

## **Виртуальный аутизм — это уже реальность!**

Проблема год от года становится все актуальнее — в 90% случаев родители детей с ментальными особенностями признали, что их малыши проводили 4–5 часов в день перед телевизором, мобильным телефоном или планшетом.

Исследование, проведенное Центром детей-аутистов Румынии, показало, что у 90 % детей в возрасте 2–3 лет триггерным (провоцирующим, запускающим — ред.) фактором развития расстройств аутистического спектра (РАС) стал чрезмерный просмотр (более 4–5 часов в день) телевизионных программ или взаимодействие с другими формами и видами виртуальной реальности.

Для взрослых даже 5 часов просмотра телевидения и интернета в день не становятся повреждающим фактором, но на совсем маленьких детей (возрастом 0–2 года) электронные гаджеты оказывают просто разрушительное действие. Мариус Замфир, психолог и координатор Центра детей-аутистов Румынии, собственно, и придумавший термин «виртуальный аутизм», поделился результатами проведенного им и коллегами исследования: «В большинстве случаев у малышей, которых оставляли более 5 часов перед экранами с виртуальной реальностью, выявлены задержки психомоторного развития и речевых функций, расстройства поведения вплоть до очень серьезных — СДВГ или даже аутизма. Это подтверждалось в 90% случаев при новых обращениях родителей с детьми до 2 лет».

«Самое поразительное то, что практически невозможно отличить «аутизм виртуальный», то есть развившийся вследствие неконтролируемого воздействия на психику ребенка гаджетов, от классического, потому что симптомы совершенно одинаковы. Это отсутствие или затрудненность социализации, устойчивого зрительного контакта, речи, ролевых игр, где ребенок перевоплощается в воображаемого персонажа, а также преобладание повторяющихся слов, фраз, действий и игр — так называемые стереотипии, — акцентирует внимание на проблеме Мариус Замфир и добавляет: — Разница между классическим и виртуальным аутизмом заключается в том, что в первом случае мы говорим о биологическом неврологическом недоразвитии, а во втором — об уничтожении нейроразвития, вызванного воздействием виртуальной реальности. **При биологическом недоразвитии синапсы практически не восстанавливаются, но при ненадлежащем их развитии, например, неконтролируемом просмотре гаджетов и почти полном отсутствии живого общения, есть шанс все восстановить, если вовремя заняться стимуляцией нейронных областей ребенка, его правильным развитием».**

Как правило, дети узнают смысл слов с помощью социального взаимодействия — играя с разными предметами, взаимодействуя с людьми, которые объясняют им, что они видят и как это работает, для чего нужно. Панама ассоциируется у малыша с теплом и солнцем, шапка — с холодом. Ребенок узнает о мире, объектах, игрушках, прямо взаимодействуя с ними или через чувства. Мозг малыша не может развиваться без прикосновений других людей или предметов, без понимания связей между собой, людьми и их действиями. Свет и шум, создаваемые экранами, привлекают внимание ребенка, но не могут нормально развить его мозг.

Экраны настолько захватывают внимание и все чувства ребенка, что он уже не может быть внимательным к тому, что происходит вокруг него. Ведь на экране все гораздо ярче, громче и быстрее. Так рождается зависимость от света, шума и картинки, продуцируемых гаджетами, которые тем самым изолируют ребенка, удерживают его от взаимодействия с другими людьми, абсолютно необходимого для развития речи и навыков общения. **Чрезмерный шум, свет, быстрота смены кадров (даже в мультфильмах) могут вызывать у ребенка негативные и довольно болезненные эмоции, которые достаточно часто переходят в жестокое и агрессивное поведение, неконтролируемую ярость.**

Психологи и медики настоятельно рекомендуют детям первых двух лет жизни дольше гулять, находиться на улице, на природе, общаться как можно больше со взрослыми или старшими ребятами, которые говорят и играют с ними.

Еще в 2008 году **Американская академия педиатрии рекомендовала полностью ограничить доступ к мультимедийным технологиям и устройствам детей в возрасте от 0 до 2 лет. Для детей в возрасте от 3 до 6 лет взаимодействие с виртуальной реальностью должно быть ограничено максимум одним часом в день, между 6 и 12 годами жизни ребенок может уделять просмотру телепрограмм или играм на электронных устройствах не более двух часов в день.**

После исследования Замфира Центр детей-аутистов Румынии начал кампанию «Остановить виртуальный аутизм!». Ее цель — повысить осведомленность взрослых, особенно молодых родителей, об очень серьезных последствиях неконтролируемого просмотра телевизора или игр с гаджетами для психики детей в возрасте от 0 до 2 лет.