



**Vilniaus
universitetas**

Mokslinio tyrimo **Ilgalaikis ekranų poveikis vaikų fizinei ir psichikos sveikatai**, finansuojamo **Visuomenės sveikatos stiprinimo fondo** prie SAM (VSSF), sut.nr. (1.80 E) SU-2498) rezultatai ir rekomendacijos. 2022 m. lapkričio 9 d.



Ekranai ir vaikų pažintinė raida bei mokymosi sėkmė

dr. Rima Breidokienė

VU Filosofijos fakultetas Psichologijos institutas

Problemos pristatymas



Vilniaus
universitetas

VAIKŲ PAŽINTINĖ RAIDA:

- 2-5 metų vaikų raidos pasiekimai, vertinti tėvų: fiziniai gebėjimai, savarankiškumas, pasaulio pažinimas, kalbiniai gebėjimai, sumanumas ir jausmų supratimas (*prastesni, tokie pat ar geresni nei daugumos bendraamžių*).
- 6-11 m. pažintiniai gebėjimai, įvertinti testavimo metu: atsako slopinimas, girdimoji atmintis, neverbaliniai samprotavimo gebėjimai, vizualiniai motoriniai gebėjimai ir regimoji atmintis.

MOKYMOSI SĖKMĖ:

- Mokymosi noras (*nuo 1 iki 5*)
- Mokymosi pasiekimai (*nuo 1 iki 5*)

2-5 m. vaikų raida ir ekranų laikas



Vilniaus
universitetas

Ekranų laikas (min) ir vaikų raidos pasiekimai

- Prastesni nei daugumos vaikų
- Tokie pat kaip daugumos vaikų
- Geresni nei daugumos vaikų

JAUSMŲ SUPRATIMAS

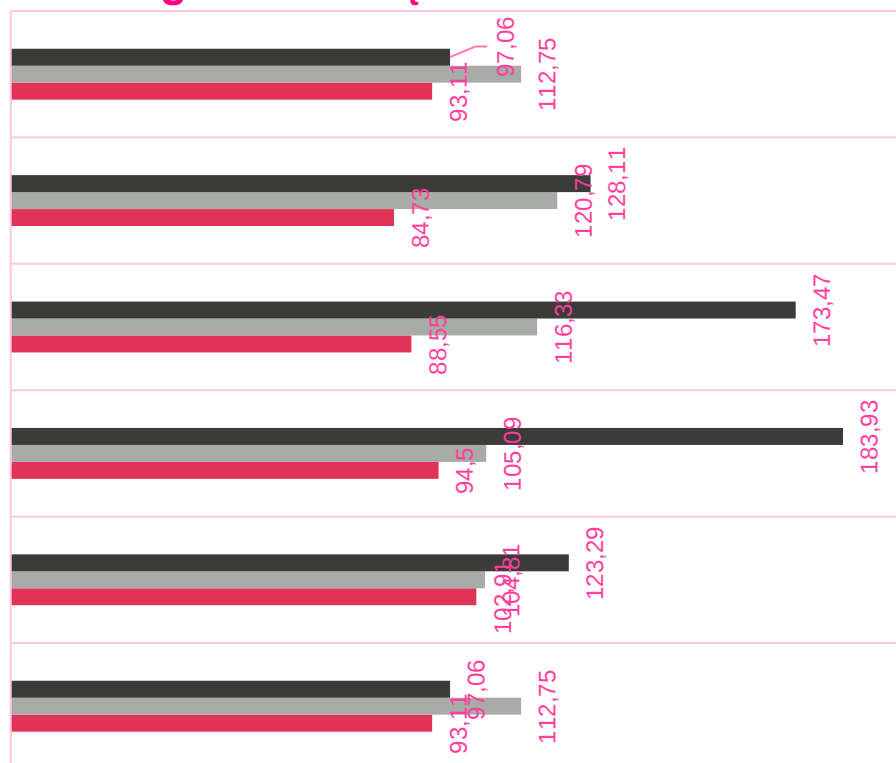
SUMANUMAS

KALBINIAI GEBĖJIMAI*

PASAULIO PAŽINIMAS*

SAVARANKIŠKUMAS*

FIZINIAI GEBĖJIMAI



Bendra raidos pasiekimų lygį
prognozuojantys veiksniai

Veiksniai	Raidos pasiekimai		
	β	SE	p
Vaiko amžius	0,01	0,11	0,876
Vaiko lytis	-0,03	0,25	0,579
Tėvų išsilavinimas	-0,03	0,11	0,611
Ekranų laikas pramogoms	-0,25	0,00	0,000
Fizinis aktyvumas	0,10	0,21	0,172
Buvimas lauke	0,06	0,21	0,435
	$R^2 = 0,08$, F (6,263) = 15,11, p = 0,001		

