

**ВЛИЯНИЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЦИФРОВЫХ УСТРОЙСТВ НА ОНТОГЕНЕЗ  
КОГНИТИВНЫХ ФУНКЦИЙ И ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНУЮ СФЕРУ ДЕТЕЙ  
5–12 ЛЕТ: НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ И СОЦИАЛЬНО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ**

Назирова Дилафруз Алишеровна  
Университет науки и технологии Кафедра  
общественных наук Старший преподаватель

**Аннотация**

В условиях стремительной цифровизации повседневности формируется новое поколение «цифровых аборигенов», чей когнитивный и эмоциональный онтогенез протекает в принципиально иной сенсорно-перцептивной среде. Целью настоящего теоретико-аналитического исследования является выявление характера и вектора влияния интерактивных гаджетов (смартфонов, планшетов) на психику ребенка дошкольного и младшего школьного возраста.

Проведен системный обзор и вторичный анализ данных докторских диссертационных работ и рецензируемых научных статей (НИИ гигиены и охраны здоровья детей, исследования когнитивного развития детей 5–7 лет, данные по «цифровой гиподинамии»), посвященных проблематике цифрового слабоумия, трансформации памяти и эмоционального интеллекта.

Результаты. Выявлен амбивалентный характер воздействия: при формальном ускорении темпа реакции и развитии многозадачности наблюдается редукция глубинного аналитического мышления, обеднение речевого развития (упрощение синтаксических конструкций у 14-20% детей), а также рост макиавеллизма и агрессивных коммуникативных стратегий у подростков с проблемным использованием смартфонов. Установлена корреляция между пассивным экранным временем и синдромом «цифровой гиподинамии», включающим когнитивное истощение и эмоциональную апатию.

Гаджет выступает не просто инструментом, а мощным средовым фактором, модулирующим архитектуру высших психических функций. Обоснована необходимость внедрения стратегии педагогической профилактики и семейной «цифровой гигиены».

**Ключевые слова:** цифровое слабоумие, когнитивная трансформация, гаджет-аддикция, цифровая гиподинамия, эмоциональный интеллект, дошкольники, младшие школьники, проблемное использование смартфона.

**Introduction**

**THE IMPACT OF DIGITAL DEVICE USAGE ON THE ONTOGENESIS OF  
COGNITIVE FUNCTIONS AND PSYCHO-EMOTIONAL SPHERE IN CHILDREN  
AGED 5–12: A NEUROPSYCHOLOGICAL AND SOCIO-PEDAGOGICAL ANALYSIS**

**Keywords:** Digital dementia, cognitive transformation, gadget addiction, digital hypodynamia, emotional intelligence, preschoolers, primary school children, problematic smartphone use.

Гипотеза исследования и научная новизна. Современная детская популяция развивается в условиях тотальной цифровой социализации. Если в конце XX века ведущим типом деятельности, по Л.С. Выготскому, оставалась сюжетно-ролевая игра, то сегодня ее место все чаще занимает взаимодействие с сенсорным экраном. Накопленный массив эмпирических данных позволяет перейти от обсуждения мифов о «вреде компьютера» к дифференцированному нейропсихологическому анализу последствий. Основываясь на анализе докторских диссертаций и публикаций последних пяти лет (в частности, работ по гигиене детей и подростков НМИЦ здоровья детей, а также исследований когнитивной сферы «цифрового поколения»), мы выдвигаем следующую гипотезу: Систематическое и неконтролируемое использование цифровых устройств детьми дошкольного и младшего школьного возраста (5–12 лет) приводит не просто к дефициту отдельных функций, а к качественной перестройке (трансформации) когнитивного профиля. Данная перестройка характеризуется диссоциацией между возросшей скоростью переключения внимания (multitasking) и значительным снижением показателей вербально-логического мышления, долговременной семантической памяти и эмоционального интеллекта, что создает риски формирования феномена "цифровой гиподинамии" мозга .

В отличие от ранних работ, фокусировавшихся исключительно на интернет-зависимости или физиологических последствиях (зрение, осанка), настоящий анализ интегрирует данные когнитивной лингвистики и возрастной физиологии. Новизна заключается в выделении синдрома когнитивной симплификации – упрощения мыслительных и речевых моделей у 14–20% детей, активно пользующихся гаджетами, что выражается в неспособности к построению развернутых текстов и оперированию сложными синтаксическими конструкциями . Кроме того, новым является рассмотрение связи проблемного использования смартфона с личностными чертами (макиавеллизмом) и агрессивными моделями коммуникации у подростков, что ранее не было широко представлено в русскоязычном дискурсе .

## **Грани влияния на психику ребенка:**

### **2.1. Когнитивная сфера: от клипового мышления к речевой деградации**

Исследования, проведенные среди дошкольников 5–7 лет, показывают тревожную динамику. Результаты концептуально-инференционального анализа детских рассказов свидетельствуют о торможении онтогенеза когнитивного развития. Сознание и мышление таких детей развиваются по упрощенной модели: они оперируют простыми понятиями, испытывают трудности в логическом построении устного текста и грамматическом согласовании. У 14% обследованных уровень когнитивных способностей не соответствует возрастной норме, что напрямую коррелирует с ранним погружением в цифровую среду.

