

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДАННЫХ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ДЛЯ АНАЛИЗА И КОРРЕКТИРОВКИ ЖИЗНИ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

Нурджанов С.Ф. (Университет ИТМО)

Научный руководитель – к.э.н., ординарный доцент Силакова Л.В. (Университет ИТМО)

**Аннотация.** В данной работе рассмотрены возможности использования статистических данных с носимых устройств и гаджетов для получения объективных данных в момент наличия отклонений в нормальном распределении. Также проведен анализ результатов опроса родителей о возможности получения информации о физической активности ребенка. Предложен метод применения современных технологий и цифровых данных в быстром реагировании на отклонения в статистических данных человека.

**Введение.** В современном мире достаточно сложно сочетать семейную жизнь и профессиональную занятость. Быстрый ритм жизни приводит к проблеме недостатка общения с ребенком и его воспитания, что приводит к негативным последствиям. Массовый характер, приобретаемый этой проблемой, создает проблемы с детьми и подростками, такие как: осложнение протекания подросткового периода, такие как затяжной кризис зависимости или независимости подростка по Выготскому Л.С., появление групп с романтизацией суицида среди детей и подростков, кибербуллинг, позитивная динамика числа людей с депрессией и несовершеннолетних с психоэмоциональными проблемами. Согласно отчету ВОЗ от 17 ноября 2021 года, психические расстройства наблюдаются минимум у каждого седьмого человека в возрасте 10-19 лет, из них 13% это депрессия. Последствия всего этого, мы с вами уже получаем: взрослые люди с нестабильным эмоциональным состоянием, люди с психологическими проблемами, требующие психотерапевтических сессий, согласно данным из методических пособий Арбатской Е. С. «Диагностика выявления проблем в детско-родительских отношениях» и Рыбаковой Л.А. «Дети группы риска: особенности развития, психолого-педагогические технологии работы с детьми группы риска».

Недостаток общения чаще всего сопровождают сигналы, которые можно выделить в начальные стадии, они описываются Рыбаковой Л.А. и Бабыниной Т.Ф. в учебном пособии «Дети группы риска: особенности развития, психолого-педагогические технологии работы с детьми группы риска»:

- Ребенок часто неважно себя чувствует, появляется недомогание;
- Ребенку присуща низкая самооценка;
- Ребенок не торопится домой после школы;
- Ребенок не воспринимает взрослых как лидеров;
- Проявление агрессии.

Есть и более тяжкий последствия: дети боятся рассказывать родителям о своих проблемах.

От 80% до 100% детей никогда не расскажут родителям об изнасиловании об этом упоминается в научной работе Филкехорна Д. и Броуни А. «Травматическое воздействие сексуального насилия над детьми: концептуализация». Так во время лекции в «Школа осознанного родительства Большая Медведица» среди детей от 10 до 12 лет, 21 ребенок из 21 сказали, что не расскажут родителям об этом, аргументировав это следующими словами: «На меня будут кричать», «мама будет плакать, не хочу расстраивать родителей», «мне скажут, что «сам виноват/сама виновата»», «они мне не поверят» и «мы никогда с ними не говорили на эту тему». Данные фразы подтверждают то, что родители не всегда имеют возможность уделять достаточно времени для общения с детьми, а также профессиональную подготовку для предотвращения или решения тех проблем, с которыми они, вероятно, не сталкивались.

Гипотеза: решением данной проблемы могут служить носимые устройства, которые сейчас являются достаточно популярными и продолжают распространяться среди населения: браслеты и умные часы. Данные о физической активности человека формируют статистические ряды, которые создают тренды и корреляции. Любая ситуация, которая в дальнейшем создает изменения в распределении, или выделяется, может сигнализировать о том, что в жизни человека, произошло событие, которое привнесло за собой существенные изменения в его привычном жизненном темпе.

**Цель работы:** подтверждение актуальности нехватки времени родителей на общение с детьми и осведомленности о жизни ребенка, анализ существующего психотерапевтического опыта специалистов в открытых источниках.

**Основная часть.** По итогам проведенного опроса родителей в общеобразовательной школе г. Москвы были получены следующие данные: 26,9% загружены и не могут уделить более часа на общение с ребенком (стоит учесть, что были респонденты, кто из-за загруженности не смог уделить 10 минут на опрос), лишь 17,3% человек удовлетворены работой медицинского кабинета, почти 50% ощущает нехватку информации о физической активности ребенка и 17,3% остальных получают ее редко, почти 50% опрошенных нуждаются в профессиональной помощи при общении с детьми и 13% задумываются над этим вопросом. Из приведенных автором результатов опроса можно сформулировать вывод, что проблема актуальна, как минимум у тех, кто смог пройти данный опрос.

Практически каждый спортивный браслет и умные часы ведут статистику биологических ритмов пользователя. Данные выборки всегда фиксируют качество сна, пульс, насыщенность организма кислородом, уровень стресса. Организм человека всегда находится в балансе между физиологическим здоровьем и психоэмоциональным, изменения в одной из двух частей, всегда отображаются на второй. Например: Любая положительная эмоция повышает работоспособность нервной системы, улучшает сон, стабилизирует эмоциональное состояние, способствует выработке гормонов радости (эндорфины) и оказывает позитивное влияние на гормональный фон организма. Согласно психодинамической теории взаимодействия личности Фрейда любые травмирующие ситуации у человека всегда вытесняются в область бессознательного, данный механизм помогает человеку забыть о травмирующих его состоянии ситуациях. Однако, уже из бессознательного, эта проблема требует решения - энергетической разрядки, и чаще всего пробивается на поверхность сознания в образах сновидений и в невротических симптомах.