* Yra statistiškai reikšmingas skirtumas tarp grupių

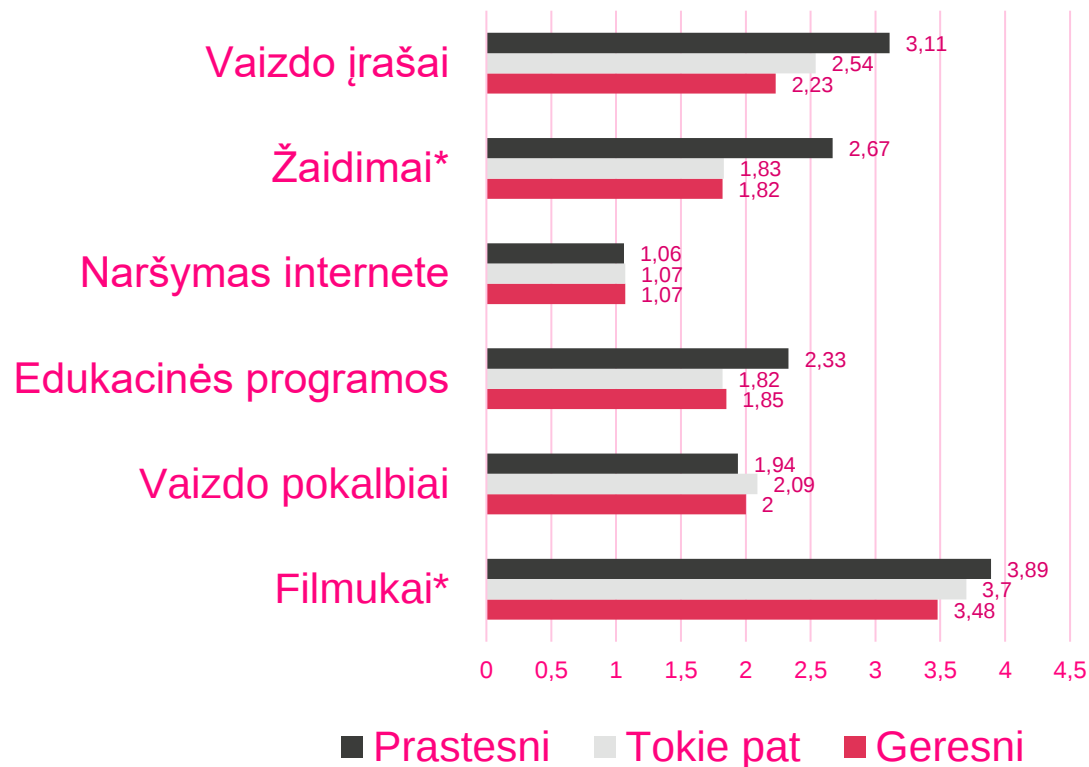
Ekranų laikas pramogoms prognozuoja raidos pasiekimus atsižvelgus į kitus veiksniai!