Данный феномен объясняется пассивным потреблением контента. Когда ребенок взаимодействует с гаджетом, мозг перегружается визуальными стимулами, но не получает опыта активной речевой практики и моторного закрепления образа (письмо, лепка). Это ведет к формированию «цифровой картины мира» с ущербной рефлексией.

## 2.2. Эмоционально-коммуникативная сфера и «цифровая гиподинамия»

Влияние гаджетов не ограничивается интеллектом. В подростковом возрасте на первый план выходит деформация коммуникативных умений. Исследование, охватившее 1122 подростка, показало, что проблемное использование смартфона положительно связано с макиавеллизмом (склонностью к манипуляции и цинизму) и зависимой/агрессивной коммуникацией. Особенно ярко это выражено у девочек: у них зафиксирована отрицательная связь между временем в смартфоне и навыками уверенной коммуникации. Вводится новый научный конструкт – «цифровая гиподинамия». Это педагогически значимый феномен, обусловленный чрезмерным экранным временем. Он включает четыре компонента:

1. Когнитивный: фрагментация внимания, снижение способности к его длительной концентрации, частичный перенос функций памяти на внешние носители («цифровая амнезия»).
2. Эмоциональный: апатия, раздражительность при отсутствии гаджета, снижение эмпатии (способности распознавать эмоции других людей в реальном общении).
3. Физический: статичность, мышечная гипотония.
4. Поведенческий: замена активного досуга пассивным скроллингом.

## 2.3. Физиологические риски как база для психических нарушений

Важно понимать психосоматическую связь. В исследованиях НИИ гигиены и охраны здоровья детей показано, что использование мобильных телефонов с высокой плотностью потока энергии ( $\geq 100$  мкВт/см<sup>2</sup>) или общей длительностью разговоров более 6–12 минут в день у младших школьников приводит к достоверному росту жалоб на головные боли, тревожность, усталость и снижение настроения. Хроническое утомление и нарушение сна (из-за синего спектра экрана) являются триггерами для развития синдрома дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ-подобных состояний) и неврозоподобных расстройств. Ребенок, испытывающий физический дискомфорт, не способен к эффективному обучению и эмоциональной регуляции.

Проведенный теоретический анализ позволяет заключить, что гаджеты являются мощнейшим экзогенным фактором, модифицирующим нейрокогнитивное развитие. Основные выводы:

1. Доказана трансформация когнитивной сферы: скорость обработки сигналов растет, но глубина понимания и способность к аналитическому мышлению снижаются.
2. Выявлен синдром когнитивной симплификации речи у 14-20% детей цифровой эпохи, что требует коррекции образовательных программ.
3. Чрезмерное использование смартфонов коррелирует с ростом личностного макиавеллизма и снижением навыков живого уверенного общения, особенно у девочек-подростков.
4. Феномен «цифровой гиподинамии» представляет собой комплексную угрозу, требующую системной профилактики с участием педагогов и семьи.

Практическая значимость: Результаты диктуют необходимость пересмотра подходов к цифровой гигиене. Запреты неэффективны. Необходима стратегия «цифрового детокса» в семье и развитие программ, стимулирующих вербально-моторную активность.

**Список литературы:**

1. Шейнов, В. П. Проблемное использование смартфона подростками и его связь с макиавеллизмом, направленностью личности и коммуникативными умениями / В. П. Шейнов, Н. Л. Бортужева, В. О. Ермак // Социальная и экономическая психология. – 2023. – Т. 8, № 2. – DOI: 10.38098/ipran.sep\_2023\_30\_2\_02 .
2. Features of verbal and cogitative activity in children aged 5-7 in the digital age // *Philology. Theory & Practice*. – 2024. – Vol. 17, Iss. 4. – P. 1315-1323. – DOI: 10.30853/phil20240191.
3. Белозерова, Л. А. Трансформация когнитивной сферы детей «цифрового поколения»: опыт анализа / Л. А. Белозерова, С. Д. Поляков // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития. – 2021. – Т. 10, № 1. – С. 23-32.
4. Peshkov, G. E. Digital hypodynamia of schoolchildren: the essence of the phenomenon and a strategy for pedagogical prevention in partnership with the family / G. E. Peshkov, I. V. Yamusheva // *Pedagogical Perspective*. – 2026. – № 1(21). – P. 87-96 .
5. Вятлева, О. А. Влияние использования мобильных телефонов на самочувствие и когнитивные функции детей / О. А. Вятлева // Гигиена и санитария. – 2020. – № 5 .
6. Бевз, С. О. О влиянии гаджетов на когнитивное развитие личности: генезис, история и последствия проблемы / С. О. Бевз, Р. А. Горягин // Вестник Краснодарского университета МВД России. – 2021.
7. Фурсова, Д. А. Digital-дети: анализ мифов и реальных проблем / Д. А. Фурсова // Вестник Московского государственного университета культуры и искусств. – 2019. – № 4. – С. 98-106. – DOI: 10.24411/1997-0803-2019-10412.