от различни области – педиатри, клинични и училищни психолози, медицински специалисти, експерти по онлайн безопасността на децата, както и представители на Световната здравна организация (СЗО), Национален център по общественото здраве и анализи, Българска асоциация на професионалисти по здравни грижи, УНИЦЕФ България, сп. „Практическа педиатрия“, Сдружение „Фракарита България“, Институт за прогресивно образование, Сдружение деца и юноши и др. Целта на срещата бе да се обсъдят теми и да се подготви становище доколко навлизането на децата във все по-ранна възраст в света на дигиталните технологии има евентуални последици върху тяхното здраве.

Доцент Михаил Околийски - представител на СЗО, запозна участниците с включването в 11-ата редакция на Международната класификация на болестите (ще се публикува през м. юни 2018) в раздела **зависимости** на нова нозологична единица - „**игрово разстройство**“. Поставянето на подобна диагноза обаче изисква внимателно, целенасочено наблюдение и анализ на фактите в продължение най-малко на 12 месеца. За целта СЗО определя с прецизност основните симптоми, по-важните от които са липса на самоконтрол върху игровата дейност и придаване на приоритет на играта пред другите дейности.

Беше повдигнат въпросът за разграничението между разстройство и норма (например, поведението на професионалните геймъри), като беше отбелязано, че броят диагностицирани е много малък в сравнение с общия брой геймъри и не са налични достатъчно изследвания, за да се правят заключения за епидемичност. Експерти клиницисти изтъкнаха, че става въпрос за модел на поведение на натрапливо търсене на възможност за игра, т.е. тук трябва да се отчита и потенциалната роля на невроналните структури в изграждането на този модел, най-вече системата за „възнаграждение“ в мозъка.

Представените случаи от специалисти от Националната информационна линия за наркотиците, алкохола и хазарта повдигнаха въпроса за това кои биха били причините и рисковите фактори за възникване на игровото разстройство в младежка възраст (липса на умения за структуриране на времето; недостатъчно развити социални умения; трудности в изразяването на емоции и т.н.).

Участниците подчертаха риска от погрешна интерпретация от медиите на игровото разстройство и възможността да се внушава, че във всички случаи на по-дълго



общуване с виртуалния свят се отнася за болестно състояние, т.е. **компютърна или интернет зависимост**.

Опасността от подобна прибързана интерпретация, особено при децата и юношите, е да не се направи адекватна оценка на причините за възникването на игровото разстройство. Трябва да се подчертае, че използването на компютри и други дигитални устройства и интернет само по себе си не е признак на болест. Както се посочи по-горе, диагнозата на „игровото разстройство“ изисква задълбочен анализ и търсене на причините, които водят до появата му. Ако повърхностно се приеме, че „общуването“ с виртуалния свят е причина за състоянието, е налице сериозна опасност да се пропусне поставянето на точна диагноза и най-вече да не се изяснят причините, включително и рисковите фактори, довели до засягане на психичното здраве.

В преобладаващия брой случаи нарушаването на нормалния ритъм на живот поради прекомерна употреба на интернет е компенсаторно поведение, което е сигнал за наличие на емоционално-психологически проблем, който трябва да се диагностицира и лекува. В тази връзка се отбелязва, че трябва да се обърща внимание не само на това колко време прекарва даден потребител в интернет, но и на това какви са по същност онлайн дейностите, с които той е ангажиран. Важен е начинът, по който потребителят структурира времето си, както и начинът, по който управлява желанието си. Няма научни доказателства, че дигиталните устройства или интернет сами по себе си водят до поведенческо разстройство.

Участниците в срещата подчертаха и необходимостта от провеждане на разумна информационна кампания за работещите в медиите, както и в образователната и здравна система.

Засегнат бе и проблемът доколко игровото разстройство е разпознаваемо като опасност. В тази връзка е важно да се обърне сериозно внимание на превенцията, т.е. да се идентифицират рисковите фактори, които биха могли да доведат до развитието на подобно разстройство. Необходимо е съответно своевременно прилагане на адекватни предпазващи мерки, особено в периода на детско-юношеското развитие.

Това отваря и въпроса за сензитивността към проблема, както и за качеството на първичната здравна грижа в България. В страната е призната специалността „Хигиена на детско-юношеската възраст“. За съжаление тези специалисти стават все по-малобройни. Създадената система за първична здравна грижа за децата, която е поверена на общопрактикуващите лекари, не може да отговори на подобни предизвикателства. Необходимо е освен това да се изработят хигиенни критерии за работата в интернет и особено при използването на игри, както има такива за работа с компютър.

Независимо от това, че както се каза по-горе, няма научни доказателства за евентуалната вреда върху физическото здраве в резултат на използването на дигитални устройства, промените в технологиите настъпват много бързо, което затруднява



safenet.bg

изработването на адекватна методология за оценка. Във връзка с потенциалните рискове обаче би било препоръчително производителите да бъдат задължени да прилагат указания за отговорно ползване на дигиталните устройства.

В заключение експертите се обединиха около мнението, че е необходимо да се изработят ясни становища по засегнатите проблеми, които да се разпространят сред професионалистите, работещи с деца. Особено важно е информацията да достигне до общопрактикуващите лекари и училищните психолози, тъй като често те са първите, които се сблъскват с подобни оплаквания от страна на родителите и трябва да могат да ги насочат към съответен специалист. Беше обсъдена и идеята информацията, която се публикува в здравните сайтове, да бъде акредитирана, но остава открит въпросът от кого и по какъв начин да се случва това.