Veiklos prie ekranų ir 2-5 m. vaikų raidos pasiekimai

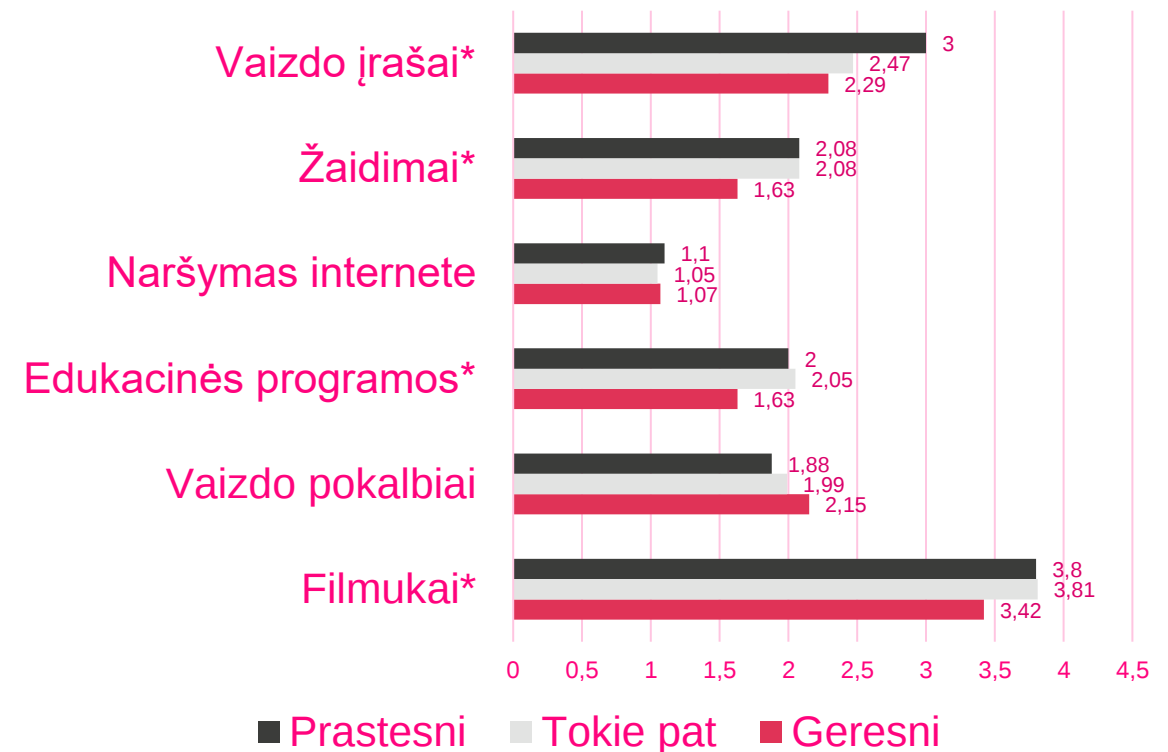


Vilniaus
universitetas

Savarankiškumo gebėjimai



Kalbiniai gebėjimai



* Yra statistiškai reikšmingas skirtumas tarp grupių

Mažesnius savarankiškumo ir kalbinius gebėjimus turintiems vaikams tėvai dažniau leido naudotis ekranais pramoginėms veikloms.

6-14 m. vaiko noras mokytis ir mokymosi pasiekimai bei ekranų trukmė ir veiklos



Vilniaus universitetas

Ekranų laiko ir CIUS koreliacijos su vaiko mokymosi noru ir pasiekimais

	Vaiko noras mokytis	Vaiko mokymosi rezultatai
CIUS	-0,44**	-0,34**
Ekranų laikas (EL, min)	-0,16**	-0,15**
EL mokymusi	-0,02	-0,01
EL pramogoms	-0,23**	-0,24**
EL prie TV	-0,04	-0,04
EL prie išmanaus telefono	-0,12**	-0,12*
EL prie PC	-0,09*	-0,04
EL prie planšetės	-0,03	-0,08 ×
EL prie konsolės	-0,08*	-0,08 ×
> 1 prietaisas vienu metu	-0,17**	-0,18**

Veiklų prie ekranų koreliacijos su vaiko mokymosi noru ir pasiekimais

Veiklos	6-10 m.		11-14 m.	
	Noras mokytis	Mokymo si rezultatai	Noras mokytis	Mokymo si rezultatai
Mokymosi	-0,09 ×	0,03	-0,07	0,05
Soc. sąveikos	-0,13**	-0,03	-0,11 ×	-0,02
Pramogos	-0,25**	-0,20**	-0,18**	-0,09

× p < 0,10, * p < 0,05, ** p < 0,01

Vaiko mokymosi norą ir pasiekimus prognozuojantys veiksniai



Vilniaus
universitetas

Veiksniai	Mokymosi noras			Mokymosi pasiekimai		
	β	SE	p	β	SE	p
Vaiko amžius	-0,03	0,02	0,423	0,00	0,02	0,826
Vaiko lytis	-0,17	0,08	0,000	-0,10	0,08	0,007
Tėvų išsilavinimas	0,01	0,03	0,776	0,07	0,03	0,063
Ekranų laikas pramogoms	-0,13	0,00	0,003	-0,17	0,00	0,000
Fizinis aktyvumas	0,18	0,06	0,001	0,23	0,05	0,000
Buvimas lauke	0,08	0,06	0,123	0,00	0,06	0,941
	$R^2 = 0,15$, $F(6,625) = 18,21$, $p = 0,000$			$R^2 = 0,14$, $F(6,625) = 16,81$, $p = 0,000$		

Didesnį mokymosi norą ir pasiekimus prognozuoja mažesnis pramogų laikas pramogoms, didesnis fizinis aktyvumas ir moteriška lytis.

Jei namuose nėra nustatyta taisyklių dėl IT arba jų nenuosekliai laikomasi – mažesnis noras mokytis ir mokymosi pasiekimai.