Примером может служить клинический опыт психотерапевта, заключающийся в том, что подросток в течение года испытывал проблему со сном и ночной рвотой, результатом работы психотерапевта стало получение информации о том, что ребенок год назад был изнасилован и никому об этом не говорил. При использовании статистических данных данного ребенка, в момент отклонения, родитель бы точно знал, с какого дня у ребенка произошла трагедия, что позволило бы не только оказать быструю помощь ребенку, но и помочь правоохранительным органам провести следствие. Например, при появлении отклонений в статистике качества ребенка, родитель будет понимать с кого дня это произошло, тем самым будет легче восстанавливать хронологию событий и выявлять причину нарушения нормального распределения.

Примером может служить озвученные опыт психотерапевта Семизоровой И.Н. У девушки несовершеннолетнего возраста беспокойный сон, ночная тошнота и рвота в течение одного года. Результаты обследования и анализов врачей ничего не выявили, поставленный диагноз – аллергия на неопознанный аллерген. Однако, психотерапевтом после сессий было выявлено то, что девушка подверглась сексуальному насилию, после чего у нее начали проступать вышеуказанные симптомы. Если у родителя, была бы возможность видеть статистические данные о качестве сна ребенка, то он бы смог знать после какого дня начались проблемы со сном и в дальнейшем выявить, что именно произошло перед первым

беспокойным сном и последующем сбое в статистическом ряду. Наглядно пример можно проиллюстрировать на рисунке №1, на котором ночь №18 была первым сигналом наступления события.

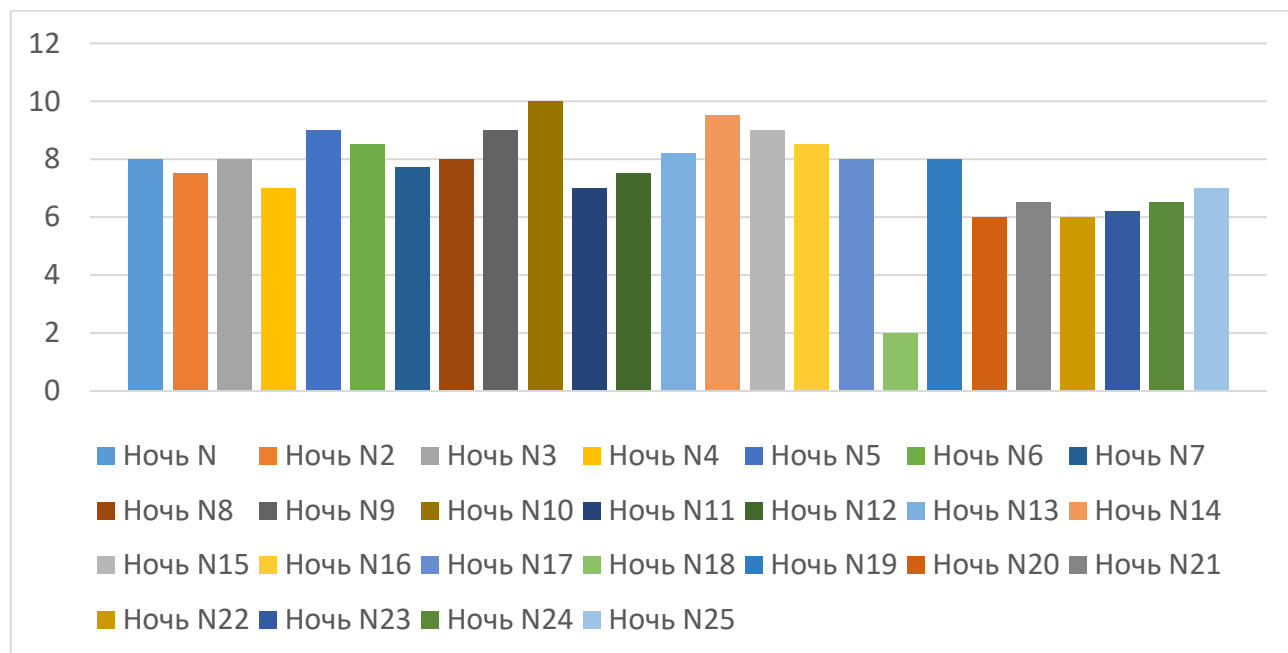


Рис. 1. Пример визуализации статистических данных о сне

**Выводы.** В результате исследования сформировано подтверждение проблематики и последствий нехватки общения между детьми и родителями на основе проведенного опрос автором, а также выявлена взаимосвязь между психоэмоциональным состоянием с статистическими данными, полученными с носимых браслетов, изучены международные данные и анализ психоэмоциональных проблем детей.

На сегодняшний день развитие технологий влечет за собой образование большого количества данных и возможностью является то, сможем ли мы найти им применение. Статистические данные о жизненной активности человека, могут не только помогать спортсменам и людям, кто задался вести здоровый образ о жизни, но и предотвращать, а также фиксировать данные об изменениях в жизни детей. Фиксирование данных и нарушение трендов и закономерностей на них могут послужить инструментом не только медицинских работников для точности определения хронологии событий, так и для правозащитных органов, для которых важно получение объективных данных. Результаты данной работы будут использованы в создании цифрового продукта для родителей, целью которого будет содействие и помощь в воспитании детей.

Нурджанов С.Ф. (автор)

Подпись

Силакова Л.В. (научный руководитель)

Подпись