6-11 m. vaikų ekranų laikas ir pažintiniai gebėjimai



Vilniaus
universitetas

- Neigiamas ekranų trukmės pramogoms ryšys su girdimąja atmintimi ir vizualiniais-motoriniais gebėjimais.
- Mažesni atsako slopinimo gebėjimai siejasi su ilgesne laiko prie ekranų trukme ankstesnių tyrimo etapų metu ir foninio TV dažnumu.
- Vaikai, kurių šeimose nenuoseklios taisyklės dėl IT, turi mažesnius regimosios atminties gebėjimus.
- Vaikai, kurie neviršija 3 val. prie ekranų pramogoms, pasižymi geresniais regimosios atminties gebėjimais.
- Laiko prie ekranų pramogų tikslais trukmė padeda patikimai (ir geriau nei sociodemografiniai veiksniai) prognozuoti mažesnius girdimosios atminties gebėjimus (6-11 m. grupėje) (žr. lent.).

Vaikų girdimąją atmintį ir vizualinius-motorinius gebėjimus prognozuojantys veiksniai

VEIKSNIAI	GIRDIMOJI ATMINTIS			VIZUALINIAI- MOTORINIAI GEBĖJIMAI		
	β	SE	p	β	SE	p
Vaiko amžius	0,47	0,19	0,000	0,32	0,85	0,001
Vaiko lytis	0,00	0,63	0,972	-0,41	2,82	0,000
Tėvų išsilavinimas	0,16	0,34	0,117	0,20	1,56	0,047
Ekranų laikas pramogoms (min)	-0,23	0,01	0,033	-0,01	0,02	0,952
			$R^2 = 0,22, F(4,95) = 6,49, p = 0,000$		$R^2 = 0,25, F(4,96) = 16,81, p = 0,000$	

Klinikinis atvejis

1. 13 m. paauglė, kreipėsi tėvai 2021 m. žiemą.
2. Pagrindiniai nusiskundimai: probleminis interneto naudojimas, kritusi mokymosi motyvacija ir pažangumas, miego problemos, suprastėjusi emocinė savijauta (dažni pykčio priepuoliai), fizinės sveikatos problemos (viršsvoris, miego problemos).
3. Simptomų pradžia – 2020 m. pavasaris (I karantinas dėl COVID-19 pandemijos), tačiau ištakos siejamos dar su pradinės mokyklos lankymu.
4. Tėvų siūlymas naudoti ekranus kaip įrankį tvarkytis su baimėmis ir kitais nemaloniais jausmais.
5. Pačios mergaitės jausmai: „atrodo, kad smegenys manęs neklauso“, nerimo ir gėdos jausmas, jausmas, kad patekai į uždarą ratą (mokymosi nesėkmės – nemalonūs jausmai – „pabėgimas į ekranus“ – mokymosi nesėkmės)...

Svarbiausios žinutės: Kada verta susirūpinti?



Vilniaus
universitetas

6-10 metų vaikas praleidžia prie ekranų 1 val. ir daugiau pramogoms.

Rizika norui mokytis atsiranda nuo 1 val. ir ilgiau, o mokymosi pasiekimams – nuo 2 val. ir daugiau.

11-14 m. vaikas praleidžia prie ekranų 2 val. ir daugiau pramogoms.

Rizika norui mokytis atsiranda nuo 2 val. ir ilgiau, o mokymosi pasiekimams – nuo 3 val. ir daugiau.

Dominuojančios veiklos prie ekranų – pramogų tikslais.

Veiklos pramogoms neigiamai siejasi kaip su ikimokyklinukų raida, taip ir su mokyklinio amžiaus vaikų mokymosi sėkme.

Šeimoje nėra arba yra nenuoseklios taisyklės dėl IT naudojimo.

Vaikai, kurių šeimose nėra arba yra nenuoseklios taisyklės dėl IT naudojimo, turi mažesnį norą mokytis ir mokymosi motyvaciją, mažesnius regimosios atminties gebėjimus, mažesnius kalbinius gebėjimus.

Priemonės ir rekomendacijos: kas ir kaip turėtų rūpintis

Ekranai neskatina noro mokytis ir negarantuoja gerų mokymosi pasiekimų, o ilgalaikėje perspektyvoje silpnina atsako slopinimą – savireguliaciją.

Taigi, svarbus **SAŖMONINGUMAS**:

- kokie vaiko poreikiai ir kokias funkcijas (ir kam!) atlieka ekranai;
 - kokia ekranų trukmė ir veiklos prie ekranų pobūdis;
 - kokios ekranų naudojimo aplinkybės;
- kokie yra visos šeimos skaitmeniniai įpročiai ir kultūra.

Pažinimui reikalingas gyvas santykis ir pavyzdys!



**Vilniaus
universitetas**



DĖKOJU

rima.breidokiene@fsf.vu.lt

www.mediavaikai.lt